LAROUSSE gastronomique



Avec le concours du Comité gastronomique
présidé par Joël Robuchon



LAROUSSE gastronomique

Avec le concours du Comité gastronomique,
présidé par Joël Robuchon

En 1 216 pages, le Larousse gastronomique propose 3 000 recettes (dont 400 données par les plus grands chefs d'aujourd'hui) et répond à toutes les questions sur la gastronomie (avec 4 000 articles sur les produits et ingrédients, les appellations, les techniques, l'histoire et la culture...).
Magnifiquement illustré de plus de 600 photos (100 plats, 40 planches de produits, 175 gestes professionnels, etc.), cet ouvrage comporte aussi 22 doubles pages consacrées aux cuisines des régions de France.

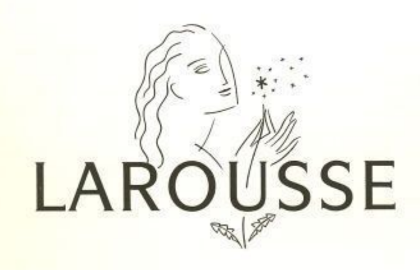
Un livre qui fera le bonheur
de tous les gourmets d'aujourd'hui.





LAROUSSE
gastronomique

Avec le concours du Comité gastronomique
présidé par Joël Robuchon



Direction éditoriale
Patrice Maubourguet

Direction de l'ouvrage
Laure Flavigny

Direction artistique
Frédérique Longuépée, *assistée de* Laurence Lebot

Maquette
Ulrike Meindl

Réalisation éditoriale
AMDS (Atelier Martine et Daniel Sassier) - Paris

Iconographie
Anne-Marie Moyse-Jaubert
assistée de
Marie-Annick Réveillon

Photographies et illustrations
Voir p.1215

Direction cartographique
René Oizon

Correction-révision
Annick Valade,
assistée de
Monique Bagaïni, Madeleine Soize,
Françoise Moulard, Édith Zha

Montage PAO
Atelier Michel Ganne

Couverture
Véronique Laporte

Fabrication
Lionel Gaillard
assisté de
Janine Mille

Distributeur exclusif au Canada : les Éditions françaises Inc.

ISBN : 2-03-507300-6

Préface

Sans histoire et sans culture, la gastronomie ne serait qu'un art aléatoire et incertain. L'art des plaisirs de la table évolue sans cesse et cette nouvelle édition du « Larousse gastronomique » apporte une pierre supplémentaire à l'œuvre commencée par Prosper Montagné en 1938. Sous la forme d'un dictionnaire encyclopédique, elle a l'ambition de demeurer l'ouvrage de référence des gourmands, des gourmets et des professionnels de la table.

Sans racines, la cuisine n'aurait pas d'âme ; le passé fait partie intégrante de l'art culinaire, il lui donne son souffle, il est source d'inspiration, il incite à le dépasser. Ainsi le talent des cuisiniers d'aujourd'hui doit beaucoup à ceux qui ont façonné l'histoire de la cuisine française, de Guillaume Tirel à Gouffé, de Carême à Alexandre Dumaine. Raconter l'histoire de la cuisine, c'est parler des hommes qui l'ont fait évoluer, en établissant les constantes d'une civilisation. Art éphémère procurant un plaisir immédiat, la cuisine trouve dans le passé un savoir-faire tamisé par le temps.

Pourtant, comme la musique ou la peinture, la cuisine n'est pas un art figé. Elle ne cesse d'évoluer, rendant nécessaire la refonte de cet ouvrage. Pourrions-nous aimer les plats du Moyen Âge ou ceux servis à la table de Louis XIV ? Rien n'est moins sûr. Comme toutes les formes d'expression, la cuisine reflète les préférences d'une époque, elle suit les goûts de ses contemporains et, parfois, les précède. Depuis trente ans, deux générations de cuisiniers ont fait évoluer l'art culinaire, cherchant au fond des casseroles des cuissons encore plus précises, des mélanges inédits de saveurs, sources de nouvelles émotions. Cette édition entièrement renouvelée témoigne avec force de cette modification des goûts et des sensibilités.

Le « Larousse gastronomique » rend compte de cette double direction, regard vers le passé et ouverture vers l'avenir. Il se méfie des modes indociles et fuyantes, évite la rigidité qui freine la créativité, tout en traquant la précision et les vérités qui font référence. Très richement illustré, il parle à l'esprit comme aux sens de l'art de la bonne chère.

La création d'un comité gastronomique, présidé par Joël Robuchon et réunissant des cuisiniers, des écrivains et des gastronomes, s'inscrit dans cette quête de vérité. Rechercher les vraies sources de l'histoire, effacer les idées reçues mais aussi intégrer les nouvelles tendances de la cuisine d'aujourd'hui ont été les objectifs de nombreuses réunions de ce comité qui apporte une caution indiscutable à cette entreprise. Précis et complet, cet ouvrage de culture s'adresse non seulement aux curieux, aux gourmands, aux passionnés de fourneaux mais aussi aux professionnels de la cuisine. En parallèle, il démontre que la cuisine et la gastronomie sont des arts buissonniers qui ouvrent les sentiers de la découverte et du plaisir.

Feuilleter, consulter, essayer une nouvelle recette mais aussi se cultiver et rêver, telles sont les possibilités que vous offre cette « somme » de la gastronomie. Avec 3 000 recettes, le « Larousse gastronomique » permet de

faire le tour des courants. Plat régional, grande tradition française, création d'aujourd'hui, mais aussi grand classique de la cuisine étrangère, chaque recette raconte une histoire, une région, un pays, offrant même parfois dépaysement et exotisme.

À travers 4 000 entrées encyclopédiques, le nouveau « Larousse gastronomique » décrit le monde de la cuisine et de la gastronomie. Il traite de l'histoire, des produits, des ingrédients qui composent les recettes, des vins et des eaux-de-vie, sans lesquels les plaisirs de la table seraient incomplets, sans oublier la diététique, qui prend de plus en plus de place dans l'alimentation, et les nouvelles techniques.

En filigrane de ce gros livre, n'oublions pas que la cuisine qui engendre la gastronomie introduit au bonheur de la gourmandise. Puisse cette nouvelle édition transmettre la culture et les références indispensables à cette quête du plaisir !

Le Comité gastronomique

Comité gastronomique

Président
Joël Robuchon

Membres du Comité gastronomique

Michel Creignou
Journaliste

Jean Delaveyne (†)
Chef de cuisine. Créateur du restaurant Le Camélia, *Bougival*

Éric Frachon
Président d'honneur S.A. Eaux Minérales, Évian

Michel Guérard
Chef de cuisine. Restaurant Les Prés d'Eugénie, *Eugénie-les-Bains*

Pierre Hermé
Pâtissier-chocolatier. Fauchon, *Paris*

Robert Linxe
Créateur de La Maison du Chocolat, *Paris et New York*

Élisabeth de Meurville
Journaliste

Georges Pouvel
Professeur de cuisine, conseiller technique en gastronomie

Jean-François Revel
Écrivain

Pierre Troisgros
Chef de cuisine. Restaurant Pierre Troisgros, *Roanne*

Alain Weill
Expert en art, membre du Conseil national des arts culinaires

Auteurs

Marie-Paule Bernardin,
documentaliste

Geneviève Beullac,
rédactrice

Jean Billault,
Maison de la boucherie

Christophe Bligny,
École de Paris des Métiers de la table

Thierry Borghèse,
inspecteur de la concurrence, de la consommation et de la répression des fraudes

Francis Boucher,
chocolatier, confiseur CET

Pascal Champagne,
barman hôtel Lutetia *Association des barmen de France*

Frédéric Chesneau,
attaché de direction

Marcel Cottenceau,
meilleur ouvrier de France, ancien directeur technique de l'École supérieure des charcutiers-traiteurs

Robert Courtine,
président du prix Marco-Polo

Philippe Dardonville,
secrétaire général de l'Union nationale des producteurs de jus de fruits

Bertrand Debatte,
boulangerie de la centrale Auchamps

Jean Dehillerin,
P.D.G. S.A. E. Dehillerin (matériel de cuisine)

Gilbert Delos,
journaliste, écrivain

Christian Flacelière,
journaliste

Jean-Louis Flandrin,
professeur émérite à l'université Paris-VIII, directeur d'études à l'E.H.E.S.S. (École des hautes études en sciences sociales)

André Fourel,
docteur en économie

Dominique Franceschi,
journaliste

Jacques Fricker,
nutritionniste, docteur en médecine et en sciences

Jean-Pierre Gabriel,
journaliste

Thierry Gaudillère,
directeur de publication de Bourgogne Aujourd'hui

Ismène Giachetti,
directrice de recherches au C.N.R.S.

Sylvie Girard,
écrivain gastronomique

Catherine Goavec-Bouvard,
consultante en économie agroalimentaire B.G. Conseil

Jo Goldenberg,
restaurateur

Catherine Gomy,
responsable certification agroalimentaire, AFNOR

Bruno Goussault,
directeur scientifique CREA (Centre de recherches et d'études pour l'alimentation)

Jacques Guinberteau,
mycologue, ingénieur d'études à l'INRA (Institut national de la recherche agronomique)

Joseph Hossenlopp,
directeur de recherches au Cemagref

Françoise Kayler,
critique gastronomique

Jacques Lacoursière,
écrivain

Josette Le Reun-Gaudicheau,
formatrice produits de la mer

Paul Maindiaux,
service du développement, ministère de l'Agriculture

Laurent Mairet,
œnologue

Jukka Mannerkorpi,
chroniqueur gastronomique

Pascal Orain,
responsable du restaurant Bertie's

Philippe Pilliot,
secrétaire général de la Fédération des épiciers de France, rédacteur du mensuel Le Nouvel Épicier

Jean-Claude Ribaut,
chroniqueur gastronomique, Le Monde

Isabelle Richard,
licenciée ès lettres

Michel Rigo,
délégué général de la Fédération nationale des eaux-de-vie de fruits

Françoise Sabban,
maître de conférences à l'École des hautes études en sciences sociales

Jacques Sallé,
journaliste

Jean-Louis Taillebaud,
chef de cuisine Ritz-Escoffier (école de gastronomie française) hôtel Ritz, *place Vendôme, Paris*

Claude Vifian,
chef de cuisine et professeur à l'école hôtelière de Lausanne

Leda Vigliardi Paravia,
écrivain, journaliste

Jean-Marc Wolff,
École hôtelière de Paris

Rémy Yverneau,
secrétaire général de la Fédération nationale des crémiers-fromagers

Ont aussi collaboré à cet ouvrage :

Monsieur Senejoux, ainsi que Évelyne Brochard, Pierre Chavot, Thérèse de Cherisey, Jacqueline Delpech, Odette Dénommée, Sylvie Ferrando, Marie-Claude Germain, Sylvie Hauel, Marie-Thérèse Ménager, Laurence Passerieux, Maud Verdier.



ABAISSE Pâte que l'on étend à l'aide d'un rouleau sur un plan de travail fariné – un marbre de préférence – afin de lui donner la finesse correspondant à sa destination : tarte, pâté, feuilleté.

Le mot « abaisse » désigne également une tranche de génoise ou de biscuit, coupée en hauteur, sur laquelle on déposera une garniture : marmelade, crème.

ABATS Éléments comestibles d'un animal abattu, distincts de la carcasse. Ils font partie du « cinquième quartier », sous la dénomination d'« abats blancs » ou d'« abats rouges » (voir tableau page 10).

Lés abats ont longtemps été considérés comme des morceaux secondaires, surtout les abats blancs, tripes et gras-double en particulier. Les rognons, le foie et les ris de veau, ainsi que les animelles et la cervelle d'agneau, jouissent aujourd'hui d'une réelle réputation gastronomique. Les abats servent en outre à préparer des plats populaires, car économiques, souvent d'origine régionale, en France (fressure, gogues, pieds et paquets, tripous, etc.) comme à l'étranger (haggis écossais, choesels de Bruxelles, busecca milanaise – une soupe aux tripes, lesquelles sont également très appréciées en Espagne et au Portugal – et même tétine de porc et mamelle de vache en Allemagne).

ABATTIS Morceaux accessoires de diverses volailles, comprenant d'une part la tête, le cou, les ailerons et les pattes, d'autre part le gésier, le cœur et le foie, ainsi que les rognons et la crête du coq.

Les abattis externes des grosses volailles (poulet fermier, dinde, oie), vendus séparément, peuvent servir à préparer des ragoûts. Traités en fricassée ou en pot-au-feu, ils constituent des plats familiaux. Les abattis internes s'utilisent dans des farces, garnitures, terrines, timbales, voire en brochette ou en beignet.

• Abattis de canard ou d'oie. On prépare le cou, le gésier, le foie et le cœur, mais pas les pattes, et les ailerons ne sont pas séparés du corps, sauf quand ils sont mis à confire dans la graisse de la volaille.

• Abattis de poulet, de dinde ou de dindonneau. Ils se préparent de la même façon ; mais si, dans le poulet, on cuisine les pattes et la tête, dans la dinde, on ne consomme que les ailerons, le cœur, le foie, le gésier et le cou.

abattis Babylas

Nettoyer et flamber 1 kg d'abattis ; éplucher et hacher 3 oignons moyens. Dorer les abattis dans une sauteuse avec 40 g de beurre ; y mettre les oignons hachés, remuer, laisser blondir ; ajouter un petit bol de bouillon de volaille et un bouquet garni, amener à ébullition, couvrir ; faire mijoter de 25 à 30 min. Pendant ce temps, nettoyer 250 g de champignons de Paris, les émincer, les citronner. Les ajouter dans la sauteuse avec 1 dl de crème fraîche ; remuer et cuire pendant encore 10 min, à découvert. Délayer alors 2 cuillerées à soupe de moutarde dans un peu du bouillon de cuisson, verser dans la sauteuse et remuer. Avant de servir, parsemer de persil ciselé.

abattis bonne femme

Couper en dés 100 g de poitrine demi-sel ; les blanchir 5 min, puis les rafraîchir et les égoutter. Préparer 800 g d'abattis de dinde ou de poulet ; éplucher 100 g de petits oignons, 300 g de pommes de terre nouvelles et 1 gousse d'ail. Chauffer dans une sauteuse 25 g de beurre, de saindoux ou de graisse d'oie ; y mettre les lardons à rissoler, puis les égoutter ; faire blondir les oignons dans la même matière grasse, puis les égoutter. Dorer les abattis, sans le foie.

Caractéristiques des différents abats

nom	animal	consistance	saveur	préparations
abats blancs				
fraise	veau	ferme	de tripes	Cuite d'abord au blanc pour préserver sa blancheur. Froide, coupée en carrés. Chaude, en ragoût ou frite
gras-double	bœuf	assez ferme		En ragoût (gras-double aux oignons) ou pané et frit (tablier de sapeur)
oreilles	porc, veau	croquantes, peu grasses	délicate	Cuites longuement en terrine, ou confites et émincées en salade
pansette	agneau, veau	élastique et grasse	de tripes	Cuite longuement (tripous de veau, pieds et paquets d'agneau)
pieds	agneau et mouton, bœuf, porc, veau	gélatineuse	fine (veau), délicate (agneau)	Source de gélatine pour épaissir les sauces (veau). En bouillon chaud ou froid (veau), dans les tripes à la mode de Caen (bœuf), à la sauce « poulette » (agneau), ou panés et grillés (porc), ou dans les pieds et paquets
tête	bœuf, mouton, porc, veau	onctueuse et ferme	marquée et variée	« En tortue », ou cuite au blanc et servie chaude ou froide, avec une sauce
tripes	bœuf, mouton	ferme, élastique et grasse	marquée	À la mode de Caen, à la provençale, etc. Braisées et servies très chaudes
abats rouges				
amourettes	bœuf, mouton, veau (moelle épinière)	proche de celle de la cervelle	proche de celle de la cervelle	Dégorgées à l'eau froide, pochées au court-bouillon. Éléments de farces, de sauces. Servies sur canapés ou frites
animelles ou rognons blancs	agneau et mouton, bélier, taureau	ferme	fine, douce	Ébouillantées, dégorgées. Escalopées ou sautées. Pochées et servies avec un beurre noir ou une sauce tomate
cervelle	agneau, bœuf, porc, veau	fragile	douce, délicate (agneau)	Dégorgée à l'eau vinaigrée, nettoyée, pochée au court-bouillon. Poêlée, frite
cœur	agneau, bœuf, génisse, porc, veau	ferme (bœuf) tendre (agneau, génisse)	légère (agneau), ou prononcée (bœuf)	Découpé en tranches, poêlé ou grillé, meilleur rose et tendre (pas trop cuit). Entier, farci ou braisé
foie	agneau, bœuf (dit de génisse), porc, veau	fine (bœuf) très fine (veau) tendre (mouton)	assez fine (bœuf), délicate (veau)	Découpé en tranches, poêlé ou grillé. Entier, rôti (pas trop cuit)
joue	agneau et mouton, bœuf, porc, veau	onctueuse, très tendre, très soyeuse	très fine, bien marquée	En ragoût, en daube, en terrine, ou braisée au vin (jus riche et savoureux)
langue	agneau et mouton, bœuf, veau	assez ferme, assez onctueuse	forte (bœuf), très fine (veau) délicieuse (agneau)	Débarrassée de sa peau. Confite ou braisée (agneau), cuite en pot-au-feu (bœuf), ou comme une tête (veau), servie chaude ou froide avec une sauce gribiche
museau	bœuf, porc	croquante	délicate	Prêt à être consommé, découpé en tranches accompagnées d'une vinaigrette
queue	agneau, bœuf, porc, veau	très tendre après une cuisson longue	très marquée (bœuf)	En terrine, dans un pot-au-feu (veau), braisée au vin, découpée en tranches relevées de vinaigrette, ou rôtie avec le gigot (agneau)
ris	agneau, jeune bœuf, veau	souple et fondante	délicate, typée, raffinée	Entiers, braisés. En tranches, poêlés ou frits. En morceaux, cuisinés en sauces
rognons	agneau et mouton, bœuf, porc, veau	tendre, selon l'âge de l'animal	forte (bœuf), fine (agneau), très fine (veau)	Entiers, rôtis dans leur graisse (veau). Découpés en tranches, poêlés. En morceaux, grillés en brochettes

Ajouter l'ail écrasé ; bien remuer ; parsemer de 1 cuillerée de farine et mélanger pour faire colorer. Verser 1 dl de vin blanc sec et laisser réduire quelques minutes. Poivrer, saler légèrement. Ajouter le bouquet garni, les lardons, les petits oignons, les pommes de terre et mouiller à hauteur avec de l'eau ou du bouillon de volaille. Couvrir, amener à ébullition, puis réduire le feu pour entretenir une cuisson modérée pendant 30 min. Ajouter le foie et poursuivre la cuisson pendant une dizaine de minutes. Dresser dans un plat creux les abattis et la garniture ; napper de sauce.

abattis chasseur

Préparer de 800 g à 1 kg d'abattis de dinde ou de poulet, poivrer et saler ; les faire sauter avec 1 cuillerée à soupe d'huile et autant de beurre ; les égoutter, les tenir au chaud. Dans la même sauteuse, dorer à feu vif 125 g de champignons de Paris nettoyés et émincés et 2 échalotes épluchées et hachées. Mouiller de 1/2 verre de vin blanc sec et faire légèrement réduire. Ajouter 1 dl de sauce tomate et 2 dl de jus brun de veau lié. Réchauffer les abattis. Avant de servir, parsemer de persil et de cerfeuil ciselés.

RECETTE DE ROBERT,
LA GRANDE CUISINE SIMPLIFIÉE

abattis de dinde aux navets

« Mettez dans une casserole un morceau de beurre avec une demi-livre de lard de poitrine coupé en gros dés ; lorsqu'il sera frit, mettez-y vos abattis afin de leur faire prendre un peu de couleur ; saupoudrez d'un peu de farine et mouillez de bouillon ou d'eau ; ajoutez un oignon piqué de quatre clous de girofle, sel, poivre, un bouquet garni ; tournez des navets en grosses olives, mettez-les avec du beurre et du sucre dans une casserole pour leur faire prendre couleur ; mouillez avec la sauce des abattis ; mettez les navets avec ces derniers ; faites cuire et réduire la sauce à son point ; faites aller doucement pour laisser monter la graisse que vous ôterez ; goûtez l'assaisonnement et rectifiez si nécessaire ; ôtez le bouquet et l'oignon piqué de girofle ; servez chaud. » Tous les légumes conviennent.

bouillon d'abattis → BOUILLON
maïs en soso aux abbatis de poulet → MAÏS

ABATTOIR Établissement où les animaux de boucherie sont abattus pour être transformés en produits consommables (viande, abats) et en sous-produits (cuir, poils, crin, corne).

Jusqu'en 1950, l'abattage était souvent effectué directement sur le lieu de consommation par le boucher ou le charcutier. Depuis 1972, pour des raisons d'hygiène, il doit obligatoirement se faire dans un abattoir public ou dans un abattoir privé bénéficiant d'un agrément. Par ailleurs, des abattoirs ont été édifiés dans les régions d'élevage. Il est en effet plus facile de transporter les carcasses et les quartiers que les animaux vivants. Jusqu'au milieu du XIXe siècle, les bœufs normands, limousins ou nivernais couvraient à pied, lentement, de deux cents à quatre cents kilomètres avant d'être abattus dans les grandes villes.

■ **Réglementation.** L'inspection sanitaire intervient à trois stades : sur les animaux vivants, sur les viscères et sur la carcasse ; elle peut entraîner la saisie totale ou partielle. En revanche, quand tous les avis sont favorables, la carcasse reçoit une estampille légale : si l'abattoir est agréé par l'Union européenne, la viande sera destinée à la consommation intracommunautaire ; dans le cas contraire, elle restera en France.

Les abattoirs actuels sont complétés soit par des ateliers de découpe (et éventuellement d'emballage), soit par des équipements de surgélation ou, dans le cas des porcs, par un atelier de découpe, charcuterie et salaison. La recherche scientifique apporte constamment de nouveaux progrès dans ce domaine, notamment en matière d'hygiène et de conservation. Une technique récente consiste à stimuler électriquement les carcasses après l'abattage pour prévenir la contraction des muscles par le froid et provoquer un démarrage plus précoce de la maturation.

ABIGNADES « Tripes » d'oie landaises préparées avec le sang de l'animal. Les abignades (ou abegnades) ne se font pratiquement qu'en Chalosse, où on les déguste sur du pain frit au préalable dans de la graisse d'oie.

RECETTE D'ALAIN DUTOURNIER

abignades

« La veille, dégraisser les tripes de 6 oies, les détailler en morceaux de 15 cm et les vider par pression ; les fendre avec des ciseaux dans le sens de la longueur et finir de les nettoyer avec du gros sel sous un filet d'eau. Détailler les morceaux en trois et les faire dégorger 24 heures au frais dans de l'eau, du vinaigre, du sel et du sucre. Le lendemain, les rincer, les blanchir et les égoutter. Détailler 150 g de ventrèche (lard) séchée en petits lardons, lever la chair restante de 6 carcasses d'oie et les ris à l'intérieur du croupion. Faire revenir les lardons dans une cocotte, dans leur propre graisse, puis y mettre les morceaux de viande découpés et les morceaux de tripes. Ajouter 2 oignons épluchés et taillés en mirepoix, 8 blancs de poireau coupés en grosses rondelles et 1 pied de porc cuit, désossé et détaillé en dés. Mouiller de 2 bouteilles de madiran et de 1 litre de fond blanc de volaille ; ajouter 1 bouquet garni et 4 gousses d'ail écrasées avec leur peau. Saler et poivrer, porter à ébullition et écumer plusieurs fois. Couvrir et cuire 6 heures à feu doux. Au moment de servir, lier avec 1 dl de sang frais de volaille, parfumer avec une pointe de vieil armagnac et rehausser d'un trait de bon vinaigre. »

ABLETTE Petit poisson allongé mesurant une quinzaine de centimètres, de la famille des cyprinidés, abondant dans les lacs et les cours d'eau tranquilles. Ses écailles argentées sont minces et se détachent facilement. L'ablette d'eau courante est assez bonne. Elle se prépare toujours en friture.

ABLUTIONS DE TABLE Usage consistant à se rincer les doigts au cours d'un repas. En Europe, depuis que la fourchette s'est imposée, on ne se sert plus de l'aquamanile, bassin dans lequel on se lavait jadis les mains, et les rince-doigts n'apparaissent sur la table qu'avec les asperges, les artichauts, les fruits de mer et certains petits volatiles quand ils sont servis entiers.

ABONDANCE Vin étendu d'une importante quantité d'eau. C'était la boisson traditionnelle des collégiens et aussi des moissonneurs.

ABONDANCE (FROMAGE) Fromage savoyard AOC de lait de vache cru (45 % de matières grasses au minimum), à pâte pressée demi-cuite et à croûte frottée de sel. Fabriqué depuis le XIVe siècle, l'abondance (**voir** tableau des fromages français page 496) porte le nom de sa vallée et de la race de vaches laitières sélectionnée à partir de la race pie rouge de l'Est. Il se présente sous la forme d'une meule de 8 à 9 cm d'épaisseur, d'une couleur variant de l'ocre au brun, et pèse de 7 à 12 kg ; il a un goût subtil de noisette. Les fromages issus des laits d'alpage sont les meilleurs.

ABOUKIR Entremets de pâtisserie, fait d'une génoise cuite dans un moule à charlotte, puis coupée horizontalement en tranches, entre lesquelles on intercale de la crème de marrons. Le gâteau est glacé au fondant au café, puis décoré de pistaches hachées.

ABOUKIR (AMANDES) Petits-fours glacés, faits de pâte d'amande verte ou rose dans laquelle on enfonce une amande mondée, en la laissant dépasser ou non, et glacés (au caramel ou au sucre cuit au grand cassé) à l'aide d'une broche à tremper. Traditionnellement, ils sont présentés dans des caissettes en papier lisses ou plissées.

ABRICOT Fruit arrondi, jaune-orangé, à peau veloutée. La chair, tendre et peu juteuse, est sucrée et parfumée. Le noyau, lisse, se détache facilement ; l'amande qu'il renferme, comestible, s'emploie pour parfumer les confitures d'abricot. Son nom vient du catalan *abercoc*, qui dérive lui-même du latin *praecoquus*, « précoce ».

Les premiers abricots commercialisés en France vers la mi-mars viennent de Tunisie, d'Italie, d'Espagne ou de Grèce ; ceux qui sont produits en France sont plus tardifs (**voir** tableau).

L'abricotier poussait à l'état sauvage en Chine il y a plusieurs millénaires déjà ; il passa en Inde, puis en Perse et en Arménie (d'où son nom latin de *Prunus armeniaca*).

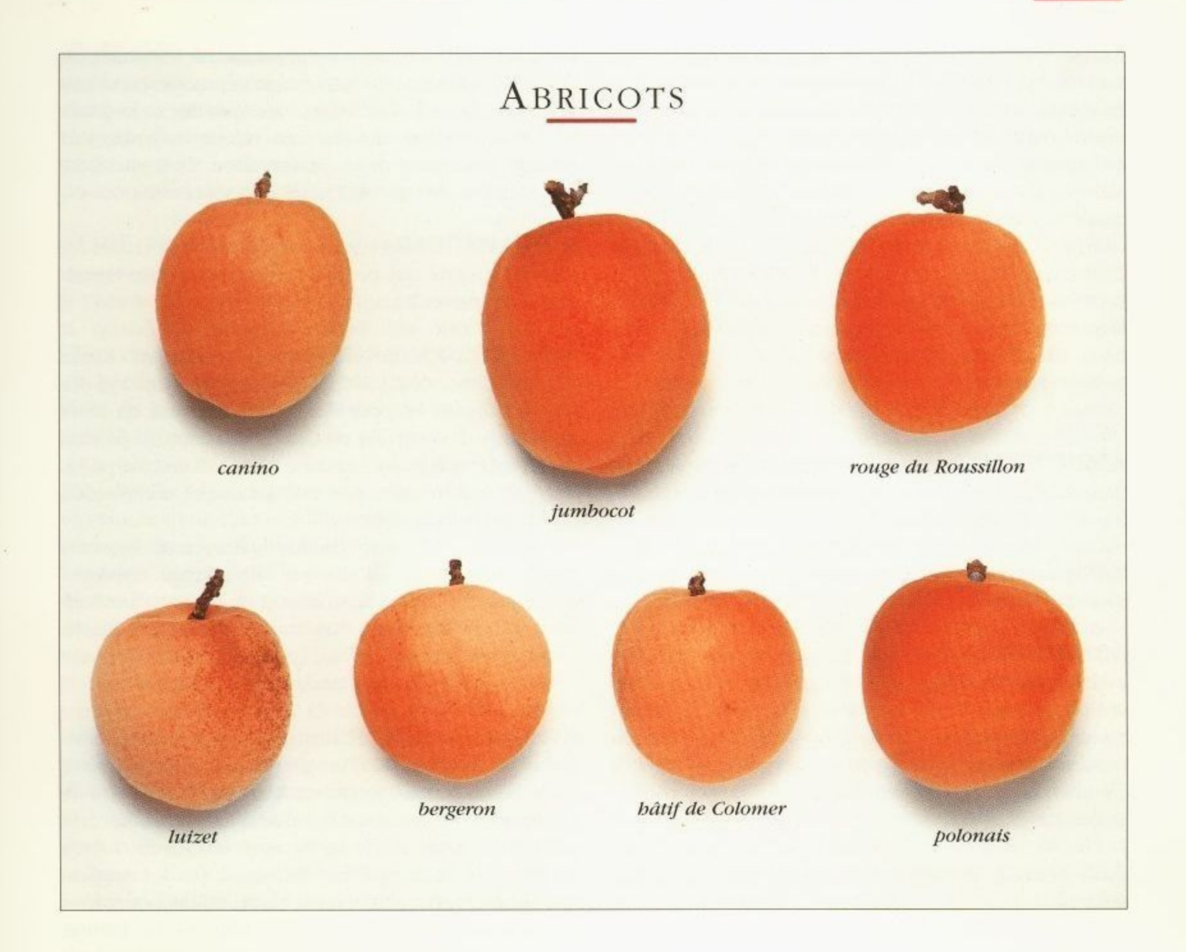
Il fut sans doute introduit en Europe après la conquête d'Alexandre le Grand. On ne commença cependant à le cultiver dans le Midi qu'au XVIIe siècle.

Riche surtout en carotène (provitamine A), mais aussi en sels minéraux (magnésium, calcium, phosphore, fer, sodium, fluor), l'abricot contient un sucre facilement assimilable (lévulose), mais n'a qu'une faible valeur énergétique.

■ **Emplois.** Parce qu'il est très fragile, l'abricot est souvent mis rapidement en conserve (abricots au naturel ou au sirop, entiers ou en moitiés – « oreillons » – ou encore en dés dans les macédoines) ; on en fait en outre des jus de fruits et de l'alcool.

Caractéristiques des différentes variétés d'abricots

variétés	provenance	époque	aspect	consistance	saveur
bergeron	Ardèche, Drôme	fin juill.-mi-août	gros, allongé, une face rouge, l'autre orangée	ferme	acidulée, parfumée
canino	Roussillon, Espagne	mi-juin	gros, orange, très clair, uniforme	assez molle	moyenne
hâtif de Colomer	Gard, Vaucluse	début juin	petit, peu coloré	ferme	peu parfumée
jumbocot ou goldrich	Gard	fin juin-début juill.	très gros, orangé	très ferme	à tendance acide
luizet	Drôme, Languedoc, Provence	début juill.	gros, allongé, peu coloré	molle	parfumée
polonais ou orangé de Provence	Bouches-du-Rhône, Gard, Vaucluse	fin juill.-début août	gros, orangé panaché de rouge	ferme	acidulée
rouget de Sernhac, ou précoce de Sernhac	Gard	début juin	moyen, orangé clair, avec une zone rouge	ferme	parfumée, un peu acidulée
rouge du Roussillon	Pyrénées-Orientales	fin juin--mi-juill.	moyen, orangé ponctué de rouge	à tendance ferme	délicieuse



Mais l'abricot se déguste aussi frais, nature. Il doit être acheté à point car, une fois cueilli, il ne mûrit plus. Si on le passe à l'eau, il faut le sécher soigneusement pour en apprécier toutes les qualités. Il est très employé en cuisine ménagère, en pâtisserie (entremets chauds et froids, gâteaux divers, salades de fruits, glaces) et en confiserie (fruits confits, marmelades, confitures).

■ **Abricot sec.** En France, les abricots secs sont tous importés, de Turquie pour les meilleurs d'entre eux, mais aussi d'Iran, de Californie et d'Australie. Beaucoup plus calorifiques que les fruits frais, ils se dégustent tels quels, mais ils doivent être réhydratés dans de l'eau tiède pendant deux heures au minimum avant d'être cuisinés.

abricots Bourdaloue

Pocher 16 oreillons d'abricot dans un sirop léger parfumé à la vanille. Les égoutter, les éponger. Emplir aux deux tiers de semoule au lait un plat en porcelaine ou en verre à feu. Y dresser les demi-abricots. Les recouvrir d'une couche légère de semoule ; les poudrer de 2 macarons écrasés et de 1 cuillerée de sucre en poudre ; glacer à four très chaud (280 °C). Servir en même temps une sauce à l'abricot. On peut remplacer la semoule par du riz au lait. Poires, pêches et bananes Bourdaloue se préparent de la même façon.

abricots confits à l'eau-de-vie

Choisir de petits abricots mûrs et fermes. Les blanchir. Les égoutter dès qu'ils remontent à la surface, puis les mettre 12 heures dans de l'eau froide en changeant l'eau toutes les 2 heures. Les éponger. Les plonger dans un sirop bouillant (densité : 1,2095) et les y laisser 4 jours. Les égoutter, les ranger dans des bocaux de verre, les recouvrir d'un mélange fait, en parts égales, d'alcool neutre à 90 % Vol. et du sirop ayant servi à confire. Ajouter 1 gousse de vanille, du rhum ou du kirsch (1 dl pour 2 litres de liquide). Couvrir et garder un mois au frais et au sec, à l'abri de la lumière.

abricots au sirop

Choisir des fruits sains et juste mûrs. Les dénoyauter. Les piquer avec la pointe d'un couteau, les mettre dans une terrine et les recouvrir de sirop froid (densité : 1,2850). Les laisser macérer ainsi 3 heures. Pendant ce temps, préparer un autre sirop (densité : 1,2197), le clarifier au blanc d'œuf, le laisser refroidir. Égoutter les abricots et les ranger dans des bocaux à conserve. Les recouvrir largement du sirop clarifié bouillant. Boucher les bocaux et les stériliser en comptant 10 min après la grosse ébullition. Les laisser refroidir dans l'eau, puis les essuyer et les entreposer dans un endroit frais et sec, à l'abri de la lumière. On peut aussi conserver des demi-abricots, mais en utilisant un sirop plus concentré (densité : 1,3199).

barquettes aux abricots → BARQUETTE
cocktail à l'abricot → COCKTAIL
compote d'abricots étuvés → COMPOTE
confiture d'abricot → CONFITURE
croquettes aux abricots → CROQUETTE
dartois à la confiture d'abricot → DARTOIS
glace à l'abricot → GLACE ET CRÈME GLACÉE
jalousies à l'abricot → JALOUSIE
pannequets aux abricots → PANNEQUET
pâte d'abricot → PÂTE DE FRUIT
sauce à l'abricot → SAUCE DE DESSERT
tarte aux abricots → TARTE
tourte aux abricots → TOURTE

ABRICOTER Recouvrir d'une mince couche de marmelade d'abricot tamisée, ou d'autres nappages (à la fraise, à la framboise), la surface d'un entremets ou d'un gâteau, pour lui donner un aspect brillant. Un abricotage préalable facilite l'application d'un glaçage au fondant.

ABRICOT-PAYS Fruit des Antilles, de la taille d'un petit melon. L'abricot-pays, malgré son nom, ne ressemble à l'abricot que par la couleur de sa chair, qui est en outre plus ferme. Sa pulpe, débarrassée de la peau épaisse qui la recouvre et des parties blanches les plus dures, sert à faire des confitures, des sorbets et des jus de fruits.

ABS Matière thermoplastique composée d'acrylonitrile, de butadiène et de styrène. Imitant l'aspect et la couleur du bois (palissandre ou bois noir), facile à mouler, l'ABS permet de fabriquer des manches de couteau très résistants.

ABSINTHE Boisson fortement anisée obtenue à partir d'une plante aromatique contenant un alcaloïde connu depuis l'Antiquité pour ses vertus toniques et fébrifuges. Au XVIIIe siècle, un médecin français élabora une liqueur verte, titrant de 60 à 70 % Vol., à partir de cette plante, d'anis, de fenouil et d'hysope, et en vendit la recette à Henri Louis Pernod, qui la commercialisa en 1797.

La « muse verte », comme la nommaient les poètes, devint très populaire à la fin du XIXe siècle. On la servait en la versant sur un morceau de sucre placé dans une petite cuillère plate percée de trous et reposant sur le bord du verre, puis on ajoutait de l'eau. Or c'était un véritable stupéfiant, qui avait des conséquences dramatiques sur le système nerveux ; sa fabrication et sa vente furent interdites en France par la loi du 16 mars 1915.

À partir de 1951 sont apparus de nombreux succédanés anisés.

ACACIA Nom courant, mais impropre, du robinier, ou faux acacia (famille des papillionacées). Ses fleurs, dont les grappes s'épanouissent en mai, s'accommodent en beignets, décorent les salades et servent à fabriquer des liqueurs de ménage.

► **Recette** : RATAFIA.

ACCOLADE (EN) Mode de dressage sur le même plat de deux pièces de même nature, adossées l'une contre l'autre. Ce sont surtout les volailles et le gibier à plume que l'on met ainsi en valeur, mais, dans la cuisine ancienne, cette présentation était courante pour les viandes de boucherie et les poissons.

ACCOMMODER Préparer un mets en effectuant les transformations qui précèdent sa cuisson, l'assaisonner et le faire cuire.

ACHARD (FRANZ KARL) Chimiste allemand (Berlin 1753-Kunern, Silésie, 1821), né dans une famille d'origine française, émigrée après la révocation de l'édit de Nantes. Poursuivant des recherches sur un produit de remplacement du sucre de canne, il mit au point, en 1796, le premier procédé industriel d'extraction du sucre de betterave.

Cette invention, que l'Institut de France déclara sans intérêt, reçut l'appui du roi de Prusse Frédéric-Guillaume III ; en 1802, le souverain accorda une subvention à Achard pour établir une sucrerie en Silésie. L'entreprise échoua, car, à l'époque, ce sucre revenait trop cher, et le chimiste mourut dans la misère.

ACHARD OU **ACHAR** Terme d'origine malaise désignant un condiment d'usage courant à la Réunion, en Inde, en Indonésie et aux Antilles. Ce mélange de légumes ou de fruits, ou des deux, hachés et macérés dans une sauce épicée au vinaigre et souvent sucrée fut introduit en Europe au XVIIIe siècle par les Anglais. Les achards exotiques sont constitués de bourgeons de chou palmiste ou de bambou macérés. En France, ils peuvent être à base de câpres, champignons, chou-fleur, citrons, cornichons, dattes, petits melons, oignons, oranges, piments, potiron. Au Canada, ils accompagnent les viandes froides et, traditionnellement, le gibier à plume, qui est servi sans sauce pour mieux préserver son goût sauvage.

achards de légumes au citron

Diviser en quartiers des citrons à écorce très fine et retirer les pépins. Couper en lamelles minces de 4 cm de long environ des carottes, des poivrons et des concombres débarrassés de leurs graines et, en petits morceaux, des haricots verts fins et des feuilles de chou. Séparer un chou-fleur en tout petits bouquets. Faire macérer avec du gros sel les citrons et, à part, les légumes. Au bout de 12 heures, laver les citrons et les laisser tremper dans l'eau froide pendant 24 heures en changeant l'eau plusieurs fois, puis les faire bouillir jusqu'à ce que les quartiers soient souples. Les égoutter et les sécher. Au bout de 36 heures, égoutter et sécher les légumes. Passer au hachoir électrique, puis au mixeur, de l'oignon et du gingembre frais. Ajouter du poivre de Cayenne, du vinaigre et du safran, puis de l'huile d'olive première pression à froid. Mettre dans un bocal les quartiers de citron et les morceaux de légumes ; les recouvrir avec de l'huile aromatisée. Fermer et conserver au frais jusqu'au moment de les déguster.

ACHE DES MARAIS Plante sauvage de la famille des ombellifères dont est issu le céleri (voir planche des herbes aromatiques page 561). Les Grecs et les Romains l'utilisaient déjà comme condiment. L'ache peut s'associer à des salades ; elle entre dans la composition de sirops apéritifs et de tisanes.

ACIDE Terme exprimant une fonction chimique et une sensation gustative.

■ **Chimie.** Pour les chimistes, une substance est acide si, quand elle est mise en solution dans l'eau, elle libère des ions hydrogène. Le degré d'acidité se définit par le potentiel hydrogène (pH), dont l'échelle varie de 0 (très acide) à 14 (très alcalin) ; l'eau pure et à 23 °C est neutre, avec un pH de 7.

Certains aliments renferment des acides organiques, dits « faibles » (par rapport aux acides minéraux dits « forts », comme l'acide sulfurique) : acides citrique et malique dans les fruits, acide phosphorique dans les fromages, la viande et le poisson, acide tartrique dans le vin. En outre, ils contiennent des substances assimilables dont la formule comporte aussi la fonction acide : acide ascorbique, acides aminés, acides gras.

■ **Gastronomie.** Pour les gastronomes, l'acide est aussi une sensation gustative : c'est une des quatre saveurs fondamentales, avec le sucré, l'amer et le salé. Mais notre bouche ne mesure pas réellement le pH d'un aliment, car la salive absorbe plus ou moins les ions H + qu'il libère ; elle exerce ainsi un « effet tampon ». En fait, la saveur acide se perçoit essentiellement sur la langue et sur les papilles qui tapissent la bouche.

On la qualifie aussi de sure (*sauer* en allemand et *sour* en anglais), d'aigre, d'acidulée ou de verte (le verjus était un condiment utilisé par les Anciens).

■ **Emplois.** Les produits acides et ceux auxquels on ajoute un acide (tel l'acide acétique, ou vinaigre) se conservent mieux, car les micro-organismes se développent moins facilement quand le pH est bas. La teneur en vitamine C est par ailleurs mieux préservée.

Un acide faible, comme le jus de citron, empêche le noircissement par oxydation des avocats, bananes, endives, fonds d'artichaut, pommes, pommes de terre. Les acides aident à la coagulation des protéines ; c'est pourquoi on met un peu de vinaigre ou de citron dans un court-bouillon et dans la cuisson de la blanquette.

L'acidification est un phénomène de dégradation : quand le lactose se transforme en acide lactique, on dit que le lait a « suri ». En cuisine, on a parfois besoin de crème « aigre » : on obtient celle-ci en ajoutant quelques gouttes de citron dans de la crème fraîche.

ACIDE AMINÉ OU **AMINOACIDE** Élément de base des protéines. On connaît une vingtaine d'acides aminés naturels. Selon ses besoins, l'organisme humain est capable de synthétiser la plupart d'entre eux, à l'exception de huit qui lui sont indispensables et qui doivent donc être fournis par l'alimentation : l'isoleucine, la leucine, la lysine, la méthionine, la phénylalanine, la thréonine, le tryptophane et la valine. La carence d'un seul acide aminé empêche l'organisme d'utiliser les éléments protéiques qui auraient dû lui être associés.

La valeur biologique des protéines dépend de leur bon équilibre en acides aminés : elle est plus élevée dans les produits animaux que dans les végétaux. Dans les œufs, la répartition est pratiquement idéale, alors que certaines farines, par exemple, doivent être enrichies en lysine.

Quelques acides aminés, comme la méthionine, sont fabriqués industriellement.

ACIDE GRAS Élément de base des lipides, qui sont, pour la plupart, des triglycérides, regroupant une molécule de glycérol et trois acides gras.

Il existe une vingtaine d'acides gras courants, que l'on distingue par leur capacité à s'associer, ou non, entre eux : ils sont saturés (pas de liaison possible) ou insaturés (admettant une double liaison pour les mono-insaturés, plusieurs doubles liaisons pour les polyinsaturés).

Les acides gras permettent une bonne utilisation des lipides et du cholestérol. Les saturés se trouvent essentiellement dans les viandes, la charcuterie, les fromages, le beurre et les corps gras d'origine animale ; les mono-insaturés dans les huiles d'arachide et d'olive surtout ; les polyinsaturés dans les huiles de maïs, de tournesol, de pépins de raisin, de soja et de colza (pour ces deux dernières, il s'agit d'acide linolénique, qui ne doit pas être chauffé).

ACIDULER Rendre une préparation plus acide, aigre ou piquante en lui ajoutant un peu de jus de citron, de vinaigre ou de verjus (on dit aussi « aigrir »).

ACIER Métal très résistant, fait d'un mélange de fer et de carbone, utilisé en équipement ménager pour fabriquer certaines lames de couteau et divers ustensiles (lardoire, tire-bouchon, vide-pomme). Il présente cependant l'inconvénient de s'oxyder, et il est de plus en plus remplacé par l'acier inoxydable.

■ **Tôle d'acier.** Bon conducteur, elle absorbe bien la chaleur. Elle est souvent noire et mate pour les poêles, les plaques à pâtisserie et certaines bassines à friture, et émaillée pour les casseroles et les fait-tout (mais ceux-ci ne sont résistants que si la tôle est épaisse).

■ **Acier inoxydable.** Mélange de chrome et d'acier, et parfois de nickel pour les qualités supérieures. Les lames de couteau contiennent 13 % de chrome, les couverts 16 %, les casseroles, récipients et ustensiles de cuisson 18 %.

L'acier inoxydable (Inox) ne rouille pas et n'est attaqué ni par les acides ni par les alcalis ; il ne retient ni le calcaire ni les odeurs, et il est très facile d'entretien. Lorsque son épaisseur est suffisante (de 0,8 à 2 mm pour les casseroles), il résiste aux chocs et à la surchauffe, mais il est mauvais conducteur thermique ; en outre, il répartit mal la chaleur, et les aliments attachent.

Pour y remédier, les fabricants ont mis au point le fond « sandwich » (cuivre ou aluminium pris entre deux couches d'acier inoxydable), le trimétal (deux épaisseurs d'acier inoxydable autour d'une « âme diffusante » en acier doux), le dépôt électrolytique de cuivre, etc.

ACRA Beignet salé, fait d'une boulette épicée de purée de légumes ou de poisson, mélangée avec de la pâte à beignets. On le sert brûlant en hors-d'œuvre ou comme amuse-gueule avec un punch.

Très populaires dans toutes les îles des Antilles, les acras (accras, akras ou akkras) s'appellent aussi « marinades », « bonbons à l'huile », *stamp and go* à la Jamaïque et *surullitos* à Porto Rico. Ils sont le plus souvent préparés avec de la morue, mais on utilise également des alevins, des maquereaux, des écrevisses, du fruit de l'arbre à pain, de l'aubergine, des cœurs de palmier, du chou caraïbe, du giraumon, etc.

acras de morue

Dessaler à l'eau froide, pendant 24 heures, 500 g de morue salée, en changeant l'eau plusieurs fois. Laisser reposer 1 heure une pâte à beignets faite avec 200 g de farine, 1 pincée de sel et juste assez d'eau pour obtenir une pâte épaisse. Mettre la morue dessalée dans une casserole d'eau froide, porter sur le feu et la faire pocher tout doucement avec 1 feuille de laurier pendant 10 min, puis l'égoutter, l'effeuiller et la mélanger avec 2 cuillerées à soupe d'huile d'olive, du sel et du poivre de Cayenne. Hacher 2 échalotes épluchées et 4 ou 5 brins de cive, et les ajouter à la morue ainsi que la pâte. Battre 2 ou 3 blancs d'œuf en neige ferme et les incorporer délicatement au mélange. Chauffer de l'huile à friture ; prendre la pâte, cuillerée à dessert par cuillerée à dessert, et la faire glisser dans la friture chaude. Laisser dorer, retourner, égoutter ; servir brûlant.

ÂCRE Qualificatif exprimant une sensation, souvent persistante et désagréable, irritante pour le nez (odeur de fermentation avancée) ou pour la langue (saveur excessivement aigre). On peut trouver âcres une charcuterie trop longtemps ou mal fumée, un toast ou un gigot brûlé, ou un yaourt qui a tourné.

ADDITIF ALIMENTAIRE « Toute substance qui n'est pas normalement consommée en tant que denrée alimentaire [...], qu'elle ait ou non une valeur nutritive, et dont l'addition intentionnelle, dans un but technologique ou organoleptique [...], entraîne son incorporation dans la denrée » *(Codex alimentaire).*

La recherche du goût, de la couleur et de la conservation, en particulier, a incité de tout temps à incorporer aux aliments du sel ou du sucre, des épices ou du vinaigre, des produits tels que le carmin, le vert d'épinard ou le caramel. Mais l'industrialisation de l'alimentation a considérablement modifié la nature et les conditions d'emploi des additifs.

■ **Réglementation.** En France, aucun additif ne peut être utilisé sans une autorisation préalable de la Direction générale de la concurrence, de la consommation et de la répression des fraudes (DGCCRF), après avis du Conseil supérieur d'hygiène publique et de l'Académie de médecine sur sa non-toxicité. L'autorisation est donnée pour des produits bien définis et mentionne toujours les doses maximales.

Ce système offre certes un maximum de garanties, mais on peut penser que tous les additifs ne sont pas indispensables, en particulier les colorants, qui donnent aux produits un aspect flatteur mais souvent trompeur. Certains ont des effets secondaires néfastes : manifestations d'hypersensibilité à la tartrazine (colorant jaune), destruction de la vitamine B1 par l'anhydride sulfureux (conservateur).

Code de quelques additifs alimentaires

catégorie		code	nom
colorants	rouge	E 120	cochenille, carmins
	vert	E 140	chlorophylles et chlorophyllines
	brun	E 150	caramels
	jaune	E 160 a	caroténoïdes
	rouge	E 162	rouge de betterave, bétanine
conservateurs		E 220	anhydride sulfureux
		E 222	sulfite acide de sodium
		E 236	acide formique
		E 250	nitrite de sodium
		E 252	nitrate de potassium
		E 270	acide lactique
antioxydants naturels		E 300	acide ascorbique ou vitamine C
		E 330	acide citrique (et ses sels)
		E 360	tocophérols (extraits naturels) ou vitamine E
antioxydants de synthèse		E 307	alpha-tocophérol de synthèse
		E 312	gallate de dodécyle
		E 320	BHA (buthyl-hydroxyanisol)
		E 321	BHT (buthyl-hydroxytoluène)
gélifiants		E 400	acide alginique
		E 406	agar-agar
		E 407	carraghénates
		E 420	sorbitol
		E 440	pectine et pectine amidée
		E 950	acésulfame de potassium
édulcorants		E 951	aspartame
		E 954	saccharine

Plusieurs directives européennes harmonisent les réglementations concernant les additifs alimentaires dans les États membres de l'Union européenne. Depuis 1973, en France, l'étiquette d'un produit conditionné doit porter mention de la nature de l'additif (voir tableau ci-contre), avec son numéro d'identification (E comme Europe, suivi d'un chiffre).

Les produits diététiques, réglementés depuis 1975, renferment certains additifs et d'autres substances destinées à les enrichir.

ADOUCIR Atténuer l'âcreté, l'âpreté, l'amertume, l'aigreur, l'acidité ou l'excès d'assaisonnement d'un mets en lui ajoutant un peu d'eau, de lait, de crème fraîche, de sucre, etc., ou en prolongeant sa cuisson. Une pincée de sucre adoucit la tomate concassée. On adoucit une sauce en faisant bouillir le vin utilisé pour le déglaçage et en lui imposant une réduction.

ADVOCAAT Liqueur onctueuse, d'origine hollandaise, faite de jaunes d'œuf battus, de sucre et d'alcool, et aromatisée au genièvre.

On boit l'advocaat en apéritif, soit nature dans un verre à porto, soit avec de la crème fouettée dans un grand verre, à la petite cuillère.

ÆGLE Arbuste tropical, de la famille des rutacées, voisin du citronnier, originaire de l'Inde orientale. Ses fruits, qui ressemblent à des oranges moyennes, sont assez parfumés. Les Indiens les font cuire sous la cendre, car ils sont coriaces, puis les mangent avec du sucre. On en fait également des confitures.

AFFICHAGE Indication lisible, sur un panneau, un écriteau ou une affichette, de renseignements concernant les produits alimentaires proposés à la vente. L'affichage doit fournir notamment la dénomination de vente (nature, variété ou catégorie, provenance), le prix unitaire et, pour les produits préemballés, le prix à la pièce et le prix rapporté au kilo ou au litre. Suivant le type de produit, d'autres mentions doivent figurer (pour les fruits et légumes, la catégorie ; pour le pain, une éventuelle congélation...).

Pour les produits préemballés, l'étiquette précise en outre, de façon générale, la liste des ingrédients, la quantité nette, la date limite de vente ou de conservation, le nom ou la raison sociale du fabricant, le lieu de fabrication ou d'origine, et le lot de fabrication.

AFFINAGE Dernière étape de la fabrication d'un fromage (à l'exclusion des fromages frais ou fondus), au cours de laquelle celui-ci va s'assécher, former sa croûte et acquérir sa texture, son arôme et sa saveur. L'affinage, opération délicate qui nécessite un grand savoir-faire, s'effectue en cave (ou dans un local reproduisant les mêmes conditions), plus ou moins vaste et aérée, à une température précise et à un degré hygrométrique déterminé, parfois en présence d'une flore bactérienne.

Pendant l'affinage, le fromage évolue sous l'action de micro-organismes, ambiants ou introduits dans sa pâte. Pour la majorité des fromages, la maturation se fait de la croûte vers le centre ; pour la plupart des bleus, au contraire, elle se fait de l'intérieur vers l'extérieur. Chaque fromage reçoit des soins spécifiques : brossage ou lavage de la croûte, macération, retournements réguliers, enrobage de cendre, d'herbe, etc. Au terme de cet affinage, qui peut demander plusieurs mois, le fromage est « fait à cœur » ou « à point » ; un excès d'affinage donne des saveurs désagréables.

On affine les saucissons, ainsi que les jambons : ils sont soumis à une période de maturation et de dessiccation qui assure leur stabilité, leur goût et leur arôme.

AFNOR Sigle de l'Association française de normalisation, organisme privé créé en 1926 et reconnu d'utilité publique en 1943, qui centralise et coordonne les travaux de normalisation en France. Chaque année, quelque mille six cents normes, nouvelles ou révisées, sont publiées. En 1994, il en existait près de seize mille concernant des normes fondamentales (terminologie, métrologie, etc.), des normes de méthodes d'essais et d'analyses, des normes de spécifications et de procédés, des normes d'organisation et de service.

La marque NF (normes françaises) signifie que l'Afnor certifie la conformité d'un produit avec les normes qui le concernent. Elle s'applique à de nombreux biens intermédiaires et produits de consommation ; on la connaît surtout dans l'équipement domestique et l'électroménager. Elle concerne depuis 1994 les produits agroalimentaires et les services.

Au niveau européen, l'Afnor participe aux travaux du CEN (Comité européen de normalisation) et, au niveau international, à ceux de l'ISO (Organisation internationale de normalisation). Au Canada, les travaux de normalisation relèvent de l'Association canadienne de normalisation et, en Belgique, du Benor, géré par l'Institut belge de normalisation.

AFRICAINE (À L') Se dit d'une garniture de pommes château et de deux légumes (concombre, aubergine ou courgette) tournés en gousses, sautés à l'huile ou cuits à la vapeur. Elle accompagne les grosses pièces de mouton rôti, que l'on peut parfumer de boutons de roses moulus (comme en Tunisie) ou d'aromates (trois, choisis parmi le thym, le laurier, le cumin, le girofle et la coriandre). La sauce s'obtient par déglaçage à la demi-glace tomatée.

AFRIQUE NOIRE La cuisine des pays d'Afrique noire est peu connue en Europe, bien que l'on trouve aujourd'hui dans les grandes villes de nombreux produits auxquels elle fait appel : viandes (traditionnellement buffle, zébu, chameau, serpent, singe), poissons (tiof – proche du mérou –, capitaine, manvi des rivières ou caïman au Zaïre) ou végétaux (pain de singe, feuilles du n'dole, manioc, fonio, karité, sorgho). Plus diversifiée dans l'ouest du continent que dans l'est (sauf en Éthiopie, où elle est très raffinée, comme en témoigne le *went,* une sauce à la viande richement élaborée), la cuisine africaine a conservé une certaine rusticité (cuisson lente au feu de bois, utilisation du mortier et de la marmite où tous les

ingrédients sont cuits ensemble). À Madagascar et à la Réunion, l'influence indienne est sensible (achards, cari, rougails).

■ **Une cuisine parfumée.** Les plats africains les plus courants sont apprêtés en ragoût ou cuits sans eau dans un ustensile en terre (canari), mais toujours relevés par un extraordinaire assortiment de condiments. Outre les épices traditionnelles comme le poivre, le gingembre, l'ail – *thoum* –, le piment – pili pili – et la muscade, on utilise l'*atokiko* (noyaux de mangue), le tamarin, le *tô* (pâte de mil), le *lalo* (poudre de feuilles de baobab) et le *soumbala* (gousses d'un fruit séchées et pilées), ainsi que des larves d'insectes et des sauterelles séchées.

L'arachide, l'huile de palme et la noix de coco apportent leur saveur aux préparations de viande et de poisson. Le manioc est le féculent de base, et le sorgho la céréale la plus répandue.

■ **Soupes, légumes et plats uniques.** Salades et crudités sont absents des menus africains, mais les soupes sont nombreuses et variées : *nkui* du Cameroun (gombos, écorces et boulettes de maïs) ; *pepe supi* de Guinée (où la viande se mêle au poisson) ; soupe « des relevailles » du Mali (à la poule et aux tripes) ; *caïdou* du Sénégal (au poisson et au riz).

La tradition du plat unique est encore largement respectée. Celui-ci constitue alors le « plat national » : *zegeni* d'Érythrée (mouton à la pâte de piment et aux légumes, servi avec des galettes de farine sans levain) ; *cosidou* du Bénin (sorte de pot-au-feu proche du cocido portugais) ; *dou louf* du Tchad (jarret et pied de bœuf aux gombos) ; *vary amin* de Madagascar (pot-au-feu de zébu aux chayotes, tomates et gingembre) ; yassa du Sénégal ; mafé de l'Afrique occidentale (bœuf aux arachides et au mil) ; *kourkouri* de Haute-Volta (pot-au-feu de porc) ; *bosaka* de Côte-d'Ivoire (coquelet frit à l'huile de palme) ; *massalé* de la Réunion (cabri au cari) ; etc.

Le couscous s'est répandu dans toute l'Afrique, mais il se compose plus souvent de mil que de blé, comme le *bassi salté* du Sénégal ; il se fait aussi avec du maïs (au Cameroun) et du blé complet (au Tchad). Selon les ressources locales, la garniture de légumes varie : chou vert et arachides crues au Mali ; dattes, raisins secs et fonds d'artichaut au Niger ; citrouille et aubergines en Haute-Volta.

Le plat de base de la cuisine africaine, celui qui fait son originalité, repose sur l'association de deux éléments essentiels : d'une part, un féculent (manioc, igname, patate douce, taro ou plantain) ou une céréale (riz, fonio, sorgho ou mil), réduits en pâte ou en bouillie, et, d'autre part, une sauce-ragoût très consistante, associant légumes (épinards, graines de palme, tomates, gombos), viande et/ou poisson, pistaches, arachides, mangues vertes, etc. Suivant le pays, ce plat s'appelle foutou (ou foufou), *placali*, *gari* ou *aitïou* (à base de maïs).

Les courges et les tubercules constituent l'essentiel des légumes, avec les « feuilles vertes » (de citrouille, d'aubergine ou de haricot) et toutes les variétés de bananes (consommées en pâte, en croquettes, sautées – pour le *dop* du Cameroun – ou frites).

■ **Viandes et poissons**. Intimement liée aux ressources locales (ragoût de vipère au Cameroun, queue de crocodile en Haute-Volta, brochettes de singe en Casamance, chameau aux ignames au Mali), la cuisine africaine propose néanmoins des mets moins insolites : le poulet, en particulier, est accommodé de façons très diverses (à la noix de coco, au gingembre, aux bananes vertes, aux arachides), tandis que le bœuf et le porc sont le plus souvent braisés ou cuits en pot-au-feu et que le mouton se mange grillé.

Sur le littoral, les ressources de la pêche permettent de varier agréablement les menus, en particulier au Bénin (*ago glain*, ragoût de crabe au riz), au Sénégal (tié bou diéné, darnes de poisson maigre cuites sur un lit de légumes), en Guinée et au Togo (bar au gingembre, mulet farci). On fait frire les huîtres géantes, ainsi que les crevettes. Le thon aux achards est typique de la Réunion, et la morue, en salade ou en gratin, est une spécialité de la Guinée.

■ **Desserts et boissons.** Le lait de chèvre se consomme caillé, mais l'Afrique ne produit pratiquement pas de fromage, en dehors du fromage au henné (Mali, Niger et Bénin) que l'on émiette dans les sauces.

Les fruits, en revanche, sont nombreux, diversifiés à l'extrême et souvent d'une remarquable richesse alimentaire, comme la papaye. On en fait des compotes et des crèmes (de corossol, d'avocat). Ils accompagnent également le riz au lait et les semoules sucrées, tandis que les bananes font de délicieux beignets et que la patate douce sert à préparer des gâteaux (avec de la noix de coco) et des crêpes. Les fruits donnent aussi des boissons (lait de coco ou de corossol, jus de banane, cidre d'ananas).

Des breuvages alcoolisés typiques sont très consommés : *mengrokom* (alcool de maïs et de manioc) au Gabon, bière de mil au Togo, alcool et vin de palme, *babine* (boisson fermentée aux feuilles d'avocatier).

Enfin, de nombreuses infusions et macérations associent des vertus médicinales à leur action rafraîchissante : infusion de kinkéliba, eau de citron au gingembre, boisson au miel et au citron vert.

AFRIQUE DU SUD La cuisine sud-africaine, héritée des colons anglais et hollandais, se caractérise essentiellement par la place prépondérante faite à la tradition ; elle associe surtout viande (bœuf, agneau) et riz, tandis que les coquillages et crustacés (langoustes, moules, huîtres) sont moins appréciés et que le poisson est consommé fumé ou frais (le *kinglip* a une chair ferme et savoureuse).

La spécialité la plus typique est le *biltong* (viande de bœuf, d'autruche ou d'antilope, séchée, salée et parfois sucrée) ; on prépare aussi les *beoerewors* (saucisses de bœuf), le *sosatie* (mouton mariné et grillé en brochettes) et le *boboti* (bœuf haché et épicé, mêlé d'oignons et d'amandes, cuit au four avec des œufs battus).

▶

Afrique noire. Marché à Foumbot.
Ces femmes camerounaises proposent choux, piments séchés, maïs, gombos...



Chutneys et sauces piquantes sont très répandus. On mange beaucoup de maïs (en farine dans le pain, *kakou,* ou en semoule sucrée, dans certaines ethnies), peu de légumes mais énormément de fruits. Tartes, puddings, gaufres et confitures terminent les repas. La production de vin est importante, mais on boit aussi beaucoup de bière et de jus de fruits.

■ **Vins.** La tradition viticole de l'Afrique du Sud est ancienne : les premières vignes plantées par les émigrants hollandais datent de 1655. Le vignoble, regroupé dans la province du Cap, se répartit en deux grandes zones, elles-mêmes divisées en quatorze régions de production, selon le principe des appellations d'origine contrôlée, en vigueur depuis 1972.

La première zone, ou « secteur côtier au sud-ouest du Cap », comprend les régions de Paarl, Durbanville, Stellenbosch, Tulbagh, Swarland, et la vallée de Constantia, dont les vins de dessert ont eu leur heure de gloire en Europe à la fin du XVIIIe et au début du XIXe siècle. La seconde zone, dite « Breede River Valley », s'étend à l'est du Cap dans la vallée de la Breede et regroupe les régions d'appellation de Worcester, Robertson et Swellendam. Les autres grandes régions viticoles sont Klein Karroo, Olifantsriver, Overberg et Piketberg.

Profitant d'un climat de type souvent méditerranéen, les principaux cépages, qui donnent généralement leur nom aux vins, sont les cabernet-sauvignon, pinotage (croisement entre le pinot noir et le cinsault), merlot, pinot noir, cabernet franc, cinsault et tinta barroca pour les vins rouges, les chardonnay, sauvignon blanc, chenin blanc ou *steen* (32 % de la surface plantée), riesling, colombard et muscat d'Alexandrie pour les vins blancs. Pour les mousseux, on utilise les chardonnay, pinot noir et chenin blanc. La région du Klein Karroo produit des vins de dessert du type porto selon la méthode portugaise, des muscats et, depuis une quarantaine d'années, des vins du type xérès selon le système traditionnel espagnol.

La région du Cap produit des vins légers, rouges et blancs, et des vins corsés. Depuis quelques années, la production des vins rosés connaît un succès croissant. Les fabrications de vins mousseux se développent aussi. La production totale approche cinq millions d'hectolitres, malgré des rendements à l'hectare très faibles. Une bonne partie est encore distillée pour l'obtention d'alcools, dont le plus réputé est le van den hum, parfumé à l'écorce de mandarine. L'Afrique du Sud exporte ses vins (env. 500 000 hl) et alcools (env. 21 000 hl) dans cinquante pays. Son principal client est la Grande-Bretagne.

AGAR-AGAR Substance mucilagineuse, également connue sous le nom de « mousse du Japon » ou « de Ceylan ». Extrait d'algues très abondantes dans l'océan Indien et dans le Pacifique, l'agar-agar se présente soit sous la forme de petites lanières translucides, chiffonnées, de couleurs variées, soit sous la forme de pains ou de poudre.

Quand on le fait fondre dans l'eau à petit feu, le mucilage se délaye, se concentre en bouillant, puis prend, en refroidissant, la consistance d'une gelée. Les Japonais l'incorporent à des potages, mais c'est dans l'industrie alimentaire (entremets, crèmes glacées, sauces et soupes en conserve) que l'agar-agar trouve ses principales utilisations.

AGARIC Nom collectif désignant toutes les espèces de champignons à lamelles rosées devenant brunes avec l'âge ; on dit également psalliote (voir planche des champignons page 240). Ces champignons, des bois ou des prairies, ont un pied sans volve à la base, mais généralement pourvu d'un anneau en haut. Ils sont pour la plupart comestibles et cultivables ; le meilleur exemple en est *Agaricus bisporus,* le champignon de couche ou de Paris.

La classification des agarics est fort complexe, mais on peut les répartir en deux grands groupes, selon la coloration que prend leur chair quand elle est oxydée par l'air : les rougissants ou rosissants (agaric champêtre, ou rosé des prés), et les jaunissants, (agaric des bois, ou boule-de-neige), tous deux excellents.

AGAVE Grande plante aux feuilles charnues, de la famille des amaryllidacées, originaire du Mexique. La sève, abondante et sucrée, sert, en Amérique latine, à fabriquer, par fermentation, des boissons très appréciées : le pulque, qui ressemble au cidre, le mescal, au goût d'amande amère, issu de la première distillation, et la tequila, produit de la seconde distillation.

Les cinq grandes familles d'agneaux de boucherie (environ trente races)

familles	provenance	époque	élevage
races d'herbage (dont agneaux d'herbe et de pré-salé)	Vendée, Maine, Charolais, Avranchin, Cotentin	mi-avr.-déc.	en plein air, sous l'influence océanique
races laitières	sud du Massif central, Pyrénées-Atlantiques, Corse	toute l'année	en plein air ; plutôt réservées à la production fromagère
races mérinos	Arles (Bouches-du-Rhône)	août-sept.	en plein air (transhumance)
races précoces (issues de trois races portant le nom des régions ci-contre)	Île-de-France, Cher, Suffolk	toute l'année	en bergerie
races rustiques	Massif central, Préalpes du Sud, Limousin	toute l'année	naissance en hiver et au printemps ; en été, séjour dans les alpages

AGENT DE TEXTURE Additif conçu pour donner une structure et une consistance déterminées à certains aliments. Les agents de texture (de E 400 à E 499) influent à la fois sur les propriétés physiques du produit (densité, fluidité, viscosité) et sur les sensations gustatives qui y sont liées (moelleux, onctueux, crémeux, etc.) [voir ADDITIF ALIMENTAIRE].

AGNEAU Petit (mâle ou femelle) de la brebis, âgé de moins de 300 jours (voir tableaux), au terme desquels il prend le nom de mouton. La viande du mouton, un peu forte, est moins appréciée (voir PRÉ-SALÉ).

L'agneau se découpe comme le mouton (voir planche de la découpe de l'agneau page 22) et se consomme surtout rôti. Les côtelettes grillées sont parfois appelées, à l'anglaise, *lamb chops*.

L'agneau figure souvent dans les armoiries corporatives des bouchers, en particulier à Paris, et il est de tradition de le servir le jour de Pâques.

agneau de lait farci
Préparer l'agneau pour pouvoir le farcir et l'embrocher. Détailler en très petites escalopes le foie, le cœur, les ris et les rognons, les faire sauter vivement au beurre et les assaisonner de sel et de poivre. Les ajouter à du riz pilaf à moitié cuit et farcir l'agneau de ce mélange. Coudre les ouvertures et brider l'animal. L'embrocher, le saler, le poivrer et le cuire à feu vif (20 min par kg). Déglacer la lèchefrite avec quelques cuillerées de bouillon. Tenir ce jus au chaud. Retirer l'agneau de la broche, le débrider, le dresser sur un plat long, entouré de cresson et de quartiers de citron. Servir le jus en saucière.

agneau aux pruneaux, au thé et aux amandes
Couper en gros dés 1 kg d'épaule d'agneau désossée et dégraissée. Poudrer régulièrement les morceaux de viande de sel fin et les faire revenir dans une cocotte avec du beurre ; les égoutter quand ils sont bien dorés. Ajouter dans le beurre de cuisson 1/4 de litre d'eau, 1 bâton de cannelle en morceaux, 1/2 bol d'amandes mondées, 200 g de sucre en poudre et 2 cuillerées à soupe d'eau de fleur d'oranger. Amener ce mélange à ébullition sur feu vif, en remuant, puis remettre les morceaux de viande, couvrir et laisser mijoter 45 min. Pendant ce temps, faire tremper 350 g de pruneaux dénoyautés dans du thé vert très fort. Les ajouter non égouttés dans la cocotte et cuire encore 10 min.

attereaux de cervelles d'agneau à la Villeroi → ATTEREAU
ballottine d'agneau braisée → BALLOTTINE
blanquette d'agneau aux haricots et pieds d'agneau → BLANQUETTE
brochettes de ris d'agneau → BROCHETTE
cari d'agneau → CARI

carré d'agneau à la bordelaise
Tourner en gousses 250 g de pommes de terre. Nettoyer des cèpes et les dorer à l'huile d'olive. Faire colorer dans une cocotte, dans un mélange de beurre et d'huile, un carré d'agneau paré et raccourci. Ajouter les champignons et les pommes de terre ; saler et poivrer ; couvrir. Cuire 1 heure dans le four préchauffé à 180 °C. Quelques minutes avant de servir, ajouter une petite gousse d'ail écrasée et 3 ou 4 cuillerées à soupe de fond brun tomaté.

carré d'agneau à la languedocienne
Dorer à la graisse d'oie un carré d'agneau paré et raccourci. Ajouter 12 petits oignons épluchés et passés au beurre avec 12 dés de jambon cru, 6 gousses d'ail pelées et blanchies et 200 g de petits cèpes nettoyés et sautés à l'huile dans une poêle. Saler et poivrer. Disposer la viande et sa garniture dans un plat en terre à feu. Cuire au four en arrosant souvent. Parsemer de persil ciselé. Servir dans le plat.

carré d'agneau à la niçoise
Dorer au beurre, dans une cocotte en terre, un carré d'agneau paré et raccourci. Mettre dans la cocotte 1 courgette pelée, coupée en gros dés et passée à l'huile d'olive, 1 grosse tomate pelée, épépinée, coupée en morceaux et passée à l'huile d'olive, et une vingtaine de petites pommes de terre nouvelles pelées, passées également à l'huile. Saler et poivrer. Cuire au four préchauffé à 230 °C. Parsemer de persil ciselé. Servir dans la cocotte de cuisson.

Caractéristiques des trois types d'agneaux* déterminés par l'âge

types	provenance	époque	poids et âge	aspect	saveur
agneau de lait, ou laiton, ou agnelet (selon les régions)	Sud-Ouest Pyrénées-Atlantiques	fin déc.-mi-avr.	5-10 kg 20-60 jours	chair blanche	délicate, tendre, de noisette
agneau de boucherie (d'herbes et de bergerie)	toute la France	toute l'année	16-25 kg 80-130 jours	chair colorée très intense	plus marquée, fine, élégante
agneau gris d'herbes broutant	toute la France	toute l'année	20-30 kg 150-300 jours	pigments accentués par la présence du gras et des muscles	assez marquée, boisée

** Pour recevoir l'appellation « agneau », l'animal doit être âgé de moins de 300 jours.*

DÉCOUPE DE L'AGNEAU

côte découverte (2)

côte-filet « double » (5)

collier (1)

côte seconde (3)

côte-filet « simple » (5)

côte première (4)

selle (6)

gigot (6 et 7)

carré de 3 côtes premières (4)

épaule (9)

gigot raccourci (7)

poitrine et haut de côtes (8)

RECETTE DE MARC VEYRAT

carrés d'agneau au pimpiolet

« Faire suer 100 g de lard maigre dans un sautoir. Y mettre ensuite 3 carrés d'agneau de Sisteron (6 à 8 côtes), parés à vif mais en gardant les côtes accrochées au filet. Les saisir 4 ou 5 min, les saler et les poivrer. Les retirer, dégraisser le sautoir et ôter le lard. Déglacer avec 500 g de bouillon de légumes ; faire réduire au quart. Placer les carrés dans une cocotte en fonte, les recouvrir d'un gros bouquet de pimpiolet ou de thym vert, et du lard détaillé en petits dés pour nourrir la chair. Couvrir. Faire un long boudin avec 200 g de pâte morte et le disposer sur le bord de la cocotte pour la fermer hermétiquement. Cuire 10 min au four préchauffé à 250 °C. Passer le jus, vérifier l'assaisonnement. Avant de découper les carrés, ouvrir la cocotte devant les convives. »

(Voir photographie page 25.)

cœurs d'agneau à l'anglaise → CŒUR

côtelettes d'agneau à l'anversoise

Dorer au beurre des côtelettes d'agneau. Les dresser en couronne dans un plat rond, en alternance avec des croûtons frits au beurre. Garnir le centre de jets de houblon liés de sauce crème. Déglacer au vin blanc sec les sucs de cuisson et en arroser les côtelettes.

épaule d'agneau braisée et ses garnitures

Désosser une épaule d'agneau, la parer, la saler, la poivrer, la rouler et la ficeler. Dégraisser des couennes de lard et en garnir une braisière. Éplucher et émincer finement 2 carottes et 1 oignon, les passer au beurre. Les ajouter dans la braisière. Faire suer à couvert 10 min. Placer l'épaule dans la braisière, la saler, la poivrer. Mouiller de 1,5 dl de vin blanc et faire réduire ; ajouter 2,5 dl de jus brun lié (ou de consommé très concentré), 1 dl de purée de tomate, 1 bouquet garni et les os et parures. Couvrir et cuire au four préchauffé à 220 °C de 1 heure à 1 h 30 suivant la grosseur de l'épaule. Égoutter celle-ci. La glacer au four, la dresser sur un plat. Les garnitures habituelles de l'épaule d'agneau braisée sont les haricots, verts ou blancs, et les purées de légumes, mais aussi les fonds d'artichaut et la purée de haricot à la bretonne. On peut aussi la servir avec des cèpes à la bordelaise et le jus de cuisson déglacé au vin et à la demi-glace avec échalote, thym et laurier.

épaule d'agneau farcie à l'albigeoise

Désosser une épaule d'agneau, la saler et la poivrer. Mélanger 350 g de chair à saucisse avec 350 g de foie de porc haché, 2 ou 3 gousses d'ail épluchées et 1 petit bouquet de persil, tous hachés, du sel et du poivre. Masquer l'épaule avec cette farce, la rouler et la ficeler en ballottine. Éplucher 750 g de pommes de terre et les couper en quartiers. Peler 12 gousses d'ail et les blanchir 1 min à l'eau bouillante. Chauffer dans une cocotte 2 cuillerées à soupe de graisse d'oie. Y dorer la ballottine sur toutes ses faces, puis ajouter les pommes de terre et l'ail en les roulant dans la graisse. Saler et poivrer. Cuire au four préchauffé à 230 °C 50 min au moins. Parsemer l'épaule de persil ciselé et la servir dans son récipient de cuisson.

épigrammes d'agneau → ÉPIGRAMME
foie d'agneau à l'ail → FOIE
fricassée d'agneau → FRICASSÉE

gigot bouilli à l'anglaise

Saler et poivrer un gigot raccourci, l'envelopper dans une serviette beurrée et légèrement farinée, le ficeler. Le plonger dans de l'eau bouillante salée (8 g de sel par litre), additionnée de 2 carottes coupées en quartiers, de 2 oignons moyens, dont un piqué de 1 clou de girofle, et de 1 bouquet garni ; ajouter encore 1 gousse d'ail pelée. Cuire le gigot à pleine ébullition en comptant 30 min par kilo. L'égoutter, le déballer, le dresser sur un plat long, accompagné d'une purée de navet ou de céleri-rave cuits avec le gigot. Servir en même temps une sauce au beurre à l'anglaise, additionnée de 2 cuillerées à soupe de câpres. En Provence, le gigot est aussi bouilli, mais dans une cuisson réduite et bien corsée et servi avec ses légumes et un aïoli. En Normandie, du côté d'Yvetot, on le cuit 15 min par livre dans un bouillon de légumes aromatisé d'une cuillerée de calvados, et on le sert avec ses légumes, accompagné d'une sauce blanche aux câpres.

gigot à la boulangère

Saler et poivrer un gigot de 2,5 kg, le piquer d'ail, le beurrer et le cuire 30 min au four préchauffé à 275 °C. Émincer de 600 à 750 g de pommes de terre et 300 g d'oignons. Les disposer autour du gigot. Arroser avec le jus de cuisson et 50 g environ de beurre fondu. Saler et poivrer les garnitures. Réduire la température du four à 250 °C et cuire 30 min encore en arrosant quatre ou cinq fois. Poser une feuille d'aluminium sur le plat et laisser reposer un bon quart d'heure à l'entrée du four pour homogénéiser la cuisson du gigot.

RECETTE D'ANTONIN CARÊME

gigot braisé à la bordelaise

« Prenez un gigot mortifié et bien tendre ; désossez-le jusqu'au manche ; lardez-le à l'intérieur de jambon et de filets d'anchois bien dessalés ; garnissez-le de persil haché, de 2 échalotes et de 1 gousse d'ail hachées et blanchies ; bridez-le, que rien ne puisse en sortir ; passez-le au beurre, d'une légère couleur ; mouillez-le d'une bonne bouteille de vin de Bordeaux rouge, 3 carottes, 3 oignons dont un piqué de 2 clous de girofle, un bouquet garni de thym, laurier, basilic ; étouffez-le, mais de manière qu'en cuisant, son mouillement tombe à demi-glace ; une heure et demie de cuisson. Ayez un litre et demi de gousses d'ail parfaitement épluchées ; faites-les cuire à grande eau ; égouttez, rafraîchissez, et sautez-les dans le beurre le plus fin ; tenez chaudement ; égouttez le gigot ; dressez-le.

Faites réduire le fond avec 2 cuillerées à ragoût d'espagnole. Après avoir retiré légumes et bouquet, passez à l'étamine ; saucez le gigot ; finissez l'ail avec une cuillerée d'allemande et une légère pincée de poivre de Cayenne ; servez en saucière. »

gigot à la broche persillé
Cuire à la broche un gigot d'agneau (de pré-salé ou de lait). Avant la fin de la cuisson, le couvrir d'une couche de mie de pain fraîche, mélangée avec du persil ciselé et éventuellement de l'ail haché : elle doit bien adhérer à la pièce. Terminer la cuisson de façon à obtenir une viande bien dorée. Dresser sur un plat long ; garnir de cresson haché et de moitiés de citron. Servir le jus à part en saucière. Traditionnellement, le gigot est accompagné de haricots verts au beurre, de haricots blancs au jus ou d'une jardinière de légumes.

gigot rôti aux ananas
Mettre un gigot à mariner 48 heures dans un mélange de vin rouge, de cognac et d'aromates ; l'essuyer, lui injecter en plusieurs endroits de la marinade à l'aide d'une seringue et le cuire au four. Servir avec une sauce préparée avec la marinade et une compote d'ananas écrasé et revenu au beurre.

gigot rôti en chevreuil
Enlever toute la peau du gigot ; le piquer de lard fin, comme un cuissot de chevreuil, puis le mettre dans une marinade pour viandes « en chevreuil », plus ou moins longtemps selon son degré de tendreté et la température (2 jours en été, 3 ou 4 jours en hiver). Éponger soigneusement le gigot. Le faire rôtir au four. Accompagner d'une sauce chevreuil ou d'une sauce poivrade.

RECETTE DE LÉA BIDAUT

gigot rôti de Léa
« Délayer 4 filets d'anchois écrasés dans 4 cuillerées à soupe d'huile d'olive, avec 2 grosses cuillerées de moutarde, de la sauge, du basilic, du romarin et de l'ail pilé. Faire mariner le gigot dans cette préparation pendant 2 heures, en le retournant de temps en temps. L'égoutter, le rôtir à four chaud. Faire réduire la marinade, au beurre, en ajoutant petit à petit 1/2 bouteille de champagne. Passer. Lier au beurre manié. »

gigot rôti aux quarante gousses d'ail
Dessaler des filets d'anchois au sel. Parer un gigot en désossant le quasi, le piquer d'ail (2 ou 3 gousses pelées) et des filets d'anchois détaillés en fragments. Le badigeonner d'un mélange d'huile, de thym et de romarin en poudre ainsi que de poivre fraîchement moulu. Le cuire à la broche, en l'enduisant régulièrement d'un peu de l'huile aromatisée. Pendant ce temps, jeter dans de l'eau bouillante 250 g de gousses d'ail non épluchées ; les blanchir 5 min, puis les égoutter et les mettre dans une casserole avec 2 dl de bouillon ; cuire à petits frémissements pendant 20 min. Trier du cresson, le laver plusieurs fois à grande eau, le hacher grossièrement. Ajouter une tasse de l'eau de cuisson de l'ail au jus qui s'écoule du gigot et en arroser celui-ci ; terminer la cuisson. Dresser le gigot sur le plat de service, entouré des gousses d'ail et du cresson haché. Servir le jus en saucière.

morilles farcies aux ris d'agneau → MORILLE
navarin d'agneau → NAVARIN

noisettes d'agneau à la turque
Préparer du riz pilaf. Détailler une belle aubergine en dés et les faire sauter à l'huile. Poêler des noisettes d'agneau au beurre ; les dresser dans le plat de service, garnir avec les dés d'aubergine et le riz pilaf moulé dans des moules à dariole ; tenir au chaud. Déglacer la poêle avec du fond de veau tomaté et en napper les noisettes.

RECETTE DU RESTAURANT
LA TOUR D'ARGENT, À PARIS

noisettes des Tournelles
« Faire sauter des noisettes d'agneau au beurre clarifié et les dresser dans un plat chaud. Déglacer le récipient de cuisson avec un mélange en proportions égales de vermouth, de xérès et de fond de veau. Monter la réduction au beurre. Mettre sur chaque noisette 1 cuillerée à café de purée Soubise. Passer quelques minutes sous la rampe du gril. Servir la sauce à part en saucière. »

poitrine d'agneau farcie
Ouvrir une poitrine d'agneau (ou de mouton) et retirer les côtes en veillant à ne pas percer la poche. Frotter d'ail l'intérieur de celle-ci ; la saler et la poivrer. Préparer une farce en mélangeant 300 g de mie de pain rassis, trempée dans du lait et bien essorée, 2 œufs battus, 150 g de jambon coupé en petits dés, 150 g de champignons (sauvages de préférence), nettoyés et émincés, du persil et de l'ail hachés, du sel et du poivre. En garnir la poche et la coudre. Beurrer légèrement une cocotte, la tapisser de couennes dégraissées et parsemer de 2 oignons et de 2 carottes épluchés et émincés. Placer la poitrine dans la cocotte, ajouter 1 bouquet garni, puis couvrir et cuire doucement sur le feu pendant une vingtaine de minutes. Ajouter alors 2 dl de vin blanc sec et faire réduire, puis 1 dl de fondue de tomate aromatisée à l'ail et bien réduite, délayée avec 2 dl de bouillon. Couvrir, enfourner à 220 °C et laisser cuire 45 min environ. Dorer à la graisse d'oie des pommes de terre émincées. Dresser la poitrine dans le plat de service, après avoir ôté les fils ; l'entourer de paupiettes de chou et de pommes de terre. Tenir au chaud. Dégraisser le jus de cuisson, le faire réduire et en napper la poitrine farcie. Servir brûlant.

▶
Carrés d'agneau au pimpiolet
Recette de Marc Veyrat
Voir page 23.



ris d'agneau : préparation → RIS
rognons d'agneau à l'anglaise → ROGNON
sauté d'agneau aux aubergines, sauté d'agneau chasseur → SAUTÉ

RECETTE DU RESTAURANT *MAXIM'S*, À PARIS

selle d'agneau Belle Otéro

« Désosser une selle d'agneau de 2,2 kg. Préparer un fond avec 250 g des parures, en petits dés, revenues au beurre avec les os, 1 carotte et 1 oignon, tous deux en petits morceaux, du sel et du poivre, singées et blondies, puis mouillées avec 1 dl de vin blanc ; après réduction, mouiller de 3 dl de bouillon et cuire 1 heure, puis passer. Préparer la farce. Faire étuver au beurre 1 oignon, 1 branche de céleri et 1 carotte, en petits dés ; ajouter 100 g de truffes entières et mouiller avec 1 dl de porto et 2 dl de fond corsé de volaille, du sel et du poivre. Cuire 15 min. Sortir les truffes de la cuisson et faire réduire celle-ci. Préparer une duxelles avec 500 g de champignons de Paris cuits 10 min dans du beurre avec 4 échalotes hachées, sel, poivre et noix de muscade râpée. Ajouter à la duxelles refroidie 50 g de truffes cuites coupées en dés et 60 g de foie gras en bâtonnets ; lier avec un peu de cuisson des truffes, saler et poivrer ; farcir la selle avec cette préparation, puis disposer dessus le reste des truffes et encore 60 g de foie gras en bâtonnets. Rouler la selle sur elle-même, la ficeler, l'entourer d'une barde et la ficeler encore une fois. Faire cuire 50 min à four chaud. Servir en saucière le fond de cuisson de la selle, mélangé avec le fond de cuisson des truffes. Déficeler et débarder la selle, la garnir de bottillons de pointes d'asperge au beurre, présentés sur des fonds d'artichaut étuvés. »

RECETTE D'ALEX HUMBERT

selle d'agneau Callas

« Désosser une selle de 2,750 kg ; la dégraisser, la saler, la poivrer. Préparer une julienne de champignons, la cuire au beurre et la laisser refroidir. Préparer une julienne de truffe fraîche. En garnir le milieu de la selle ; farcir de champignons les filets mignons et l'intérieur des panoufles. Rouler et ficeler la selle. La faire rôtir au four préchauffé à 240 °C en comptant 12 min par livre. Déglacer le plat avec un peu de bouillon de veau et de xérès. Servir avec des pointes d'asperge au beurre. »

RECETTE DE GÉRALD PASSÉDAT, *LE PETIT NICE*, À MARSEILLE

selle d'agneau de lait en carpaccio au pistou

« Dégraisser une selle d'agneau de lait de Sisteron, saler et poivrer. Disposer dans une sauteuse en cuivre, avec 1 échalote épluchée et coupée en morceaux, 2 ou 3 brins de thym, un peu d'huile et de beurre. Mettre de 8 à 10 min à four chaud ; arroser de temps en temps pendant la cuisson. Préparer le pistou. Ôter les feuilles de 1 pied de basilic et les écraser dans un mortier avec 3 gousses d'ail épluchées. Monter cette pommade avec 2 dl d'huile d'olive. Sortir la selle, en la tenant bien rosée, et réserver pour faire reposer la chair. Désosser les filets mignons et les trancher en fines et longues lamelles. Concasser finement l'os. Déglacer la sauteuse avec 1,2 dl de vin blanc sec et un peu d'eau. Faire réduire et ajouter du poivre mignonnette (10 g de noir et 10 g de blanc), 1 tomate concassée en dés, 3 gousses d'ail hachées et la moitié du pistou. Passer ce jus sirupeux au tamis et rectifier l'assaisonnement. Disposer les lamelles d'agneau tout autour de grandes assiettes. Cuire 200 g de nouilles fraîches et les lier avec 10 g de beurre salé, 50 g de crème double et le reste du pistou. Enduire au pinceau les lamelles d'agneau du jus sirupeux. Réchauffer sur la porte du four. Mettre un nid de nouilles au centre de l'assiette et en saupoudrer le bord de parmesan. »

AGNÈS SOREL Nom d'une garniture composée essentiellement de champignons de Paris, de blanc de volaille et de langue écarlate, diversement détaillés selon le mets à compléter (omelette, veau poêlé ou braisé, suprême de volaille) ; dans la crème Agnès Sorel (un potage lié), la garniture est en julienne.

Favorite du roi Charles VII, Agnès Sorel, qui a laissé son nom à plusieurs apprêts, avait une table réputée : « Pour attirer et retenir Charles VII, elle engage les meilleurs cuisiniers de l'époque. Elle-même ne craint pas de descendre personnellement aux cuisines. Deux de ses créations vont passer à la postérité : le salmis de bécasses et les petites timbales » (Christian Guy, *Une histoire de la cuisine française*, éd. Les Productions de Paris).

▶ **Recettes** : TARTELETTE, TIMBALE.

AGRAZ Granité à base d'amandes, de verjus et de sucre, que l'on prépare dans le Maghreb et en Espagne (son nom signifie « verjus » en castillan). L'agraz, à la saveur acidulée, se sert dans de grands verres à sorbet, éventuellement arrosé de kirsch.

AGRICULTURE BIOLOGIQUE Mode de production agricole excluant l'emploi des produits chimiques de synthèse. L'agriculture biologique, reconnue et réglementée en France par la loi du 10 mars 1981 (mais pas encore au Canada et en Suisse), fait l'objet d'une réglementation européenne précisée par étapes depuis 1991.

Actuellement, l'appellation « biologique » est réservée aux produits végétaux, transformés ou non, dont 95 % au moins des ingrédients sont d'origine agricole biologique (si cette proportion excède 50 %, l'appellation est cependant autorisée, à condition que les

ingrédients concernés soient précisés) ; les produits animaux, déjà pris en compte par la législation française, devraient suivre. L'agriculture biologique se fonde sur quelques grands principes :

– une fertilisation grâce à des matières organiques (fumier, compost, engrais verts), et à des minéraux naturels (roches broyées, cendres de bois) ;

– la rotation des cultures, qui fait alterner les végétaux exigeants (céréales, plantes sarclées) avec ceux qui enrichissent le sol (légumineuses) ;

– des labours superficiels pour ne pas bouleverser la structure du sol ;

– l'emploi exclusif d'insecticides à base de plantes et de fongicides non rémanents. Le travail est plus exigeant, mais la productivité ne semble pas plus faible.

Si rien ne prouve de façon indiscutable la supériorité nutritive des produits biologiques, nombre d'entre eux présentent de meilleures teneurs en vitamines et en matière sèche, un meilleur équilibre entre le sucre et l'acidité, et un meilleur goût. Pour la plupart, ils ne renferment pas de résidus dangereux et participent à la préservation de l'environnement. Cependant, ils restent relativement chers.

En France et dans les pays francophones, les produits biologiques représentent moins de 0,5 % du budget consacré à l'alimentation. Ils s'achètent dans les magasins spécialisés, mais aussi à la ferme, sur les marchés ou dans les coopératives biologiques.

AGRUMES Fruits du genre *Citrus* (bergamote, bigarade, cédrat, citron, citron vert, clémentine, limette, mandarine, orange douce, pamplemousse, pomelo), d'hybrides de ce genre (citrange, tangerine) et de genres voisins (kumquat).

Originaires d'Asie, les agrumes (du latin *acrumen,* « saveur âcre ») se sont surtout répandus dans les pays méditerranéens (Israël, Grèce, Maroc, Espagne, Italie), aux États-Unis (Floride, Californie) et en Amérique du Sud. Ces fruits riches en vitamine C et en potassium ont une saveur plus ou moins acide.

■ **Emplois.** Les agrumes sont largement consommés nature. Certaines recettes les associent à des viandes et des volailles (porc, canard).

Mais ils sont aussi très utilisés en pâtisserie et en confiserie (fruits confits, en particulier le cédrat et la bergamote, confitures et bonbons), ainsi qu'en distillerie (curaçao). Ils occupent également une place de premier plan dans l'industrie des jus de fruits (nature ou concentrés).

Plusieurs de leurs produits secondaires jouent un rôle important dans l'industrie alimentaire : huiles essentielles aromatiques, extraites de la peau ; pectine provenant de la partie blanche de l'écorce ; eau de fleur d'oranger obtenue à partir des fleurs du bigaradier ; huiles de pépins.

AGUARDIENTE Eau-de-vie des pays de langue espagnole. Faite de moût ou de marc de raisin dans les régions où l'on cultive la vigne (Argentine, Chili), l'aguardiente s'obtient aussi par distillation de mélasses de canne à sucre (Amérique centrale) ; elle est parfois aromatisée à l'anis.

AÏDA Nom d'un apprêt de filets de poisson plat, barbue ou turbot, qui se distingue de la dénomination « à la florentine » par l'adjonction de paprika dans la sauce Mornay et les épinards.

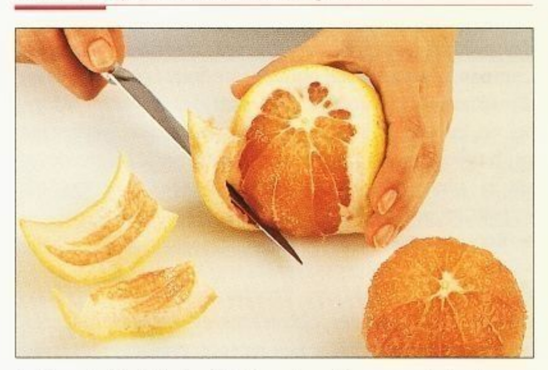
AÏGO BOULIDO Soupe provençale faite à partir d'eau bouillie (d'où son nom, qui s'orthographie aussi « bouïdo » ou « bullido ») et d'ail.

C'est l'un des plus anciens plats traditionnels de Provence où, comme l'affirme le dicton, *l'aïgo boulido sauvo lo vito* (« la soupe à l'ail sauve la vie »).

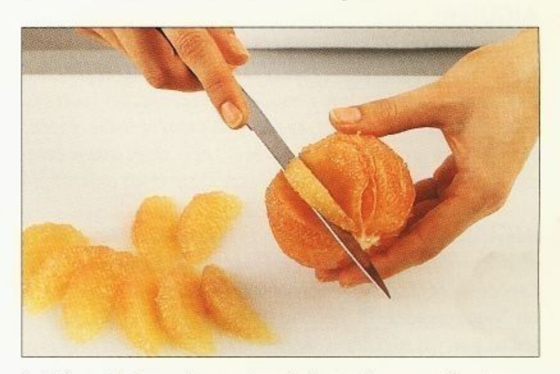
aïgo boulido

Porter à ébullition 1 litre d'eau. Assaisonner avec 1 cuillerée à café de sel et de 6 gousses d'ail écrasées ; laisser bouillir une dizaine de minutes, puis ajouter 1 branche de sauge, fraîche de préférence, 1/4 de feuille de laurier et 1 petite branche de thym. Retirer du feu et laisser infuser quelques minutes. Ôter les herbes et lier avec 1 jaune d'œuf. Verser sur des tranches de pain de campagne arrosées d'huile d'olive, sur lesquelles on peut poser un œuf poché dans le bouillon. On peut ajouter à ce bouillon 2 tomates épépinées et hachées, 1 petite branche de fenouil, 1 pincée de safran, 1 morceau d'écorce d'orange séchée et 4 pommes de terre émincées.

Peler à vif et couper un agrume



1. *Poser le fruit debout (ici, un pamplemousse) et enlever le zeste et le zist en glissant un couteau chef de haut en bas et en suivant la courbure du fruit.*



2. *Glisser la lame du couteau le long d'un quartier pour détacher la membrane. Procéder de la même façon pour l'autre côté.*

AIGRE Qualificatif exprimant une sensation d'acidité quand elle est anormale (une sauce, un lait ou un vin deviennent aigres quand ils ont tourné) ou quand elle paraît peu plaisante (les cerises aigres, qui ne sont pas consommables à l'état naturel, le deviennent quand elles ont été conservées dans de l'alcool).

Ce mot qualifie aussi une perception complexe en bouche, piquante, due à la combinaison d'une saveur acide et d'arômes. L'acide lactique rend ainsi agréablement aigres les produits laitiers, et l'acide acétique, le vinaigre ; d'autres molécules aromatiques donnent une note « aigrelette » et souvent rafraîchissante à certains aliments (fromages frais, laguiole, yaourts...).

AIGRE-DOUX Qualificatif exprimant l'association de deux saveurs contrastées : l'acide et le sucré. Ce mélange est une pratique culinaire très ancienne, encore courante. Le miel allié au vinaigre et au verjus figurait parmi les ingrédients de base des apprêts de la cuisine romaine et surtout de la cuisine médiévale, avec ses sauces et ses ragoûts.

De très nombreuses préparations cuites au vin ou à la bière, marinées (qu'il s'agisse de viande de boucherie, de gibier ou de poisson, principalement de rivière) ou bouillies, font intervenir des fruits secs (dans la sauce) ou des gelées de fruits rouges (pour l'accompagnement) : l'aigre-doux est un des traits marquants des cuisines allemande, alsacienne, flamande, juive, russe et scandinave.

Les conserves de fruits au vinaigre (airelles, cerises, prunes) sont un exemple typique d'aigre-doux, de même que les condiments cuisinés (achards, chutneys, moutardes douces), dont certains sont d'inspiration exotique (Antilles, Inde) et furent adoptés en Europe sous l'influence britannique. Mais c'est probablement en Chine que la cuisine à l'aigre-doux est la plus raffinée, en particulier pour le canard, le porc et le poulet.

▶ **Recettes** : MARCASSIN, SAUCE.

AIGUEBELLE Abbaye proche de Montélimar, fondée en 1137 par des cisterciens et occupée par des trappistes depuis 1815. Les moines y fabriquent avec diverses plantes la liqueur d'Aiguebelle, des sirops et des pâtes de fruits.

AIGUIÈRE Vase allongé, muni d'un pied, d'un bec et d'une anse, destiné jadis à servir à table de l'eau pour le lavage des mains au début et à la fin des repas. L'aiguière est souvent accompagnée d'un plateau, ou bassin, qui reçoit l'eau versée. Pièce d'orfèvrerie jusqu'au XVIIIe siècle, elle peut aussi être en étain, en faïence ou en pierre dure.

AIGUILLAT Petit requin de la famille des squalidés, appelé « chien de mer » en France, de Boulogne aux Sables-d'Olonne, mais aussi au Canada, et « aiguiat » en Méditerranée. Il peut mesurer 1,20 m et se caractérise par un aiguillon venimeux à l'avant de chaque dorsale et par l'absence de nageoire anale. Proche cousin de la roussette, il est comme elle généralement vendu dépouillé sous le nom de saumonette, et se trouve sur les marchés d'octobre à décembre et d'avril à juin. N'ayant guère de saveur, il se consomme en matelote, ou froid avec une vinaigrette bien relevée.

AIGUILLE À BRIDER Tige d'acier inoxydable, de 15 à 30 cm de long et de 1 à 3 mm de diamètre, pointue à une extrémité et percée d'un chas à l'autre. Elle sert à maintenir les abattis d'une volaille ou d'un gibier à plume le long du corps, en passant au travers de celui-ci une ou deux brides de ficelle. Les aiguilles à brider sont souvent présentées dans un étui contenant un assortiment de différentes grosseurs.

AIGUILLE À PIQUER Tige d'acier inoxydable légèrement conique, très fine et pointue à une extrémité, creuse à l'autre : on glisse dans la partie creuse les petits bâtonnets de lard gras, de jambon, de truffe ou de langue qui seront piqués dans un morceau de viande (voir LARDOIRE).

AIGUILLETTE Tranche de chair étroite et longue, levée de chaque côté du bréchet des volailles (surtout du canard) et des gibiers à plume. Par extension, l'aiguillette est aussi une mince tranche de viande.

En boucherie, on distingue l'aiguillette baronne, morceau de forme pyramidale allongée qui adhère au romsteck, et l'aiguillette de romsteck, située sur la zone externe de ce morceau (voir planche de la découpe du bœuf pages 128 et 129).

▶ **Recettes** : BŒUF, CANARD.

AIGUISOIR OU **AIGUISEUR** Ustensile fait de deux roulettes d'acier accolées, montées sur un manche en bois, et entre lesquelles on fait glisser la lame d'un couteau pour lui redonner du tranchant. Cet outil est efficace mais il use rapidement la lame, de même que les aiguiseurs électriques à meule, qui affûtent selon l'angle approprié les couteaux à lame droite ou dentée ainsi que les ciseaux.

AIL Plante à bulbe de la famille des liliacées, probablement originaire de l'Asie centrale et connue depuis les temps les plus reculés pour ses vertus curatives. Les Anciens tenaient l'ail en haute estime ; Hippocrate le classait parmi les médicaments sudorifiques, assurant que l'ail était « chaud, laxatif et diurétique ». Grâce aux croisés, qui contribuèrent à le diffuser en Europe, l'ail ne tarda pas à faire figure de panacée, même contre la peste et les possessions démoniaques.

L'une des sauces médiévales les plus employées était la « sauce d'aulx », où l'ail pilé s'alliait au persil et à l'oseille, pour accompagner les poissons, ou au vinaigre et à la mie de pain, pour les grillades.

■ **Emplois.** Les bulbes doivent être bien secs. Les têtes, étalées à plat ou suspendues en bottes pour faciliter l'aération, peuvent être conservées dans un local froid (de -0,5 °C à +1 °C) ou tempéré (18 °C). L'apparition de taches ou le ramollissement des gousses les rendent inutilisables. Généralement, l'ail blanc se garde six mois, l'ail rose près de un an. Dans le Nord, à Arleux, on le fume traditionnellement pour mieux le conserver, ce qui lui donne une saveur particulière.

– Gousses crues, entières et épluchées : frottées sur du pain (« frottée à l'ail », aillade, chapons frits) ; pour parfumer les parois d'un saladier, d'un poêlon.
– Ail cru haché ou pilé : assaisonnement des crudités ; aïoli ; tapenade ; pistou ; beurre d'ail ; purée d'ail.
– Ail cru pressé : huiles aromatisées.
– Éclats piqués : gigot d'agneau.
– Ail émincé ou haché et cuit : apprêts sautés (poissons, viandes, grenouilles, escargots, tomates, pommes de terre, salsifis, champignons) ; introduire le condiment en fin de cuisson, car, trop rissolé, il rend la préparation âcre.
– Gousses entières cuites (parfois avec la peau, « en chemise ») : ragoûts et braisés (cassoulet) ; rôtis (retirer les gousses avant le service) ; soupes.

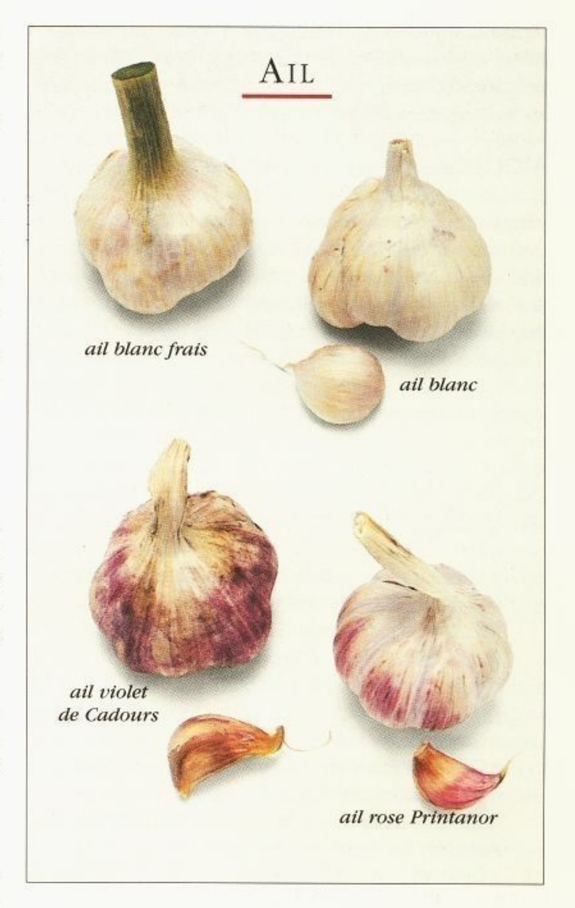
▶ **Recettes** : AGNEAU, BEURRE COMPOSÉ, ESSENCE, FOIE, GRENOUILLE, HUILE, PICCATA, POULET, PURÉE.

AILE Membre antérieur des oiseaux et des volailles. Dans la découpe en quatre d'une volaille, le morceau appelé « aile » comporte les muscles pectoraux (le « blanc »). Cuisinée entière, l'aile se nomme « suprême ».

Dans le bœuf, l'« aile de filet » est l'un des muscles qui composent ce morceau.

AILERON Extrémité de l'aile d'une volaille, faisant partie des abattis. On peut accommoder l'aileron de diverses manières (sauté ou braisé, farci s'il est assez gros), mais il sert surtout à préparer des consommés.

▶ **Recette** : DINDE, DINDON ET DINDONNEAU.



AILERONS DE REQUIN Nageoires et extrémités cartilagineuses de la queue du squale, vendues séchées, sous forme de longues aiguilles d'un blanc jaunâtre. Ce produit rare et coûteux, réputé aphrodisiaque, entre dans la composition d'un potage chinois renommé, que les mandarins faisaient traditionnellement servir au milieu des banquets. Les ailerons doivent tremper une nuit dans du bouillon de poulet, puis bouillir durant près de trois heures. Le potage, fait de crevettes, de champignons parfumés, de gingembre, d'oignons et de sauce soja, est garni, outre les ailerons, de jambon émincé, de lamelles de bambou et de chair de crabe.

Caractéristiques des différentes variétés d'ail

variétés	provenance	époque	aspect des gousses
ail blanc			
de Lomagne	Sud-Ouest	juill.	blanches
Messidrôme	Sud-Est, Sud-Ouest	juin-juill.	blanches et fraîches
Thermidrôme	Sud-Est, Sud-Ouest	juin-juill.	blanches et fraîches
ail rose			
Fructidor	Auvergne, Sud-Est	août	rose franc
d'Italie	Provence, Sud-Ouest	août	rose franc
de Lautrec	Sud-Ouest, Tarn	juill.	rosées ou striées
Printanor	Sud-Ouest	août	rose pâle
du Var	Provence, Sud-Ouest	août	rose franc
ail violet			
de Cadours	Sud-Ouest	juill.	violettes
Germidour	Sud-Ouest	juill.	violettes

AILLÉE Condiment, fait de mie de pain et d'amandes pilées avec de l'ail et délayées dans du bouillon. Cette préparation aurait été créée à Paris, qui comptait, au XIII[e] siècle, neuf marchands d'aillée.

AÏOLI Sorte de sauce mayonnaise provençale, dont le nom est formé de « ail » et de « oli » (huile, en provençal), qui entrent dans sa préparation (voir tableau des sauces page 949). L'aïoli se sert avec de la bourride, des œufs durs, de la salade, des escargots ou de la viande ou du poisson froids. Mais, quand on parle du « grand aïoli », qui se déguste deux ou trois fois l'an, il s'agit d'un plat de fête, qui rassemble, autour de la sauce, morue pochée, bœuf et mouton bouillis, légumes cuits à l'eau, escargots et œufs durs.

RECETTES DU RESTAURANT
LES FEUILLANTS, À CÉRET

aïoli

« Cuire au four 1 tête d'ail entière non pelée (20 min environ). Peler les gousses et les réduire en pommade. Saler, poivrer et monter comme une mayonnaise avec 1,5 dl d'huile d'olive et 1,5 dl d'huile d'arachide. »

aïoli de morue

« Cuire à l'eau salée 600 g de petites pommes de terre dans leur peau. Conserver un peu de l'eau de cuisson pour la lier avec 100 g d'aïoli. Arroser les pommes de terre de la sauce à l'aïoli et saupoudrer de persil haché. Pocher 1 kg de morue salée dans un mélange d'eau et de lait. Dresser la morue dans des assiettes et la recouvrir des pommes de terre. »

AIRELLE Baie rouge d'un arbrisseau des landes et des bois, de la famille des éricacées, originaire des régions froides et montagneuses. Très acidulée, riche en vitamine C et en pectine, elle est surtout consommée en Scandinavie et en Allemagne, et, sous une autre variété, la canneberge, en Amérique du Nord.

■ **Emplois.** L'airelle sert à faire des compotes et des gelées sucrées, ainsi que des sauces et des condiments qui accompagnent les plats salés. Ainsi, au Danemark, l'oie du dîner de Noël est servie avec du chou rouge et une compote d'airelles.

Les airelles au naturel accompagnent le gibier et la viande bouillie et servent à préparer des mousses glacées (Kissel) et des puddings.

▶ Recettes : COMPOTE, SAUCE.

AISY CENDRÉ Fromage bourguignon de lait de vache cru (45 % de matières grasses au minimum), à pâte molle et à croûte lavée (voir tableau des fromages français page 495). Fabriqué en Côte-d'Or, dans des fermes de la région de Montbard, ce disque de 10 cm de diamètre et de 3 à 6 cm d'épaisseur pèse entre 250 et 500 g. Il est affiné sous une couche de cendres de sarments de vigne, qui lui donnent son puissant goût de terroir.

ALAMBIC Appareil servant à distiller l'alcool. Le mot vient de l'arabe *al 'inbīq*, « vase à distiller ». L'alambic traditionnel, en cuivre, se compose d'une chaudière (cucurbite) dans laquelle est chauffé le mélange à distiller, d'un chapiteau où se concentrent les vapeurs, et d'un col de cygne conduisant les vapeurs vers le serpentin ; ce dernier est plongé dans un bain réfrigérant, où les vapeurs se condensent. Ce type d'alambic, dit « charentais », « discontinu » ou « à repasse » (car l'alcool y passe deux fois), sert à la distillation de la plupart des grandes eaux-de-vie, mais on utilise également des alambics à distillation continue (pour l'armagnac, par exemple) et des alambics à deux colonnes, qui évitent la repasse, pour les fabrications industrielles.

ALBACORE Thon, de la famille des scombridés, à chair un peu plus rosée que celle du germon (voir tableau des thons page 1045), dont il se distingue aussi par une nageoire pectorale moyenne se rapprochant de l'anale ; en outre, ces deux nageoires sont jaunes. Pouvant atteindre 2 mètres et peser 200 kg, il se pêche toute l'année dans les eaux tropicales de l'Atlantique, au large des côtes africaines. Sa chair très appréciée est surtout destinée à la conserverie de poisson, dont elle représente la part la plus importante.

ALBERGE Fruit de l'albergier, de la famille des rosacées, qui tient de la pêche et de l'abricot, autrefois surtout apprécié en Touraine. L'alberge a une peau rugueuse et une chair fondante, acidulée. Pour l'écrivain Honoré de Balzac, au XIX[e] siècle, les confitures d'« alleberge » étaient sans rivale.

ALBERT Nom d'une sauce de la cuisine anglaise, dédiée au prince consort Albert de Saxe-Cobourg-et-Gotha, époux de la reine Victoria, et qui se prépare à partir d'un consommé blanc relevé de raifort râpé, lié à de la mie de pain, puis additionné de crème fraîche et de jaunes d'œuf ; le piquant final est apporté par de la moutarde détendue de vinaigre ou de jus de citron. Cette sauce chaude accompagne les pièces de bœuf braisées et certaines viandes dites « bouillies ».

Le prénom Albert est également attaché à un apprêt de sole, dédié à Albert Blazer, maître d'hôtel du restaurant *Maxim's*, à Paris, dans les années 1930.

▶ Recette : SAUCE.

ALBIGEOISE (À L') Se dit d'une garniture composée de tomates farcies et de pommes croquettes, qui accompagne traditionnellement les grosses et les petites pièces de boucherie.

Cette dénomination qualifie également des apprêts où entrent des produits spécifiques du Sud-Ouest.

▶ Recettes : AGNEAU, SOUPE.

ALBUFERA (D') Se dit de divers apprêts de grande cuisine (notamment une poularde nappée de sauce et un canard), dédiés au début du XIX[e] siècle par le cuisinier français Antonin Carême au maréchal Suchet, duc d'Albufera (du nom de la lagune de Valence près de laquelle il remporta une victoire sur les Anglais).

▶ Recettes : BŒUF, POULARDE.

ALCAZAR Entremets de pâtisserie, fait d'un fond de pâte sucrée, recouvert de marmelade d'abricot, sur lequel on verse une pâte à financier. Le dessus est ensuite décoré de croisillons de pâte d'amande et de marmelade d'abricot. Ce gâteau peut se conserver deux ou trois jours.

▶ **Recette** : GÂTEAU.

ALCOOL Boisson résultant de la distillation de substances sucrées après leur fermentation. Au Moyen Âge, l'alcool était considéré comme un élixir de longue vie (d'où son nom d'« eau-de-vie ») et réservé à des usages thérapeutiques. Il devint « alcool de bouche » vers la fin du XV[e] siècle, et l'on y associa alors toutes sortes de plantes pour le parfumer. Enfin, l'invention de la rectification (redistillation qui ôte le goût de l'alcool brut et le rend plus pur, plus fort, apte à acquérir bouquet et finesse) en fit un produit de consommation courante.

La teneur en alcool d'une boisson a longtemps été mesurée en degrés. Dans la plus grande partie de l'Europe, on exprime désormais la présence d'alcool en proportion du volume de liquide, soit « % Vol. ».

■ **Emplois.** Seuls intéressent le cuisinier et le gourmet les alcools dits « éthyliques », propres à la consommation, obtenus par la fermentation, sous l'action de levures, d'éléments très divers ; lorsque la matière première est noble, on ne rectifie pas la boisson et on élabore une eau-de-vie.

Les fruits (raisin, poires, pommes, fruits à noyau, baies, etc.) donnent, outre le vin, le cidre et le poiré, la gamme des marcs, eaux-de-vie (armagnac, calvados, cognac) et alcools blancs (framboise, kirsch, mirabelle, prune, etc.).

Les céréales et les graines (riz, orge, blé, seigle, maïs, etc.) sont, elles aussi, très employées (bière, gin, whisky, vodka, etc.), ainsi que des racines (essentiellement de la pomme de terre et de la betterave) et des plantes exotiques (palme, mil, canne à sucre, agave), qui donnent le rhum, la tequila et divers alcools consommés localement.

L'alcool possède des propriétés antiseptiques, utiles pour les conserves de fruits. Il est calorique (7 Kcal par gramme), car il renferme des sucres assimilables. Il devient toxique quand son taux dépasse 0,50 g par litre de sang.

En cuisine et en pâtisserie, on emploie des eaux-de-vie dans les glaces, sorbets et soufflés, mais aussi pour diverses opérations culinaires : déglaçage, flambage, imbibage, marinage.

ALCOOLAT Produit de la seconde distillation d'une macération d'éléments aromatiques (graines, fleurs, fruits, tiges, noyaux, écorces) dans de l'alcool. Les distillats, incolores et parfumés, sont très employés dans la fabrication des liqueurs.

ALDÉHYDE Nom générique des composés organiques obtenus par oxydation d'un alcool primaire. Les aldéhydes, qui sont donc des alcools déshydrogénés, contribuent à donner de la saveur à certains produits laitiers, notamment les yaourts.

AL DENTE Expression italienne (littéralement, « à la dent ») désignant le juste degré de cuisson des pâtes alimentaires. Celles-ci doivent être retirées du feu et égouttées alors qu'elles sont encore fermes sous la dent. On emploie aussi cette locution pour certains légumes (haricots verts) servis croquants.

ALE Appellation générique des bières anglaises traditionnelles de fermentation haute. La *pale ale,* couleur d'ambre pâle, piquante et rafraîchissante, a une mousse riche ; la *N° 1* (la *bitter*), moins alcoolisée, est cuivrée, avec un goût de houblon marqué ; la *brown ale,* plus douce, brune, a un goût de caramel.

ALEXANDRA Nom donné à plusieurs apprêts (consommé de volaille, potage Parmentier garni de fine brunoise, filets de sole, poulet sauté, cailles en cocotte, noisettes et tournedos), pourtant très différents. Ces mets, nappés de sauce, sont ainsi baptisés parce qu'ils sont tous garnis, en plus d'une lame de truffe, soit de pointes d'asperge si cette sauce est blanche, soit de quartiers de fonds d'artichaut si elle est brune.

ALEXANDRA (COCKTAIL) Cocktail très moelleux composé en parts égales de crème double, de crème de cacao blanc et de cognac (que certains barmans remplacent par du gin, ce cocktail devenant alors un alexander). Il se sert après le dîner, en *afterdinner* (**voir** COCKTAIL).

ALGÉRIE La gastronomie algérienne témoigne tout autant de l'histoire du pays que de sa géographie. Cette « province africaine » fut, comme la Tunisie et le Maroc, le grenier de la Rome impériale, avant de connaître l'influence des Turcs, qui y firent aimer les pâtisseries, et celle des juifs, dont les prescriptions religieuses rejoignent souvent celles des musulmans, avec notamment l'interdiction du porc comme viande de boucherie, la pratique du jeûne et le respect des fêtes rituelles. La présence française a plus tard marqué aussi bien les traditions ancestrales de la « cuisine du désert » – à base de céréales, de légumes, de fruits secs et de viandes rôties (méchoui ou mouton farci) – que la gastronomie citadine.

■ **Viandes et légumes**. Les plats algériens sont toujours copieux, colorés et relevés par une purée pimentée d'épices simples ou composées, la harissa. Les soupes, très épaisses, réunissent légumes ou céréales et viande (côtelettes de mouton pour la chorba). Leur composition est souvent liée à des impératifs religieux : le *mesfouf,* couscous sans viande, accompagné de fèves fraîches et de raisins secs, est proposé au repas de l'aube pendant le ramadan ; le plat typique du sabbat juif, la tfina au blé, qui mijote près de vingt-quatre heures, est une variante de la tfina traditionnelle, mais avec du blé et sans œufs et sans pommes de terre.

Le plat national est le couscous, traditionnellement graissé de smeun (sorte de beurre clarifié). Il en existe de nombreuses variantes, au mouton, au poulet, au bœuf, servies avec des légumes (carottes, céleri, courgettes, haricots, pois chiches, potiron, navets, tomates),

des raisins secs, des œufs durs, etc., et du bouillon *(marga)*. Dans le Sud saharien, le couscous est servi sans bouillon ni légumes. Autres spécialités, les tajines sont des ragoûts de viande ou de volaille, de légumes et même de fruits, souvent mélangés.

La viande est aussi souvent présentée en brochettes (kebabs) accompagnées de légumes cuits au bouillon ou en ratatouille *(frita)*.

■ **Desserts.** La pâte feuilletée *(dioul)* s'utilise aussi bien en cuisine, pour faire des chaussons salés, qu'en pâtisserie, pour confectionner des gâteaux gorgés de miel et de sirop, comme le baklava, que l'on retrouve dans tout le bassin méditerranéen. Au même titre que le rahat-loukoum, le « repos de la gorge », confiserie très sucrée et élastique.

■ **Vins.** Jusqu'à la fin du XIX[e] siècle, l'Algérie ne produisait que des raisins secs, dans le respect des lois coraniques qui proscrivent le vin. Les ravages du phylloxéra en métropole (où il arrive en 1865 avec des plants américains) encouragent les colons français à développer la production de vins algériens. À la veille de la Seconde Guerre mondiale, le vignoble atteint son extension maximale avec 400 000 hectares. Il donne alors essentiellement des vins de coupage à fort degré qui sont exportés pour bonifier les petits vins du Languedoc et du Roussillon.

Depuis l'indépendance, en 1963, l'Algérie a dû trouver de nouveaux débouchés (elle avait notamment signé des accords privilégiés avec les régimes communistes de l'ex-URSS) et produire des vins de qualité. Elle a créé l'Institut de la vigne et du vin (IVV), qui a classé les vignobles selon le principe des appellations d'origine, garantie (VAOG) ou simple (VAO).

Les meilleurs vins algériens proviennent des régions de coteaux avoisinant Oran (coteaux-de-mascara et coteaux-de-tlemcen) et Alger (miliana, médéa, dahra, mostaganem).

Les rouges, généreux et très bouquetés, sont produits par les cépages carignan, cinsault, grenache, mourvèdre, pinot, syrah et morrastel ; les blancs, moins connus, mais fins et fruités, sont dus à la clairette, au listan, au macabeo et à l'ugni blanc. Tous sont fortement alcoolisés (la plupart titrent au moins 12,5 % Vol.), accompagnent bien la cuisine nord-africaine, notamment le couscous et le mouton, et gagnent à être servis frais (à 7 ou 8 °C pour les blancs et les rosés, à 13 ou 14 °C pour les rouges).

ALGÉRIENNE (À L') Se dit d'une garniture composée de croquettes de patates douces, en forme de bouchon, et de petites tomates pelées, épépinées ou non, et étuvées avec un filet d'huile. Elle accompagne les grosses et petites pièces de boucherie (paupiettes), ainsi que le poulet sauté.

ALGINATE Additif alimentaire (voir ce mot) extrait des algues brunes, notamment des laminaires, nombreuses sur les côtes européennes. L'alginate est utilisé pour ses propriétés épaississantes, gélifiantes ou stabilisantes dans divers produits agroalimentaires comme les crèmes pâtissières et les sauces instantanées, et les viandes et les charcuteries restructurées.

ALGUES Végétaux marins utilisés en cuisine, en garniture ou en salade. Les algues sont présentes sous toutes les latitudes, mais leur extension est toutefois limitée au proche littoral. Variées à l'extrême, ces plantes sont riches en minéraux, en oligoéléments et en vitamines (voir PLANTES MARINES).

ALHAGI Petit arbrisseau des pays méditerranéens, de la famille des papilionacées, aux graines comestibles, qui sécrète, par forte chaleur, un suc sucré, qui pourrait être la manne (de l'hébreu *mânhu*, « qu'est-ce que c'est ? ») de la Bible.

ALI-BAB Pseudonyme d'Henri Babinsky (Paris 1855 - *id.* 1931). Ingénieur des Mines, il publia sous ce nom, en 1907, une *Gastronomie pratique*. Au cours de ses voyages professionnels à travers le monde (à la recherche de gisements aurifères et diamantifères), il recueillit nombre de recettes et il cuisinait lui-même pour ses compagnons de route. Son livre fut réédité plusieurs fois, avec des ajouts divers, entre autres une intéressante étude sur le traitement de l'obésité chez les gourmands (1923). Cet ouvrage très documenté, dont l'humour n'est pas absent, reste d'un grand intérêt historique et gastronomique, mais ne mérite plus son qualificatif de « pratique ». Le nom de « Ali-Bab » a été donné à plusieurs apprêts.

▶ **Recettes** : PEZIZE, SALADE.

ALIGOT Préparation auvergnate à base de pommes de terre, d'ail et de cantal ou de laguiole. Le fromage ne doit pas être affiné, aussi utilise-t-on de la « tomme » fraîche (la meilleure provient de Planèze). Pour réussir l'aligot, il faut incorporer parfaitement le fromage aux pommes de terre cuites jusqu'à ce que la pâte « file ».

On prépare aussi un aligot sucré : versé dans un plat à gratin, il est arrosé de rhum et flambé.

RECETTE DE MARINETTE

aligot

« Faire une purée avec 1 kg de pommes de terre fondantes. Ajouter 1 ou 2 gousses d'ail pilées, 1 cuillerée à soupe de lard gras fondu et juste assez de lait pour assouplir la purée. Tailler en minces lamelles 600 g de fromage frais de Laguiole. Mettre la purée au bain-marie et y ajouter le fromage, en travaillant fortement à la cuiller de bois. Lorsque la pâte est homogène, onctueuse et filante, l'aligot est cuit. Le servir à la spatule. »

ALIGOTÉ Bourgogne blanc de qualité courante, issu du cépage aligoté. Ce vin frais et léger sert notamment à confectionner le vin blanc cassis bu en apéritif.

▶ **Recette** : NAGE.

ALIMENT Substance brute ou transformée servant à se nourrir. Si les techniques modernes de production et de distribution tendent à uniformiser les produits existants, les échanges et les procédés

de conservation ont en revanche diversifié l'alimentation par la création de produits nouveaux. Cependant, dans chaque nation ou région, l'alimentation quotidienne, dépendant bien sûr des richesses agricoles, reste aussi marquée par des traditions sociales, religieuses et familiales. Les goûts individuels et le mode de vie (travail de bureau ou de force, activité sportive, etc.) interviennent également, ainsi que les contraintes d'un éventuel régime.

Il n'existe pas d'aliment complet ; il faut donc varier la composition des repas pour éviter les carences.

ALISE Baie écarlate d'un arbre de montagne, l'alisier, de la famille des rosacées, qui est une variété de sorbier. De la grosseur d'une petite cerise, l'alise pousse en automne et a une saveur aigrelette. On utilise les alises presque blettes, pour faire des confitures et des gelées, ainsi qu'une eau-de-vie artisanale.

ALLÉGÉ Qualificatif signalant que les proportions de certains éléments d'un produit ont été diminuées. La réglementation européenne est stricte sur l'utilisation de cette mention, qui ne peut figurer que si la nature de la denrée n'a pas été fondamentalement changée, et qui doit préciser le nom du ou des éléments qui ont été modifiés. Les produits laitiers (pâte à tartiner, beurre, certains fromages) ont été les premiers à être allégés en matières grasses, facilement éliminables ; avec l'arrivée des édulcorants intenses, les produits sucrés (jus de fruits, glaces, confiseries) ont suivi.

ALLEMAGNE Connue pour être copieuse, la cuisine allemande l'est moins pour sa réelle diversité. Dans le Nord, humide et froid, où se mêlent les influences hollandaise, scandinave et polonaise, on aime les soupes consistantes, les viandes et les poissons fumés ; dans le Centre, où l'on honore la trilogie « bière-pain de seigle-jambon », on apprécie également les ragoûts, les légumes frais et la pâtisserie slave ; dans le Sud, la cuisine est plus légère, en particulier dans le pays de Bade et en Rhénanie, terre du vin, où le gibier est roi ; en Bavière, ce sont surtout les viandes et les pâtisseries qui prédominent.

La cuisine allemande est issue d'une vieille tradition : l'oie rôtie farcie aux pommes et le lièvre au poivre sont des recettes qui datent de Charlemagne. Dans chaque État, les cours princières ont cultivé le goût de la haute gastronomie, souvent en s'assurant les services de cuisiniers français. Les plats rustiques n'en ont pas moins toujours été à l'honneur, tel le populaire *Himmel und Erde* (« ciel et terre »), une purée faite de pommes de terre et de pommes acides, couronnée d'une saucisse grillée.

Cette cuisine se caractérise par ses mélanges sucré-salé, qui se manifestent aussi bien dans la soupe aux cerises ou la soupe à l'anguille de Hambourg (avec carottes, petits pois, asperges, pruneaux et abricots séchés) que dans la selle de chevreuil de la Forêt-Noire (aux pommes farcies d'airelles).

■ **Charcuterie.** La Souabe, la Westphalie et la Bavière sont particulièrement riches avec leurs jambons renommés, tout comme le Holstein et la Saxe ; la gamme des saucisses, froides ou chaudes, est étonnante : à tartiner (au foie, au paprika, au porc fumé), à griller (fumées ou farcies aux herbes, en particulier à Nuremberg), à pocher (plus ou moins aromatisées), notamment la délicieuse *Weisswurst* blanche (de veau, de bœuf et de persil) ou la grosse *Bockwurst*, craquante et juteuse, et, bien sûr, la *Frankfurter*, que l'on mange en toute occasion avec un petit pain rond et de la moutarde, sans oublier les cervelas, les fromages de tête et les boudins.

Les produits laitiers et le pain sont également diversifiés : le *Quark* (fromage blanc très consommé) est mélangé avec de l'oignon, du paprika ou des fines herbes ; les fromages à pâte dure, de même que les fromages fondus, peuvent être fumés ou encore additionnés de jambon.

Le pain se présente sous des aspects très variés : blé complet, froment ou seigle, parfumé de graines de lin, de sésame ou de cumin (*Pumpernickel, Knäckebrot, Vollkornbrot,* le pain aux trois grains).

■ **Viandes et poissons.** Les plats de viande tiennent partout la vedette, avec deux condiments majeurs : le raifort et l'oignon. Il s'agit d'une potée ou d'un ragoût, en général assez épicé et souvent cuisiné à la crème aigre : jarret de porc bouilli de Berlin ; ragoût aux quatre viandes (bœuf, agneau, porc et veau) du traditionnel *Pichelsteiner Fleisch ;* échine de porc fumée à la mode de Kassel, sur un lit de choucroute. Mais on apprécie aussi les paupiettes de bœuf farcies aux cornichons en sauce piquante, les boulettes aux câpres, le Labskaus et la viande hachée à la mode de Berlin ou de Hambourg (qui devint « hamburger » en émigrant aux États-Unis).

La volaille tient aussi une bonne place, notamment les poulets, rôtis à la broche par milliers lors de la fête de la Bière de Munich, ou cuisinés en fricassée à Berlin, avec des asperges et des champignons ; certaines régions de production ont un renom particulier : la poularde de Hambourg (que l'on cuisine en ragoût, avec du vin blanc, des champignons et des huîtres ou des moules) et ses « poussins » (qui sont, en fait, des poulets tendres et savoureux) sont aussi réputés que l'oie de Poméranie, dont on prélève les blancs pour les fumer.

Le gibier fournit des plats de grande classe, comme le faisan farci du Rhin ou les côtelettes de chevreuil aux champignons. Le poisson de mer est roi dans le Nord, surtout le hareng aux innombrables préparations (fumé, mariné, frit, en sauce, au raifort, à la moutarde, à la bière, en rollmops) et le turbot ; les crustacés et les huîtres sont fréquents, mais aussi l'anguille, le saumon du Rhin, le brochet de la Moselle et les truites de la Forêt-Noire (en papillotes).

■ **Légumes, fruits et desserts.** Dans le domaine des légumes, le chou est omniprésent – blanc, rouge ou vert, mariné, cru, en salade ou en choucroute –, comme la pomme de terre, que les Allemands savent apprêter avec une ingéniosité sans pareille : purée, croquettes, crêpes, mais surtout quenelles (Klösse et Knödel), servies en sauce ou comme garniture de potage. Certaines régions sont très réputées pour leurs légumes frais : petits navets de Teltow (Berlin),

haricots verts et blancs de Westphalie, macédoine de Leipzig (petits pois, carottes et asperges) ou asperges du Brunswick. Les fruits du verger allemand, célèbre pour ses pommes, ses cerises et ses quetsches, sont souvent mis à sécher ou conservés à l'aigre-doux. Les gelées de baies sauvages et les eaux-de-vie blanches sont excellentes.

La pâtisserie est moins prestigieuse que celle de Vienne, mais elle est très appréciée par les Allemands, qui en consomment à toute heure du jour dans les *Konditoreien,* pâtisseries aussi nombreuses et aussi fréquentées que les *Bierstuben* (débits de bière). Le répertoire des tartes et des biscuits fourrés est vaste, et il faut noter aussi les pains d'épice de Nuremberg, les massepains de Lübeck, traditionnels à Noël, ainsi que le Stollen aux fruits confits de Dresde, le gâteau de la Forêt-Noire et le Baumkuchen de Berlin (gigantesque gâteau en forme de tronc d'arbre). La pâtisserie familiale fait un large emploi de cannelle, de fruits secs, de citrons et d'amandes, ainsi que de graines de pavot.

■ **Vins.** La situation très septentrionale de l'Allemagne explique que la vigne y mûrisse difficilement. Cependant, certaines années connaissent un été très ensoleillé, et quelques zones de vignobles produisent alors de grands millésimes.

La réglementation viticole allemande a défini onze régions spécifiques de production de vin.

• Ahr-moyenne Rhénanie : vins rouges très réputés (cépages spätburgunder et portugieser), grands vins blancs (riesling et müller-thurgau) ; une des spécialités est ici le Weissherbst, un vin rosé très fruité.

• Moselle-Sarre-Ruwer : sublimes vins blancs, très subtils (riesling, parfois même de qualité Auslese), ou plus courants (müller-thurgau), et quelques vins rouges (spätburgunder – le pinot noir, le fameux cépage de Bourgogne, d'Alsace et de Champagne).

• Rheingau : vins blancs parmi les plus grands du pays (riesling), notamment le Schloss Johannisberg.

• Nahe : vins blancs vigoureux (riesling, müller-thurgau, weissburgunder, sylvaner).

• Hesse rhénane : vins blancs souvent de très grande qualité et peu chers (müller-thurgau, sylvaner, kerner, scheurebe, bacchus, riesling, faberrebe, portugieser).

• Palatinat : vins blancs rustiques (müller-thurgau, riesling, kerner), parfois très aromatiques (gewurztraminer, pinot blanc), vins rouges fruités (dornfelder).

• Bergstrasse de Hesse : grands vins blancs assez rares (riesling, müller-thurgau, sylvaner).

• Franconie : vins blancs de terroir (sylvaner, pinots, riesling, müller-thurgau), et quelques vins rouges.



• SAALE-UNSTRUT ET SAXE : vins blancs secs méconnus (essentiellement müller-thurgau).
• BADE : vins blancs (müller-thurgau, spätburgunder, rülander, riesling, pinot blanc, sylvaner).
• WURTEMBERG : vins rouges légers presque rosés, très appréciés dans les cafés (trollinger, schwarzriesling, kerner, müller-thurgau, lemberger – le meilleur).

Il faut enfin signaler le sekt, un vin mousseux sec élaboré à partir de vins étrangers, les vins allemands étant en effet trop chers pour cette transformation.

ALLEMANDE Sauce blanche réalisée avec un fond de veau ou de volaille (elle accompagne alors abats, volailles pochées, légumes et œufs), ou avec un fumet de poisson ou de champignon (elle se sert avec le poisson). Elle est ainsi dénommée par opposition à l'espagnole, une sauce brune, alors que ces deux préparations fondamentales sont d'origine française.

▶ Recette : SAUCE.

ALLEMANDE (À L') Se dit d'un apprêt où intervient la sauce allemande, et aussi d'une façon d'accommoder le gibier mariné inspirée de la cuisine allemande : cuissot ou selle de chevreuil, râble de lièvre ou de lapin rôti sur les légumes de la marinade ; la sauce d'accompagnement est déglacée avec la marinade, de la crème et du vinaigre.

▶ Recettes : CERISE, SALADE, TARTE.

ALLONGER Ajouter un liquide à une préparation trop liée ou trop réduite. L'opération rend celle-ci plus fluide, mais en atténue la saveur.

ALLUMETTE Bâtonnet de pâte feuilletée, diversement garni et cuit au four.

Si la pâte est salée, pour une entrée chaude, l'appareil ou l'élément principal de la garniture (fromage, anchois, crevettes, farces de volaille, de poisson ou de légumes, épices, etc.) est parfois placé entre deux abaisses. Si la pâte est sucrée, il s'agit de l'allumette glacée, petit gâteau individuel dont la création serait due, selon Lacam, à un pâtissier de Dinard, d'origine suisse, nommé Planta, qui disposait d'un reste inutilisé de « glace à décorer ».

Les pommes allumettes sont des pommes de terre frites très fines (voir tableau des apprêts de pommes de terre page 833).

allumettes glacées

Abaisser du feuilletage sur une épaisseur de 4 mm. Tailler des bandes de 8 cm de large. Y étendre une couche légère de glace royale. Tronçonner ces bandes en morceaux de 2,5 à 3 cm de large et ranger ceux-ci sur une plaque à pâtisserie. Cuire à four moyen jusqu'à ce que la glace soit de couleur crème (10 min environ).

allumettes à la toscane

Détailler du feuilletage en bandes de 8 cm de large sur 5 mm d'épaisseur. Préparer un mélange avec, en proportions égales, du jambon cuit coupé en salpicon et de la farce de volaille ; l'assaisonner et l'additionner d'un peu de truffe hachée. Masquer entièrement les bandes de feuilletage de cette farce ; recouvrir de très peu de béchamel, poudrer de parmesan râpé et faire cuire de 12 à 15 min dans le four préchauffé à 240 °C.

ALOSE Poisson migrateur, de la famille des clupéidés, qui vit en mer et remonte les fleuves pour pondre (voir planche des poissons d'eau douce page 819).
• GRANDE ALOSE. Elle se pêche en France dans le Rhône, la Garonne, la Loire et l'Adour, en Angleterre dans la Tamise, et au Canada, notamment dans les rapides du Saint-Laurent. Pouvant mesurer jusqu'à 60 cm, elle a une chair très fine, un peu grasse, mais qui s'altère vite et est pleine d'arêtes.

À Bordeaux, on la mange grillée ; à Nantes, on la cuisine à l'oseille, mais on peut aussi la frire en darnes ou la farcir. Ce plat était déjà très apprécié des Romains et figurait en bonne place dans les recettes du Moyen Âge.
• ALOSE FEINTE. Un peu plus petite, elle remonte peu les fleuves et se pêche surtout dans les estuaires et en mer. Une variété, fixée en eau douce, vit dans les lacs italiens ; elle est très appréciée des riverains. L'alose feinte s'apprête surtout en soupe.

alose : préparation

Écailler soigneusement l'alose, puis la vider en conservant la laitance ou les œufs. Bien laver le poisson à l'eau froide, à l'extérieur pour enlever le reste des écailles, à l'intérieur pour éliminer le sang ; l'essuyer avec du papier absorbant.

alose grillée à l'oseille

Vider, écailler, laver et essuyer une alose de 1 kg environ. La ciseler régulièrement sur la partie charnue du dos, des deux côtés. Saler, poivrer, et faire mariner 1 heure avec de l'huile, du jus de citron, du persil ciselé, du thym et du laurier. Griller à feu moyen pendant 30 min. Dresser le poisson sur un plat long, entouré de quartiers de citron. Servir avec un beurre maître d'hôtel et une garniture d'oseille braisée.

alose au plat

Vider, écailler, laver et essuyer une alose de 700 à 800 g. La garnir intérieurement de 50 g de beurre pétri avec 1 cuillerée de persil haché, 1/2 cuillerée d'échalote hachée, du sel et du poivre. Disposer l'alose dans un plat long allant au feu, beurré. Saler et poivrer, arroser de 1 dl de vin blanc sec, parsemer de petits morceaux de beurre et cuire au four préchauffé à 200 °C pendant 15 à 20 min. Arroser souvent en cours de cuisson. Si le mouillement réduit trop vite, ajouter un peu d'eau.

ALOUETTE Petit passereau de la famille des alaudidés, à la chair délicate, dont il existe plusieurs espèces, notamment le cochevis et l'alouette des champs. En cuisine, les alouettes prennent le nom de « mauviettes ». Il en faut de deux à quatre par

personne si on les prépare rôties ou en caisse, mais elles ne sont guère, selon Grimod de La Reynière *(Almanach des gourmands)*, « qu'un petit faisceau de cure-dents, plus propre à nettoyer la bouche qu'à la remplir ». Aussi les emploie-t-on surtout en pâtés, mais on peut aussi accommoder l'alouette à la bonne femme, en caisse, à la Lucullus, et minute.

Le pâté de Pithiviers, en forme de pâté pantin, est réputé depuis des siècles. La tradition veut que, rançonné en forêt d'Orléans, puis délivré, Charles IX ait promis la vie sauve à ses agresseurs s'ils lui révélaient d'où venait le délicieux pâté d'alouettes qu'ils avaient partagé avec lui : c'est ainsi que s'établit le renom d'un pâtissier de Pithiviers, Margeolet, dit Provenchère.

alouettes en brochettes

Saler et poivrer l'intérieur des alouettes. Ramener pattes et ailes le long du corps pour donner aux oiseaux une forme ramassée. Entourer ceux-ci d'une petite barde de lard – ou, mieux, les arroser de beurre fondu – et les ficeler. Les enfiler sur des brochettes et les faire griller, soit au barbecue, soit dans un gril vertical, à distance suffisante pour que les oiseaux cuisent à l'intérieur sans brûler à l'extérieur.

alouettes en croûte

Désosser les alouettes en les fendant par le dos. Saler et poivrer. Les garnir d'une farce à gratin, enrichie en son milieu de 1 dé de foie gras et 1 dé de truffe. Refermer les oiseaux, les ranger bien serrés les uns contre les autres dans une sauteuse beurrée, les arroser de beurre fondu et les cuire à four très chaud (250° C) pendant 9 à 10 min. Évider un pain rond, enduire l'intérieur d'une fine couche de beurre et faire dorer au four, puis tapisser d'une bonne épaisseur de farce à gratin. Égoutter les alouettes et les disposer dans la croûte. Achever la cuisson dans le four de 7 à 8 min. Pendant ce temps, ajouter du madère au jus rendu par les alouettes et faire réduire. Napper les oiseaux avec cette sauce.

terrine d'alouette → TERRINE

ALOXE-CORTON Commune de Bourgogne située sur la côte de Beaune, au pied de la fameuse colline de Corton, réputée pour ses grands crus, en blanc le corton charlemagne, en rouge les renardes, le clos du roi, les bressandes. Les meilleurs vins rouges portent pour la plupart le nom de « corton », éventuellement suivi de celui du vignoble producteur.

L'appellation communale « aloxe-corton » s'applique à des rouges et des blancs de grande qualité, mais qui n'ont pas la classe des précédents (**voir** BOURGOGNE).

ALOYAU Morceau de demi-gros du bœuf correspondant à la région lombaire et à la croupe de l'animal, des dernières côtes au sacrum (**voir** planche de la découpe du bœuf pages 128 et 129). L'aloyau est composé du filet, du faux-filet (ou contre-filet), du romsteck et d'une partie de la bavette. Plat d'apparat quand il est cuisiné en entier, l'aloyau est plus souvent détaillé en rôtis ou en grillades. Le mot « aloyau » viendrait d'*allodial*, patrimoine des seigneurs dans le droit féodal (ce qui ferait de l'aloyau la pièce « noble » du bœuf), à moins qu'il n'ait la même origine qu'« alouette », parce qu'on faisait rôtir ce morceau à la broche comme cet oiseau.

▶ **Recette** : BŒUF.

ALSACE **Voir pages 38 à 40.**

ALSACIENNE (À L') Se dit d'apprêts dressés avec de la choucroute, du jambon, de la poitrine salée, des saucisses de Strasbourg, etc. Cette garniture accompagne le porc rôti ou braisé, le faisan poêlé, le canard braisé et l'oie. Sont dits également « à l'alsacienne » les timbales, pâtés en croûte et terrines où intervient le foie gras, ainsi que les tartes aux fruits recouvertes d'un appareil aux œufs.

▶ **Recettes** : CHOUCROUTE, CROISSANT ALSACIEN, LANGUE, NOQUE, OIE, PORC, TARTE.

ALUMINIUM Métal blanc, léger et malléable, largement utilisé pour l'équipement de cuisine et la conserverie. Bon conducteur et bon répartiteur de la chaleur, l'aluminium permet, en raison de son faible poids, de fabriquer des ustensiles de cuisson de grande taille (bain-marie, poissonnière, couscoussier, etc.). Dans les sauteuses, braisières et casseroles en aluminium, les aliments ont tendance à attacher si le milieu de cuisson est pauvre en liquide ou en corps gras ; on remédie à ce défaut en durcissant l'intérieur des récipients (aluminium anodisé), mais surtout grâce à un revêtement antiadhésif (**voir** PTFE).

La feuille d'aluminium s'utilise pour les emballages et la congélation. Opaque, imperméable à l'eau, aux graisses et aux gaz, cet aluminium « ménager » supporte très bien les hautes températures (cuisson en papillotes) et laisse passer le froid. L'aluminium laminé sert aussi à fabriquer des plats à four jetables et des barquettes avec ou sans couvercle, qui peuvent passer directement du congélateur au four.

AMANDE Fruit de l'amandier, de la famille des rosacées ; par extension, toute graine contenue dans le noyau d'un fruit comme l'abricot. Ovoïde, verte et veloutée au toucher, l'amande est une sorte de noix dont la coque épaisse (amandon) renferme une ou deux graines, également appelées « amandes » (**voir** tableau). Originaire d'Asie, connue des Romains sous le nom de « noix grecque », elle fut très utilisée au Moyen Âge, pour préparer aussi bien des potages que des entremets sucrés (**voir** BLANC-MANGER).

■ **Emplois.** Les premières amandes douces fraîches de la saison se dégustent en dessert. Séchées (entières, effilées, pilées, en pâte ou en crème), elles entrent dans la préparation de nombreux gâteaux, biscuits, bonbons et confiseries diverses ; elles accompagnent le poisson (truite), la viande (poulet, pigeon) et diverses préparations (couscous, farces, beurres composés). Dans de nombreux cas, on les fait griller avant de les intégrer à la préparation.

Les amandes amères séchées, toxiques en grande quantité car elles contiennent de l'acide cyanhydrique, s'utilisent cependant à faible dose en pâtisserie et en confiserie, auxquelles elles apportent leur arôme très particulier.

agneau aux pruneaux, au thé et aux amandes → AGNEAU

amandes mondées

Mettre des amandes sèches dans une passoire. Les plonger dans une casserole d'eau bouillante, puis retirer la casserole du feu. Dès que la peau cède sous le doigt, égoutter quelques amandes, les éplucher aussitôt, les plonger dans de l'eau froide. Faire de même, petite quantité par petite quantité, avec le reste des amandes. Les égoutter, les éponger et les faire sécher à feu très doux (elles ne doivent pas jaunir) dans un tamis. Les conserver dans une boîte hermétique ou un bocal bien clos, à l'abri de la lumière.

beurre d'amande → BEURRE COMPOSÉ
biscuit aux amandes → BISCUIT
cerises confites fourrées à la pâte d'amande → CERISE
crème d'amande dite frangipane → CRÈMES DE PÂTISSERIE
crêpes aux amandes → CRÊPE
croissants aux amandes → CROISSANT
pâte d'amande → PÂTE D'AMANDE
pudding aux amandes à l'anglaise → PUDDING

AMANDE DE MER Petit mollusque bivalve des fonds sableux, de la famille des centracanthidés, mesurant 5 cm environ (voir planche des coquillages page 324). Sa coquille aux stries concentriques est crème, piquetée de brun ; la charnière montre de nombreuses petites dents parallèles. L'amande de mer se mange crue avec du citron, mais surtout farcie, comme le pétoncle.

AMANDINE Pâtisserie moelleuse à base d'amandes, Il s'agit d'une tarte ou de tartelettes, en pâte sucrée, garnies d'un mélange d'œufs, de sucre, d'amandes en poudre, de farine et de beurre fondu, aromatisé au rhum et parsemé d'amandes effilées. Après cuisson, le dessus est abricoté et décoré de bigarreaux confits.

Une préparation, elle aussi classique, consiste à réaliser une pâte à biscuit avec du sucre, des jaunes d'œuf, de la vanille, des amandes en poudre, de la farine, des blancs en neige et du beurre. Le mélange est versé dans un moule à savarin et glacé, après cuisson, au fondant blanc.

amandines à la duchesse

Faire une pâte avec 150 g de farine, 80 g de beurre ramolli, 45 g de sucre semoule, 1 pincée de sel, 1 jaune d'œuf et 2 cl d'eau ; la rouler en boule et la mettre dans le réfrigérateur. Travailler 100 g de beurre en pommade et lui incorporer 100 g de sucre semoule et 2 œufs, l'un après l'autre, en fouettant. Incorporer ensuite 100 g de poudre d'amande, puis 50 g de fécule. Bien mélanger ; ajouter 1 dl de kirsch. Faire chauffer le four à 200 °C. Abaisser au rouleau sur 2 mm d'épaisseur la pâte refroidie et la découper en 8 disques à l'aide d'un emporte-pièce. En foncer 8 moules à tartelette beurrés et piquer le fond avec une fourchette. Répartir 300 g de groseilles au sirop dans les moules, recouvrir de crème d'amande. Cuire 20 min au four. Laisser refroidir complètement les amandines avant de les démouler. Chauffer doucement 100 g de gelée de groseille sans la laisser bouillir et en badigeonner les amandines. Décorer avec quelques groseilles au sirop et réserver au frais.

petits choux amandines en beignets → CHOU

Caractéristiques des différentes variétés d'amandes

types et variétés	provenance	époque	aspect de l'amandon	saveur
Aï	Provence, Corse	mi-fin sept.	brun, large, sillonné	très marquée
californiennes (Non Pareil, California, Nephes, Mission, Carmel)	Californie	août-oct.	variable	plus douce que celle des amandes européennes
Ferraduel	Provence, Corse	mi-fin sept.	large, pointu, mi-épais	très parfumée
Ferragnès	Provence, Corse	mi-fin sept.	clair, légèrement bombé	agréable, très marquée
Lauranne	Sud-Est	mi-sept.	lisse régulier, légèrement veiné	équilibrée
Marcona	Espagne	fin sept.	gros, arrondi, assez épais	subtile, légèrement amère, peu grasse
Planeta	Espagne	fin sept.	plat, peau fine et claire	très typique
verte*	selon les variétés	juin-juill.	tendre, laiteux	délicate

** L'amande verte désigne un fruit qui n'est pas mûr, ce qui est valable pour chaque type et variété.*

Alsace

BORDÉE, À L'EST, PAR LE RHIN, QUI MARQUE LA FRONTIÈRE AVEC L'ALLEMAGNE, L'ALSACE REGROUPE DEUX DÉPARTEMENTS : LE BAS-RHIN ET LE HAUT-RHIN, LEQUEL JOUXTE LA SUISSE. À L'OUEST SE DRESSE LE VERSANT ORIENTAL DES VOSGES AUX CONTREFORTS CÉLÈBRES POUR LEURS VIGNES. AU CENTRE S'ÉTEND LA PLAINE FERTILE QUI LONGE LE RHIN.

La cuisine alsacienne repose sur une forte tradition paysanne, enrichie des influences de l'Europe de l'Est et de sa communauté juive, ainsi que de l'Allemagne toute proche. Le vin ou la bière accompagnent toujours ses plats, solides et généreux, comme les Alsaciens...

Cette tradition de convivialité se retrouve dans le plat symbole de la région : la choucroute, que l'on garnit de diverses façons (charcuterie, volaille, gibier, poisson, légumes, avec épices et condiments).

L'âme de la choucroute est, bien entendu, le chou, que l'on fait macérer en fût dans du gros sel avec des grains de genièvre. Légume roi en Alsace, le chou blanc (quintal) ou rouge, ou chou-rave, apparaît dans de nombreux apprêts, tout comme les pommes de terre, servies seules (quenelles, galettes, Knepfles, floutes) ou en accompagnement de plats uniques, tel le célèbre baekenofe. Les oignons sont eux aussi incontournables et garnissent, entre autres, le ziwelküche (un gâteau à l'oignon).

Qui dit choucroute dit nécessairement charcuterie. L'Alsace compte près de 200 spécialités charcutières : saucisses (les célèbres knacks), saucisses à tartiner (Mettwurst), lard, filet de porc, et un large éventail de produits fumés. Épices et condiments viennent relever l'ensemble de ces mets : cumin, raifort, genièvre et moutarde (la seule à être fabriquée à partir de graines blanches).

Rivalisant avec ceux du Sud-Ouest, les foies gras de Strasbourg ont atteint un haut degré de finesse. Et l'oie, que ce soit pour son foie ou pour sa chair, fait partie des menus de fête.

Le gibier, abondant et de qualité, se prépare au chou ou aux fruits rouges.

Le poisson de rivière est aussi fort bien traité dans cette région : en matelote (tanche, brème, anguille), farci et rôti (carpe) ou simplement au bleu (truite).

Généralement, pour accompagner ces plats, la cuisinière alsacienne confectionne elle-même des pâtes ou des préparations à base de farine comme les typiques Spätzles.

Enfin, frais, secs ou confits, entiers ou en marmelade, les fruits (pommes, prunes, cerises) entrent dans la composition de multiples desserts et sont également à la base de liqueurs et d'eaux-de-vie (mirabelle, kirsch, williamine...).



Cette façade d'une maison de Colmar est typique de l'architecture alsacienne. Fleurs et vieilles enseignes ajoutent au pittoresque.

SOUPES

Consommé aux quenelles de moelle, soupe aux abats

Les soupes figurent au déjeuner comme au dîner, parfois en plat unique ou principal, comme le consommé aux quenelles de moelle. La soupe aux abats d'oie rassemble cous, ailerons et gésiers d'oie, légumes et riz, parfumés de muscade et de girofle.



Cet ancien tonneau sculpté est conservé au musée d'Unterlinden, à Colmar.

ENTRÉES

Eierkückas, flammenküche, zewelewaï
L'eierkückas, ou « gâteau aux œufs », est une crêpe faite avec une pâte enrichie de crème fraîche.
La flammenküche, ou « gâteau à la flamme », est traditionnellement préparée par le boulanger. Il s'agit d'un rectangle de pâte à pain garni d'oignons émincés, rissolés, mélangés à de la crème fraîche. Parsemé de petits lardons de poitrine fumée saisis à la poêle, il est arrosé d'un filet d'huile. La flammenküche peut également être garnie de fromage blanc, de crème et de jaunes d'œuf sur lesquels sont disposés oignons et lardons. Délicieux avec du munster, cet apprêt doit cuire très rapidement, dans un four très chaud.
La zewelewaï, une tarte à l'oignon, doit elle aussi être servie brûlante. Elle est préparée dans une tourtière foncée de pâte brisée, garnie d'oignons émincés, « confits » au beurre ou au saindoux, auxquels on ajoute de la crème fraîche, des œufs battus, salés, poivrés et muscadés.

POISSONS

Matelote au riesling
Ce plat témoigne de la grande diversité des poissons de rivière : il réunit le brochet, la tanche ou la perche, la carpe ou la truite, et l'anguille. Tandis que l'on réserve têtes et queues pour le fumet, on fait revenir les morceaux avec des échalotes, puis on les mouille avec du riesling et le fumet. Servie chaude avec des croûtons frits au beurre, la matelote se déguste nappée d'une sauce à l'estragon.

VIANDES

Porc : tourte alsacienne
Le porc est cuisiné frais, en abats ou en morceaux nobles. Il est aussi la base de tourtes et de ragoûts. La tourte alsacienne est une croûte de pâte feuilletée garnie de lanières de filet mignon de porc et de veau, marinées dans le riesling ou le sylvaner.

Volailles : cou d'oie farci au foie gras
L'oie peut être braisée, rôtie ou en salmis, farcie de marrons, de pommes reinettes ou de pommes de terre. Le cou d'oie farci au foie gras reste toujours l'un des fleurons de la gastronomie alsacienne. La farce est faite d'échine de porc et d'épaule de veau hachées, de foie gras d'oie frais, de truffe et de cognac.

Gibier : gigot de chevreuil aux canneberges
La viande de chevreuil acquiert une saveur incomparable après avoir mariné de un à trois jours dans un mélange de vin rouge, de légumes, d'ail et de bouquet garni. Flambée au cognac ou au kirsch, cuite, elle est servie avec des canneberges (petites baies, parentes des airelles).

FROMAGES

Munster
Le munster-géromé tire son nom de deux villes du Haut-Rhin. Sa pâte molle à croûte lavée, onctueuse et d'une saveur franche et relevée, permet de parfumer des préparations typiques comme la tourte au munster. Les meilleurs fromages sont produits par de grandes fermes, les « marcairies ».

PÂTISSERIES

Bettelman, bretzel
Bettelman signifie « mendiant ». Il s'agit d'un pain au lait rassis, dont la croûte est râpée en chapelure. La mie, trempée dans du lait bouilli vanillé, est écrasée et mêlée à du sucre, des jaunes d'œuf, des dés d'orange confite, des cerises noires, du kirsch, de la cannelle et des blancs en neige. L'appareil est versé dans un moule beurré, puis saupoudré de chapelure et parsemé de noisettes.
Le bretzel est devenu l'emblème des corporations de boulangers-pâtissiers. Sa pâte est pochée dans l'eau bouillante, saupoudrée de gros sel et de grains de cumin puis durcie au four. Le bretzel se croque à l'apéritif, ou accompagné d'une bonne bière blonde.

→

CARTE

ENTRÉES

◆◆◆

Potage aux grenouilles, PAGE 846

Soupe à la bière, PAGE 998

Salade de chou rouge, PAGE 929

Foie gras d'oie et sa gelée au pinot noir, PAGE 473

PLATS

◆◆◆

Choucroute à l'alsacienne, PAGE 278

Baekenofe, PAGE 78

Carpe à la bière, PAGE 215

Truites au bleu, PAGE 1072

Oie à l'alsacienne, PAGE 727

LÉGUMES, ACCOMPAGNEMENTS

◆◆◆

Navets en choucroute, PAGE 702

Knepfles, PAGE 596

Noques à l'alsacienne, PAGE 711

Pflutters, PAGE 792

Spätzles au beurre noisette, PAGE 1003

DESSERTS

◆◆◆

Croissants alsaciens, PAGE 359

Bireweck, PAGE 116

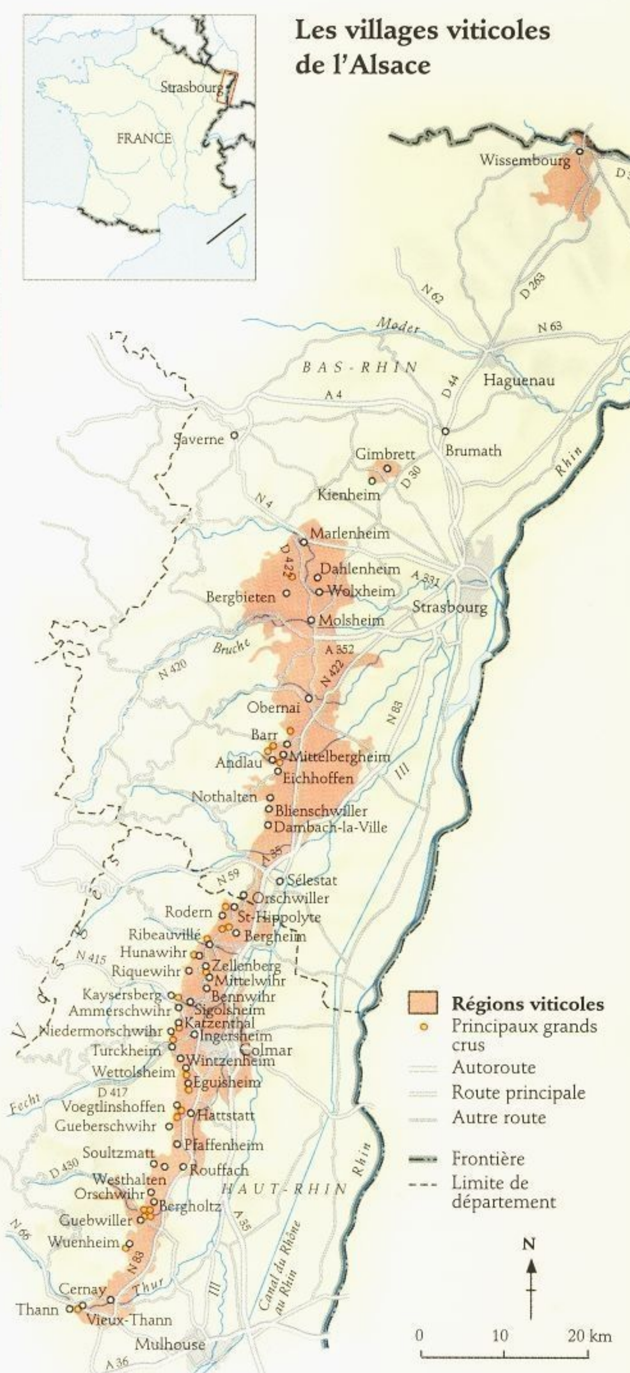
Kouglof, PAGE 596

Tarte alsacienne, PAGE 1028

Strudel aux pommes, PAGE 1005



Les vignobles des grands crus se vendangent à la main.



Vins

Le vignoble d'Alsace se distingue par deux grandes particularités : les vins qu'il produit sont en majorité des blancs d'une formidable puissance aromatique, et ceux-ci sont vendus sous le nom de leur cépage : riesling, gewurztraminer...

RÉGIONS, CÉPAGES, APPELLATIONS

Le vignoble s'étire sur une centaine de kilomètres, presque sans discontinuer, entre Mulhouse et Strasbourg. Quelques parcelles se trouvent bien plus au nord du département du Bas-Rhin, à la frontière avec l'Allemagne (région viticole de Wissembourg). Plus qu'ailleurs, le terroir prend ici toute son importance. Un mélange remarquable de sols et un climat très favorable - des étés chauds et secs, des automnes longs et doux, des hivers froids - explique la richesse et la diversité d'une région qui ne compte pas moins de 50 AOC grands crus.
Les cépages sont généralement divisés en deux groupes : cépages courants et cépages nobles. Parmi les premiers, on compte le sylvaner, qui se veut sans prétention, pour un vin fruité et gouleyant, le pinot blanc, frais et délicat, le chasselas et, enfin, l'auxerrois, qui tend à disparaître. Le mélange de ces cépages donne l'edelzwicker, vin d'assemblage léger et agréable. Les cépages nobles font la grandeur de l'Alsace. Le plus prestigieux d'entre eux demeure le riesling, qui présente un nez de fleurs et de notes minérales, un bel équilibre entre l'acidité et le corps. Le pinot gris (appelé aussi « tokay-pinot gris ») offre des vins généreux, corsés, qui vieillissent superbement, et le muscat, des blancs secs aux arômes délicatement musqués.
Enfin, le gewurztraminer produit des vins exhalant des arômes complexes de fruits et d'épices, révélant noblesse et élégance. Seul cépage pour vin rouge alsacien, le pinot noir donne des vins soit fruités et agréables, soit corsés, vieillissant bien et sentant bon la cerise.
Les grandes années, les cépages nobles alsaciens peuvent être récoltés en surmaturité. Ils donnent alors des « vendanges tardives » ou des « sélections de grains nobles », appellations soumises à des conditions de production rigoureuses, surtout en ce qui concerne la teneur en sucre des raisins. Gewurztraminer, riesling, pinot blanc et muscat « vendange tardive » ou « sélection grain noble » sont de loin la meilleure expression du vignoble alsacien.

CRÉMANT

Comme tous les autres crémants, le crémant d'Alsace est un vin d'appellation d'origine contrôlée, vinifié selon la méthode champenoise. Les crémants sont blancs, quelquefois rosés, issus de pinot blanc.

AMANITE DES CÉSARS OU **ORONGE VRAIE** Champignon sauvage comestible, baptisé « roi des champignons » en raison de la finesse de sa chair et de son parfum (voir planche des champignons page 240). L'amanite des césars, plutôt méridionale, aime la chaleur et supporte même une certaine sécheresse. Elle pousse volontiers dans les bois, notamment dans les chênaies claires et bien exposées, mais aussi, de l'été à l'automne, dans les taillis et les futaies de châtaigniers. Quand elle est récoltée au stade juvénile, il faut veiller à ne pas la confondre avec une amanite blanche, mortelle, ou avec une amanite tue-mouche, ou fausse oronge, très toxique.

AMARETTO Liqueur italienne au goût d'amande amère (d'où son nom, diminutif de l'italien *amaro*, « amer »), fabriquée à partir d'amandes d'abricot et d'extraits aromatiques. Elle est utilisée en pâtisserie pour aromatiser de petits gâteaux.

AMBASSADEUR OU **AMBASSADRICE** Se dit d'apprêts caractérisés par une présentation recherchée typique de la « grande » cuisine classique. Pour les grosses pièces, cette garniture comporte des fonds d'artichaut farcis de duxelles et des pommes duchesse dressées en rosace et dorées au four ; l'apprêt est accompagné de raifort râpé servi à part. Le potage ambassadeur est à base de pois frais.

▶ **Recette** : SOUFFLÉ.

AMBRE Gâteau à base de crème mousseline pralinée et de crème mousseline au chocolat enrichies de noix caramélisées. Les mousselines sont disposées en alternance sur un biscuit au chocolat, et le dessus est nappé d'un glaçage marbré et décoré de cônes en chocolat. Carré ou rectangulaire, selon ses dimensions, l'ambre est devenu un classique dès sa création, en 1986, par le pâtissier français Lucien Peltier.

AMBROISIE Nourriture des dieux, dans la mythologie grecque, qui leur conférait l'immortalité. Les textes anciens, assez obscurs quant à la nature de l'ambroisie, permettent tout au plus de supposer que celle-ci était solide, alors que le nectar était liquide. Le goût de cette substance mystérieuse est décrit par le poète Ibicus comme « neuf fois plus doux que le miel ».

Le nom d'« ambroisie » fut donné à une liqueur apéritive dont le *Larousse ménager* donnait la recette (faire macérer pendant 1 mois, dans 10 litres d'eau-de-vie vieille, 80 g de coriandre, 20 g de girofle et 20 g d'anis vert ; on décante, on filtre, puis on ajoute 5 litres de vin blanc et enfin un sirop fait de 5 kg de sucre dans 6 litres d'eau).

On appelle aussi ambroisie l'infusion des feuilles et des fleurs de l'ambroisie du Mexique, qui donne une boisson agréablement amère et forte.

AMER Qualificatif exprimant une saveur rude et astringente perçue essentiellement sur la langue, parfois de façon désagréable. Spontanément, un enfant recrache les aliments amers, et il faut un peu d'apprentissage et d'habitude pour les tolérer et les aimer.

Certains végétaux amers sont utilisés en cuisine : amande amère, chicorée, gingembre, laurier, orange, rhubarbe, etc. D'autres, dont les principes amers sont extraits par infusion ou distillation, s'emploient surtout dans la fabrication des boissons : absinthe, camomille, centaurée, gentiane, houblon, quinquina, etc.

On appelle « amer » une boisson tonique et apéritive à base d'orange amère et de diverses plantes aromatiques (voir BITTER).

AMÉRICAINE (À L') Se dit d'un apprêt classique des crustacés et particulièrement du homard, créé par Pierre Fraisse, dit Peters, chef français qui s'installa à Paris vers 1860 après avoir travaillé aux États-Unis.

Le qualificatif s'applique aussi à des garnitures de poisson où l'on retrouve lamelles de queue de homard et sauce américaine. Il concerne en outre des apprêts d'œufs et de volailles ou de viandes grillées (poulet, entrecôte, rognons) ; la garniture comporte alors tomates et bacon.

L'appellation « à l'américaine » appliquée au homard a donné et donne encore lieu à de nombreuses controverses, beaucoup tenant « à l'armoricaine » pour la seule valable.

▶ **Recettes** : AVOCAT, BORDURE, COQUELET, FARCE, HOMARD, LOTTE, POULET, PUDDING, SALADE, SALPICON.

AMIANTE Silicate naturel de calcium et de magnésium, à l'aspect fibreux, utilisé autrefois comme isolant thermique ou comme constituant de filtre.

L'amiante entrait notamment dans la fabrication de fours calorifugés, de gants isolants, de grille-pain. L'inhalation de ses fibres ayant été reconnue cancérigène, l'amiante n'est plus utilisé, depuis plusieurs années, dans la fabrication du matériel de cuisine.

AMIDON Glucide présent dans les graines, les tiges, les racines ou les tubercules de nombreuses plantes (légumineuses, sagou, manioc, pomme de terre, maïs, châtaigne, céréales).

Dans un liquide chaud, il gonfle et forme un empois gélatineux (voir LIAISON, FÉCULE). L'industrie alimentaire l'utilise comme produit enrobant (confiserie), liant (charcuterie) ou épaississant (desserts instantanés, glaces, soupes).

AMIRAL (À L') Se dit d'une garniture de poissons (sole ou filets de sole pochés, turbot farci, saumon braisé), dont les éléments sont choisis parmi les suivants : huîtres et moules frites, queues d'écrevisse ou écrevisses troussées, têtes de champignon tournées, lames de truffe. L'apprêt est nappé d'une sauce Nantua.

▶ **Recette** : CONSOMMÉ.

AMOURETTE Moelle épinière du bœuf, du mouton et du veau, faisant partie des abats de boucherie (voir tableau des abats page 10). Les amourettes se préparent et s'accommodent comme la cervelle de veau. Détaillées en petits morceaux, elles forment des éléments de garniture pour les diverses croûtes, timbales, tourtes et pour les vol-au-vent, ou complètent certaines salades composées.

amourettes : préparation
Faire dégorger les amourettes à l'eau froide, les débarrasser de leurs membranes, les laver, les faire pocher au court-bouillon et les laisser refroidir.

amourettes en fritots
Faire macérer les amourettes dans de l'huile d'olive additionnée de jus de citron, de persil haché, de sel et de poivre ; les égoutter, les tremper dans de la pâte à frire et les plonger dans de la friture bouillante. Égoutter, éponger, poudrer de sel fin et dresser sur une serviette avec du persil frit. Servir en même temps une sauce tomate bien relevée.

bordure de farce de veau aux amourettes ou à la cervelle de veau → BORDURE

AMPHITRYON Personne qui reçoit des convives à sa table. Grimod de La Reynière fut l'un des premiers à indiquer, dans son *Manuel des amphitryons* (1808), les règles de la politesse gourmande. Il faut, selon lui, posséder du tact, de la générosité, de l'organisation, un bon cuisinier, et surtout l'« expression de la vraie gourmandise ».

Plus près de nous, Auguste Michel, dans le *Manuel des amphitryons,* au début du xe siècle, et Maurice des Ombiaux, dans l'*Amphitryon d'aujourd'hui* (1936), ont mis ces règles au goût du jour. Si le terme n'est plus guère utilisé, une règle, édictée par Brillat-Savarin, reste immuable : « Convier quelqu'un, c'est se charger de son bonheur pendant tout le temps qu'il est sous notre toit. »

AMPHORE Vase pansu à deux anses (le terme grec signifie « qui se porte des deux côtés »), se terminant souvent en pointe, que l'on utilisait dans l'Antiquité pour transporter et stocker les produits alimentaires, solides ou liquides, notamment l'huile et le vin.

AMPHOUX (MADAME) Distillatrice française du XIXe siècle. Propriétaire d'une distillerie à la Martinique, elle attacha son nom aux « liqueurs des Îles » (de vanille, de thé, de cacao, de café, etc.), très en vogue sous le Consulat et l'Empire.

AMUNATEGUI (FRANCIS) Chroniqueur gastronomique français (Santiago du Chili 1898 - Paris 1972). Il abandonna sa carrière d'ingénieur en 1947 pour créer, dans le périodique *Aux écoutes,* l'une des premières rubriques consacrées aux restaurants, qui retrouvaient leur éclat après les années de l'Occupation. Il a publié *l'Art des mets* (1959), *le Plaisir des mets* (1964) et *Gastronomiquement vôtre* (1971). Il fut membre de l'Académie des psychologues du goût et fonda l'AAAAA, qui célèbre l'andouillette.

AMUSE-GUEULE Petit mets salé que l'on sert avec l'apéritif. Selon le caractère intime ou cérémonieux de la réunion, les amuse-gueule (dans certains restaurants de haut niveau, on dit « amuse-bouche ») comprennent un éventail plus ou moins varié de menus hors-d'œuvre chauds ou froids, faciles à manger en une ou deux bouchées : olives farcies ou non, cacahouètes et amandes salées, noix de cajou, petites pizzas ou petites quiches, choux farcis, allumettes salées, légumes crus émincés accompagnés de condiments (voir CANAPÉ, MÉZÈS, TAPAS, ZAKOUSKI).

ANANAS Plante tropicale de la famille des broméliacées, dont le fruit, parfumé et pesant de 1 à 2,5 kg, ressemble à une grosse pomme de pin coiffée d'une touffe de feuilles vertes (voir planche des fruits exotiques pages 502 et 503). L'écorce, à motif d'écailles en losange, recouvre une chair jaune et juteuse.

Découvert au Brésil par Jean de Léry au XVIe siècle, l'ananas fut d'abord introduit en Angleterre, puis en France. Les premiers ananas mûris en serre furent présentés à Louis XV vers 1733.

Encore rare au début du XIXe siècle, ce fruit, parfaitement acclimaté aux Antilles, en Afrique et en Asie, est aujourd'hui courant en toutes saisons sur le marché français. Riche en sucres et en vitamines, l'ananas frais apporte 51 Kcal pour 100 g.

■ **Emplois.** L'ananas permet d'accommoder des viandes grasses (recettes antillaises, créoles et asiatiques de porc et de canard), en associant les goûts sucrés et salés, et même des crustacés en cocktails. Il se consomme aussi beaucoup en conserve, notamment en desserts et en entremets.

L'ananas frais supporte mal le froid du réfrigérateur. Quand on le sert nature, il est préférable de le couper dans le sens de la longueur, car il est plus sucré à la base. Les tranches rondes, elles, sont toujours évidées au centre. La chair peut aussi se découper selon les losanges de l'écorce.

ananas glacé à la bavaroise
Choisir un gros ananas d'une forme bien régulière, avec un panache de feuilles très frais. L'araser à 1,5 cm au-dessous de la couronne et conserver celle-ci. Retirer la pulpe en en laissant uniformément une épaisseur de 1 cm environ. Garnir intérieurement d'un appareil à bavarois à l'ananas, additionné d'un salpicon d'ananas macéré dans du rhum blanc. Faire prendre au frais. Servir l'écorce garnie coiffée de son couvercle.

ananas glacé à la créole
Araser le haut d'un ananas et conserver la partie supérieure au frais, bien emballée pour que les feuilles ne se fanent pas. Évider l'ananas, mettre l'écorce dans le congélateur et préparer avec la pulpe une glace à l'ananas. Faire macérer dans du rhum un salpicon de fruits confits. Quand la glace est prise, en garnir l'ananas, en répartissant les fruits confits entre deux couches de glace. Refermer l'ananas avec la partie supérieure tranchée et remettre dans le congélateur. Dresser sur de la glace pilée.

▶
Ananas en surprise, tuiles fraîches
Recette voir page 44.



ananas en surprise
Araser un bel ananas et l'évider délicatement, en veillant à ne pas crever l'écorce. Détailler la pulpe en dés réguliers et la faire macérer avec 100 g de sucre semoule et 5 cl de rhum pendant 2 heures. Faire bouillir 6,5 dl de lait avec 1 gousse de vanille fendue en deux. Battre dans un grand saladier 1 œuf entier avec 3 jaunes et 100 g de sucre semoule ; quand le mélange est blanc et mousseux, y incorporer 60 g de farine et mélanger pour obtenir une pâte homogène et très lisse. Verser sur celle-ci le lait chaud, mais assez lentement pour éviter de cuire les jaunes, qui feraient alors des grumeaux, tout en fouettant très vivement, puis remettre sur feu doux et remuer jusqu'à ce que la crème ait épaissi. Retirer alors du feu et ajouter le jus de macération de l'ananas. Laisser refroidir complètement cette crème dans le réfrigérateur, puis y ajouter les dés d'ananas, 3 blancs d'œuf battus en neige très ferme et 1 dl de crème fraîche. Mélanger délicatement. Remplir largement l'ananas de cette préparation, le couvrir de sa calotte et le mettre dans le réfrigérateur jusqu'au moment de servir. (Voir photographie page 43.)

attereaux d'ananas → ATTEREAU
beignets d'ananas sauce pinacolada → BEIGNET
canard à l'ananas → CANARD
chutney à l'ananas à l'anglaise → CHUTNEY
gigot rôti aux ananas → AGNEAU
poulet créole à l'ananas et au rhum → POULET
trois tatins à l'ananas frais au coulis de kiwi → TARTE

ANCHOIS Petit poisson de mer, de la famille des engraulidés, mesurant 20 cm au maximum, au dos vert-bleu et aux flancs argentés, très abondant en Méditerranée, en mer Noire, dans l'Atlantique et dans le Pacifique (voir planche des poissons de mer pages 820 et 821).

L'anchois vit en bancs compacts et fait l'objet d'une pêche destinée à la conservation. Il se prépare aussi frais, frit ou mariné, comme la sardine.

Les anchois sont vendus soit frais, soit salés, entiers ou en filets, en bocaux, ou encore sous forme de filets à l'huile en boîtes. Leur conservation étant limitée, ils doivent être entreposés dans le réfrigérateur, de même que les pâtes, crèmes et beurres d'anchois.

Dans l'Antiquité, les anchois macérés servaient de condiment *(garum)*. Aujourd'hui, ils sont surtout utilisés dans la cuisine méridionale, mais le beurre d'anchois et l'*anchovy sauce* anglaise les associent à des apprêts traditionnels. La « tentation de Jansson », elle, est un plat suédois populaire, c'est un gratin d'anchois et de pommes de terre (voir KILKA, SPRAT).

anchois frits
Prendre des anchois frais, détacher la tête et retirer les intestins en pressant avec le pouce. Ne pas laver les poissons, car leur chair est très fragile ; les essuyer, les baigner dans du lait, les égoutter et les rouler un par un dans de la farine. Les plonger dans de la friture très chaude ; les égoutter, les poudrer de sel fin et les dresser en pyramide sur une serviette. Garnir de persil frit et de quartiers de citron.

anchois marinés
Prendre 500 g d'anchois frais, les étêter et retirer les intestins en pressant avec le pouce. Les essuyer sans les laver, car leur chair est très fragile. Les étaler dans un plat, les poudrer de sel et les laisser macérer pendant 2 heures. Les faire alors raidir à l'huile brûlante, les égoutter, les ranger dans une terrine et les recouvrir de la marinade suivante : additionner de 5 ou 6 cuillerées à soupe d'huile fraîche l'huile dans laquelle les anchois ont raidi. Y frire 1 oignon moyen et 1 carotte, pelés et émincés finement ; ajouter 3 gousses d'ail non épluchées, 1 dl de vinaigre et 1 dl d'eau. Assaisonner de sel fin, ajouter 1 brin de thym, 1/2 feuille de laurier, quelques queues de persil et 1 petite cuillerée à café de poivre en grains écrasé. Faire bouillir 10 min, verser bouillant sur les anchois. Laisser mariner pendant 24 heures. Servir en ravier avec des rondelles de citron.

barquettes aux anchois → BARQUETTE
beurre d'anchois → BEURRE COMPOSÉ
brioches aux anchois → BRIOCHE
canapés aux anchois → CANAPÉ
dartois aux anchois → DARTOIS

filets d'anchois à la silésienne
Faire pocher au bouillon des laitances fraîches de hareng. Les passer au tamis fin ou au mixeur. Pour 300 g de laitances, hacher 3 ou 4 échalotes et quelques brins de persil. Les mélanger avec la purée de laitance et étaler celle-ci dans un ravier. Poser dessus, en grille, des filets d'anchois marinés. Entourer d'une salade de pommes de terre, de pommes reinettes et de betteraves rouges coupées en dés. Arroser d'une vinaigrette bien relevée. Parsemer de persil ciselé.

filets d'anchois à la suédoise
Détailler en fines lanières des filets d'anchois, après les avoir fait bien dessaler. Les dresser sur une couche de pommes reinettes et de betteraves rouges, épluchées, coupées en dés et assaisonnées de vinaigrette. Garnir tout autour de bouquets de persil, de blancs et de jaunes d'œuf dur hachés séparément. Arroser de la même vinaigrette.

olives farcies aux anchois
pannequets aux anchois → PANNEQUET
purée d'anchois froide → PURÉE
salade aux anchois à la suédoise → SALADE

ANCIENNE (À L') Se dit de certains mets traités soit en fricassée, soit en blanquette, dont la garniture comporte des petits oignons et des champignons de Paris. (voir BONNE FEMME).

Cette appellation typique de la cuisine bourgeoise s'applique aussi à des apprêts braisés. Certaines préparations sont dites « à l'ancienne » parce qu'elles

appartiennent à un répertoire désuet, qu'il s'agisse des éléments (truffes, plus courantes autrefois, crêtes de coq) ou du décor (socle de riz), même quand les apprêts concernent des mets simples (œufs) [voir BÉATILLE, TOURTE].

▶ **Recettes** : BŒUF, CARPE, CASSEROLE, FEUILLETON, JAMBON, SUCRE D'ORGE, TALMOUSE.

ANDALOUSE (À L') Se dit d'une garniture composée de poivron (farci ou sauté), de tomate (en moitiés étuvées, concassée ou en sauce), de riz (pilaf ou risotto aux poivrons), de rondelles d'aubergines frites, parfois de chipolatas ou de chorizo. Elle accompagne les grosses pièces de viande, mais s'applique aussi à un consommé ou à des filets de sole.

▶ **Recettes** : CALMAR, SAUCE.

ANDOUILLE Charcuterie cuite, préparée avec l'appareil digestif du porc, mais aussi du veau, du mouton, du cheval, auquel on ajoute éventuellement d'autres parties de la bête (gorge, poitrine, tête ou cœur), et présentée dans un boyau noir (voir tableau page 46). Dans *Pantagruel,* Rabelais cite l'andouille comme l'un des mets préférés de ses contemporains, et il la met en scène dans « la guerre des Andoyles contre Quaresmeprenant ».

Diverses charcuteries, portant le nom de la région où sont nées les recettes, se prévalent aujourd'hui du titre d'« andouille », les plus célèbres étant celle de Vire et celle de Guémené. L'andouille se mange froide, en hors-d'œuvre, coupée en rondelles fines, ou chaude, avec des pommes de terre.

ANDOUILLETTE Charcuterie cuite, faite d'intestins de porc (chaudins), souvent additionnés d'estomac de porc et de fraise de veau, précuits dans un bouillon ou dans du lait et embossés – introduits – dans un boyau. L'andouillette, fabriquée dans plusieurs régions (voir tableau page 46) et vendue en portions de dix à quinze centimètres de long, est parfois enrobée de chapelure, de gelée ou de saindoux. Elle se mange grillée ou poêlée, traditionnellement avec de la moutarde, mais aussi froide, en rondelles. Une association gastronomique fondée par F. Amunategui, l'AAAAA (Association amicale des amateurs d'authentiques andouillettes), en défend la tradition.

andouillette grillée

Ciseler l'andouillette dans les deux sens. La griller de préférence sur des braises, doucement, pour qu'elle soit chaude jusqu'au centre.

RECETTE DE CHRISTOPHE CUSSAC,
L'ABBAYE SAINT-MICHEL (SARL), À TONNERRE

andouillettes à la chablisienne

« Faire fondre dans un sautoir en cuivre ou dans une poêle 1 petite cuillerée de saindoux. Quand il est chaud, dorer 4 andouillettes “filées à la ficelle” assaisonnées, jusqu'à belle coloration. Les retirer et jeter l'excès de gras. Faire suer doucement dans le sautoir 1/2 échalote épluchée et ciselée et déglacer avec 1 dl de chablis. Réduire le jus et lier avec une petite cuillerée de moutarde de Dijon. Rectifier l'assaisonnement et arrêter l'ébullition. Servir bien chaud. »

andouillettes à la lyonnaise

Piquer légèrement les andouillettes. Faire fondre dans du beurre des rondelles d'oignon épluché, sans les colorer. Dorer les andouillettes à la poêle avec un peu de saindoux ; ajouter l'oignon fondu 5 min avant la fin de la cuisson. Déglacer la poêle au vinaigre (1 cuillerée à soupe pour 2 portions d'andouillette), parsemer de persil ciselé et servir les andouillettes brûlantes avec leur jus de cuisson.

RECETTE DE CHARLES BARRIER

andouillettes à la tourangelle

« Nettoyer et émincer en lamelles assez épaisses 100 g de champignons provenant de caves de Touraine. Éplucher et hacher 3 échalotes grises. Les mettre dans un plat allant au four avec 30 g de beurre et les faire suer doucement sans colorer. Ajouter les champignons crus. Poser dessus deux belles andouillettes ciselées. Mouiller avec 0,5 dl de vouvray sec. Mettre au four préchauffé à 200 °C jusqu'à évaporation presque complète du vin blanc ; les champignons doivent être cuits. Ajouter 0,5 dl de crème fraîche et laisser bouillir 1 min. Servir dans le plat avec un tour de moulin à poivre. »

ÂNE Mammifère, de la famille des équidés, dont la viande est un produit de consommation annexe. Mais, dans certains pays d'Orient, la chair d'ânon est très appréciée, comme elle le fut en France sous la Renaissance. Aujourd'hui, en France, les ânes de grande taille (race du Poitou), utilisés essentiellement comme animaux de trait ou de bât, sont assimilés en boucherie au cheval.

Dans le Midi, où les ânes sont plus petits, leur chair, plus ferme et de fumet plus relevé, est surtout utilisée dans la fabrication de saucissons secs, comme le saucisson d'Arles. Le lait d'ânesse, proche par sa composition de celui de la femme, a longtemps servi à l'allaitement des nourrissons ; on lui attribuait aussi des vertus reconstituantes ; dans les Balkans, on en fait un fromage frais.

ANETH Plante aromatique, de la famille des ombellifères, originaire d'Orient et introduite dès l'Antiquité en Europe, où elle est communément appelée « faux anis » ou « fenouil bâtard » (voir planche des herbes aromatiques page 561). L'aneth était, à Rome, le symbole de la vitalité. Ses graines s'utilisent en cuisine dans tout le Maghreb (avec les viandes), dans les pays de l'Est et surtout en Scandinavie où, sous l'appellation de *dill,* elles aromatisent saumon et écrevisses. L'aneth parfume aussi le vinaigre, les pickles, les cornichons, ainsi que certains plats.

Caractéristiques des différentes variétés d'andouilles

variétés	provenance	description	saveur
andouille de Bretagne	Bretagne	andouille de Vire avec épices avant l'embossage	relevée, parfois un peu grasse
andouille de Cambrai	Cambrésis	andouille assez claire, avec boyaux de porc emballés en baudruche de bœuf, aromatisée (sel, poivre, sauge...)	aromatisée
andouille de couennes	Sud-Ouest	saucisse avec un tiers de chaudins et deux tiers de couennes	croquante, souvent fumée, relevée
andouille de Guémené	Morbihan (Guémené-sur-Scorff)	andouille brun foncé, avec chaudins de porc enfilés les uns sur les autres, parfois fumée à froid, cuite au bouillon, extrémités ficelées, séchée	fine, souvent assez salée et fumée
andouille de Jargeau	Loiret (Jargeau)	saucisse avec un tiers de poitrine et deux tiers d'épaule de porc, parfois fumée	de grosse saucisse
andouille de pays	toute la France	andouille de Vire avec tête et cœur de porc, parfois couennes (5 % max.)	proche de la Vire
andouille de Revin	Ardennes	andouille rustique, claire, avec chaudins et viande de porc salés, épicés et montés à la main	épicée
andouille rouge ou sabardin	Loire	grosse saucisse avec boyaux de bœuf, panse, poitrine, cœur et gorge de porc, aromatisés au vin rouge, emballés en jésus avant cuisson	puissante, marquée par le vin
andouille de viande	Massif central	grosse saucisse, avec épaule triée maigre, chaudins de porc hachés et lard gras emballés et cuits	assez maigre, non fumée
andouille de Vire	toute la France	andouille avec boyaux dégraissés, souvent précuits, embossés, fumés, ficelés et cuits, parfois colorée	proche de la Vire tradition
andouille de Vire tradition, ou véritable andouille de Vire	Calvados (Vire et sa région)	cylindre (25-30 cm de long et 4-6 cm de diamètre), traces de la ficelle, avec gros intestin, menus et estomacs de porc sans gras ni liants, découpés et emballés en boyau naturel, fumés à froid (au bois de hêtre), ficelés et cuits à l'eau et au court-bouillon	franche, souvent marquée par la longue fumaison
grenier médocain	Médoc	andouille claire, non fumée, avec estomac de porc assaisonné et roulé	assez relevée

Caractéristiques des différentes variétés d'andouillettes

variétés	provenance	description	saveur
andouillette de Cambrai	Cambrésis	avec fraise précuite, caillette et panse de veau, emballée en boyau de porc, cuite en bouillon aromatisé (persil, échalote ou oignon), portionnée (coupe ou clippage)	spécifique des aromates
andouillette de Jargeau	Loiret	avec chaudins de porc précuits et maigre de porc (20-40 %)	entre andouil-lette et saucisse
andouillette lyonnaise	Rhône	avec fraise de veau et parfois un peu de panse de porc et de veau, et caillette de bœuf	plutôt douce
andouillette du Périgord	Périgord	avec ventre de porc, parfois gorge non découennée (10-15 %)	légèrement croquante
andouillette provençale	Provence	avec tripes blanchies, gorge non découennée (15 % max.) de porc, découpée en lanières, portionnée et panée	de l'assaisonne-ment (ail, persil...)
andouillette à la rouennaise	Basse-Normandie	avec moitié boyaux de porc (sans panse) et moitié fraise de veau	légèrement marquée
andouillette de Troyes	toute la France	cylindre (12-15 cm de long et 3-4 cm de diamètre) pur porc (chaudins, estomac, parfois gorge), découpé à la main en lanières, assemblé en portions, dressé à la main ou embossé, cuit plusieurs heures	bien marquée de pur porc

ANGE DE MER Poisson de la famille des squatinidés, mesurant de 90 cm à 1,20 m, mais pouvant atteindre 2 m et peser plus de 60 kg. Ses nageoires pectorales en forme d'aile le font ressembler à une raie. Il en existe plusieurs espèces, répandues sur les côtes européennes tempérées et dans les mers tropicales. La peau est rugueuse, le dos vert-brun, tacheté de gris, le ventre blanc crème. La chair, assez appréciée, quoique moins savoureuse que celle de la raie, s'apprête de la même façon.

ANGÉLIQUE Plante aromatique de la famille des ombellifères, originaire des pays nordiques, introduite en France par les Vikings et dès lors cultivée par les moines. Ses tiges vertes, confites dans du sucre, sont utilisées par les pâtissiers (cakes, pains d'épice, puddings, soufflés) ; l'angélique confite est une spécialité de la ville de Niort.

Les liquoristes utilisent l'angélique, dont ils font macérer les tiges et les racines (eau de mélisse, Chartreuse, vespetro, gin) [voir HYPOCRAS, LIQUEUR].

angélique confite

Couper des tiges d'angélique en morceaux de 15 à 20 cm ; les faire tremper 3 ou 4 heures dans de l'eau froide. Les plonger dans de l'eau bouillante jusqu'à ce que la pulpe cède sous le doigt ; les rafraîchir, les égoutter, les peler avec soin pour supprimer toutes les filandres dures. Les mettre 24 heures dans un sirop de densité 1,1425 ; les égoutter. Cuire le sirop pour obtenir une densité de 1,2624 et le verser sur les morceaux d'angélique. Renouveler cette opération une fois par jour pendant 3 jours, avec un nouveau sirop. Le quatrième jour, cuire le sirop « au perlé », y mettre l'angélique et faire bouillir quelques instants. Retirer du feu et laisser reposer. Égoutter l'angélique sur un tamis fin. Ranger les morceaux sur un marbre, les poudrer de sucre fin et les faire sécher à l'entrée d'un four doux. Conserver dans des boîtes hermétiques.

homard breton aux angéliques → HOMARD

ANGELOT Premier nom de divers fromages normands, dont le pont-l'évêque, le livarot et sans doute le neufchâtel (voir tableau des fromages français pages 494 et 495). Guillaume de Lorris en fait mention dès 1230-1235 dans *le Roman de la Rose*. Ce nom ferait référence au pays d'Auge, où ils étaient fabriqués.

ANGLAISE (À L') Se dit de légumes, de viandes ou de poissons traités selon divers modes de cuisson.

• LÉGUMES À L'ANGLAISE. Ils sont cuits à l'eau et servis nature, avec du persil haché, du beurre fondu ou frais, une sauce aux fines herbes, etc.

• VIANDES ET VOLAILLES À L'ANGLAISE. Elles sont pochées, bouillies ou cuites dans un fond blanc. Suivant le cas, les légumes sont cuits en même temps ou séparément, à l'eau ou à la vapeur.

• POISSONS ET MORCEAUX DE VIANDE PANÉS À L'ANGLAISE. Ils sont ensuite sautés ou frits.

• POISSONS GRILLÉS À L'ANGLAISE. Il faut les couper en darnes s'ils sont gros, les ciseler s'ils sont petits. Leur cuisson doit s'opérer à feu doux, après qu'ils ont été badigeonnés d'huile ou de beurre fondu (et farinés s'ils ont une chair délicate). Ils s'accompagnent de beurre fondu ou de beurre maître d'hôtel.

• APPRÊTS DE LA CUISINE BRITANNIQUE « À L'ANGLAISE ». Il s'agit aussi bien de sauces, d'entremets, de pies que de préparations aux œufs.

• CRÈME DITE « ANGLAISE ». C'est une préparation de base de la cuisine classique.

▶ **Recettes** : AGNEAU, ANGUILLE, BROCHETTE, CERVELLE, CHAMPIGNON DE PARIS, CŒUR, CRÈMES D'ENTREMETS, FOIE, PANURE, PETIT POIS, PUDDING, ROGNON, SAUCE, SAUMON, SOUPE, TOPINAMBOUR, VEAU.

ANGOSTURA Bitter concentré, à base de rhum et du suc de l'écorce d'un arbuste d'Amérique du Sud, aux propriétés toniques et fébrifuges, créé à Angostura (aujourd'hui Ciudad Bolívar, Venezuela), au début du XIXe siècle, par un chirurgien de l'armée de Bolívar, pour combattre les effets du climat tropical. Fabriqué dans l'île de la Trinité, de couleur brun-rouge, titrant 44,7 % Vol., l'angostura est surtout utilisé pour aromatiser les cocktails, à raison de quelques gouttes, mais aussi en pâtisserie.

ANGUILLE Poisson de la famille des anguillidés, mesurant de 50 cm (mâle) à 1 m (femelle), à peau visqueuse, qui a la forme d'un serpent (voir tableau des poissons d'eau douce page 819).

Les anguilles naissent toutes dans la mer des Sargasses, près des Bermudes, puis les larves (leptocéphales) sont entraînées pendant deux ou trois ans par les courants marins vers les côtes d'Amérique ou d'Europe. Les anguilles naissent toutes femelles, puis certaines changent de sexe.

Seules les femelles pénètrent dans les estuaires ; elles sont alors transparentes et mesurent de 6 à 9 cm de long : ce sont les civelles (ou pibales), dont on fait des fritures réputées tant à Nantes qu'à La Rochelle, à Bordeaux et au Pays basque.

Les larves rescapées grossissent dans les rivières et se pigmentent. L'anguille « jaune » a le dos brun, puis verdâtre, et le ventre jaunâtre, puis blanc argenté ; c'est au moment où elle redescend le courant pour aller pondre dans la mer des Sargasses que l'anguille, dite alors « argentée » ou « de descente », est le plus recherchée.

Vendue vivante, elle doit être dépouillée au dernier moment (elle s'altère vite, et le sang cru est venimeux sur une coupure).

Sa chair est très grasse, mais savoureuse et riche en azote. Les arêtes, attachées à l'épine dorsale, se retirent assez facilement.

■ **Emplois.** Mets succulent pour les Romains, l'anguille était aussi largement consommée au Moyen Âge. Elle figure encore dans de nombreux apprêts régionaux. L'anguille fumée est très estimée en Scandinavie et en Allemagne du Nord ; elle doit avoir une peau brillante, presque noire, et se sert en hors-d'œuvre, avec du pain de seigle et du citron. L'anguille est aussi

très appréciée en Belgique, poêlée, grillée ou préparée à l'étouffée, à l'escabèche et surtout « au vert ». Au Québec, la pêche à l'anguille est une activité importante ; en certains endroits, elle se pratique encore « à la fascine » et, sur les berges du Saint-Laurent, les poteaux qui retiennent les filets (fascines) font partie du paysage. L'anguille se vend vivante, ainsi qu'en filets, fumée, marinée, en gelée ou en conserve.

anguille : préparation
Saisir l'anguille avec un torchon et l'assommer sur une surface dure. Passer un nœud coulant à la base de la tête et la suspendre. Fendre la peau tout autour, sous la corde. La décoller et, à l'aide d'un torchon, la tirer vivement vers le bas. Vider le poisson par une petite incision sur le ventre et couper la tête et l'extrémité de la queue. Laver et éponger. On peut aussi détailler l'anguille en tronçons et les faire rapidement griller ; la peau se boursoufle et se retire facilement, et le poisson perd son excédent de graisse.

anguille à l'anglaise en brochettes
Détailler en tronçons réguliers une anguille désossée. Faire mariner ceux-ci 1 heure avec de l'huile, du jus de citron, du poivre, du sel et du persil ciselé. Égoutter les tronçons, les rouler dans de la farine et les paner à l'anglaise. Les embrocher en les séparant par des tranches de bacon un peu gras. Griller sur feu doux. Dresser sur un plat long ; garnir de persil frais, entourer de demi-tranches de citron cannelé. Accompagner d'une sauce tartare.

anguille pochée du Québec
Nettoyer 1,750 kg d'anguilles et les détailler en tronçons réguliers. Les mettre dans une casserole avec 7 dl d'eau, 1,5 dl de vinaigre et 120 g d'oignons épluchés et hachés. Cuire 10 min. Jeter l'eau et rincer les tronçons à l'eau chaude. Les remettre dans la casserole avec 6 dl d'eau, du sel au goût, 5 g de persil haché, 15 g d'échalote épluchée et hachée, et 50 g de beurre. Cuire 15 min environ. Préparer un beurre manié avec 60 g de beurre et 80 g de farine. Sortir le poisson. Lier le court-bouillon avec le beurre manié. Ajouter 1 dl de jus de citron, quelques gouttes de Worcestershire sauce et 1,5 dl de crème. Dresser l'anguille sur un plat et la napper de sauce. On prépare en France, selon une recette proche, une anguille dite traditionnellement, mais improprement, « au court-bouillon ».

anguille à la provençale
Étuver à l'huile d'olive, doucement, 2 cuillerées à soupe d'oignon épluché et haché. Détailler une anguille moyenne en tronçons réguliers. Faire raidir ceux-ci dans le hachis d'oignon. Saler, poivrer, ajouter 4 tomates concassées, 1 bouquet garni et 1 gousse d'ail pelée et écrasée. Mouiller avec 1 dl de vin blanc sec. Cuire doucement, à couvert, de 25 à 30 min ; 10 min avant de servir, ajouter une douzaine d'olives noires dénoyautées. Dresser en timbale et parsemer de persil ciselé.

RECETTE DE PIERRE ROMEYER

anguilles sauce Chambord
nouillettes au beurre
« Mélanger quelques minutes dans un robot ménager 500 g de semoule de blé dur, 3 œufs entiers, 3 jaunes d'œuf, 0,5 dl d'huile d'olive, du sel et du poivre. Ajouter 0,75 dl d'eau et mélanger jusqu'à ce que la préparation soit homogène. Laisser reposer et passer au laminoir pour obtenir des nouillettes. Éplucher 100 g de carottes, 100 g de céleri-rave, 100 g de poireaux et 100 g d'oignons, et les tailler en brunoise ; la faire suer dans 25 g de beurre. Nettoyer 1,8 kg d'anguilles et les détailler en tronçons réguliers. Les faire raidir dans une sauteuse avec 25 g de beurre. Ajouter 2 gousses d'ail pelées et hachées, 1 bouquet garni et 5 dl de vin rouge. Cuire de 15 à 20 min et sortir les tronçons. Ajouter à la cuisson 5 dl de fumet de poisson, 25 g de concentré de tomate et réduire. Remettre les tronçons dans la sauce, terminer avec 25 g de beurre et rectifier l'assaisonnement. Servir parsemé de persil ciselé, accompagné des nouillettes cuites à l'eau salée et légèrement huilée et beurrée. »

anguille au vert
Nettoyer 1,5 kg de petites anguilles et les couper en quatre dans le sens de la longueur. Faire raidir ces tronçons dans une sauteuse avec 150 g de beurre. Laver et hacher 100 g d'épinards et 100 g de feuilles d'oseille et les mettre dans la sauteuse ; les faire fondre à feu doux. Ajouter 3 dl de vin blanc sec, 1 bouquet garni, 2 cuillerées à soupe de persil, 1 cuillerée à dessert d'estragon et 1 cuillerée à dessert de sauge, hachés. Bien assaisonner et laisser mijoter 10 min. Dorer au beurre 6 tranches de pain de mie rassis. Ajouter dans la sauteuse 2 ou 3 jaunes d'œuf délayés avec 2 cuillerées à soupe de jus de citron et lier sans laisser bouillir. Disposer les tronçons d'anguille sur les canapés et napper de la sauce. On peut aussi servir les anguilles au vert froides, sans les dresser sur canapés.

ballottine chaude d'anguille à la bourguignonne → BALLOTTINE
canapés à l'anguille fumée → CANAPÉ
matelote d'anguille → MATELOTE
pâté d'anguille (eel pie) *à la meunière* → PÂTÉ

ANIMELLES Testicules des animaux de boucherie, plus spécialement du bélier, de l'agneau et du taureau (voir tableau des abats page 10). Les animelles étaient très appréciées autrefois en Orient, dans les pays méditerranéens, et en France sous Louis XV ; elles le sont encore aujourd'hui en Italie et en Espagne (*criadillas* de taureau frites).

On les accommode comme les ris, ou encore à la vinaigrette bien relevée.

animelles : préparation
Plonger les animelles 2 min dans de l'eau bouillante, puis les rafraîchir sous l'eau froide et les dépouiller aussitôt. Les faire ensuite dégorger dans de l'eau froide pendant une dizaine d'heures, puis les égoutter et les presser, entre deux assiettes par exemple.

animelles à la crème
Détailler des animelles en fines escalopes, saler et poivrer ; les cuire à demi au beurre (6 ou 7 min), puis mouiller de quelques cuillerées de sauce crème et terminer doucement la cuisson. Ajouter un peu de beurre au moment de servir et rectifier l'assaisonnement. On peut ajouter des champignons émincés, cuits au blanc ou sautés.

RECETTE DE PLUMEREY

animelles frites
« Choisissez 3 animelles fraîches, enlevez-en la peau et détaillez chacune en 8 morceaux d'égale grosseur ; mettez-les dans une terrine avec sel, poivre, 2 cuillerées de vinaigre à l'estragon, 2 cuillerées d'huile d'olive, un peu de thym, 1/2 feuille de laurier, 1 oignon en tranches, quelques brins de persil. Couvrez la terrine. Au bout de 1 heure, elles doivent avoir rendu l'eau. Égouttez-les, remettez-les dans la terrine avec tous les ingrédients et mettez dessus le jus d'un demi-citron. Au moment de servir, égouttez-les sur un linge blanc et pressez légèrement. Farinez-les ; faites frire de belle couleur. Dressez en buisson avec persil frit. »

ANIS Plante aromatique, de la famille des ombellifères, originaire d'Orient (Inde, Égypte), déjà connue dans la Chine ancienne (où elle était une plante sacrée) et appréciée des Romains. En Europe, les grains d'anis vert ont été utilisés très tôt en boulangerie (bretzel, fougasse, *Knäckebrot*) et parfument également biscuits et gâteaux (pain d'épice et soufflé, en particulier).

L'anis sert aussi en confiserie (dragées de Flavigny) et en distillerie (pastis, anisette). Les feuilles, hachées, peuvent relever les légumes marinés, les salades et les soupes de poisson dans le Midi (ANIS ÉTOILÉ voir BADIANE ; FAUX ANIS voir ANETH).

▶ **Recettes** : BISCUIT, SUCRE.

ANISETTE Liqueur de fabrication industrielle obtenue par mélange d'alcool, d'eau, de sucre, d'alcoolat et de grains d'anis vert. En France, on connaît notamment l'anisette de Bordeaux (Marie Brizard), qu'il ne faut pas confondre avec les anis incolores ou teintés (contenant plus ou moins de réglisse), les anisettes étant sucrées alors que les autres produits (anis, pastis) le sont peu.

Les anis se boivent plus ou moins étendus d'eau, parfois avec un filet de sirop de grenadine (« tomate ») ou de menthe (« perroquet »), qui les adoucit (voir OUZO, PASTIS, RAKI, SAMBUCA).

ANJOU Voir pages 50 et 51.

ANNA Nom d'un apprêt de pommes de terre créé par le cuisinier Adolphe Dugléré et dédié à Anna Deslions, une « lionne » du second Empire (voir tableau des apprêts de pommes de terre page 833). Lorsque les pommes de terre sont coupées en julienne et non en rondelles, l'apprêt s'appelle « pommes Annette ».

▶ **Recette** : POMME DE TERRE.

ANONE Fruit d'un arbre de la famille des anonacées, originaire du Pérou et qui pousse dans divers pays tropicaux (voir planche des fruits exotiques pages 502 et 503). Il en existe plusieurs espèces, dont le corossol, le cachiman (ou cœur-de-bœuf), la pomme-cannelle et la chérimole ; c'est cette dernière qui est connue en France sous le nom de « anone ».

Importée du Proche-Orient, d'Amérique centrale ou du sud de l'Espagne, et vendue d'octobre à février, l'anone a la taille d'une orange, un aspect bosselé et une teinte verte virant au brun noirâtre quand elle est bien mûre. Elle se sert fraîche, coupée en deux ; sa pulpe, blanche et juteuse, que l'on débarrasse de ses graines noires pour la manger à la petite cuillère, a une saveur aigre-douce et un parfum de rose. On en fait aussi des sorbets et des salades de fruits.

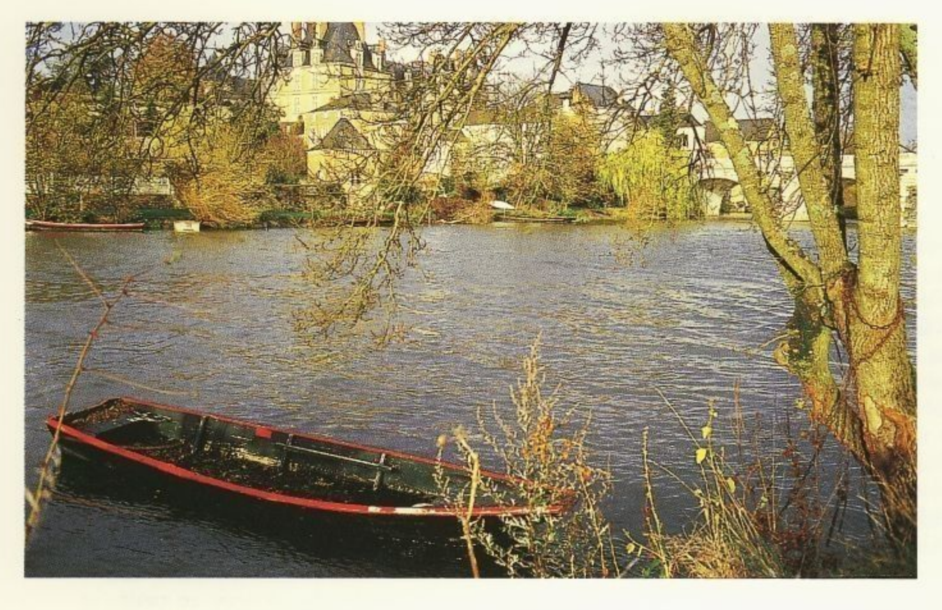
ANTIBOISE (À L') Se dit de divers apprêts de la cuisine provençale particuliers à la ville d'Antibes : œufs cuits au four avec des nonnats rissolés, de l'ail écrasé et du persil haché ; gratin d'œufs brouillés disposés en couches alternées avec des courgettes sautées et des tomates fondues à l'huile ; tomates garnies de filets d'anchois, de miettes de thon et de mie de pain pilés avec de l'ail, et grillées au four ; tomates froides farcies.

▶ **Recette** : ŒUF BROUILLÉ.

ANTILLAISE (À L') Se dit de nombreux apprêts de poissons, de crustacés et de volailles, généralement accompagnés de riz nappé d'une fondue de petits légumes à la tomate, mais aussi d'ananas ou de banane. Les desserts à l'antillaise associent les fruits exotiques avec le rhum ou la vanille. Les apprêts à la créole en sont tous très voisins.

ANTILOPE Mammifère ruminant de la famille des bovidés, dont la chair est comparable à celle des cervidés d'Europe, bien qu'elle soit plus ferme et ait un goût parfois très fort. Il existe, surtout en Afrique, plus de cent espèces d'antilopes, dont la taille varie de celle d'un agneau à celle d'un cheval. Les populations autochtones la consomment rôtie, braisée ou bouillie, après qu'elle a parfois mariné ou subi une maturation au soleil. La gazelle, une antilope de petite taille, à chair estimée, s'apprête comme le chevreuil.

ANTIOXYGÈNE Additif utilisé pour éviter les phénomènes d'oxydation qui peuvent altérer un aliment. La législation en autorise quarante. Le plus courant est l'acide ascorbique, ou vitamine C, utilisé dans le lait concentré, les bières, les sirops, les limonades et les salaisons (voir ADDITIF ALIMENTAIRE).



Le Loir, affluent de la Sarthe, est bordé de châteaux, tel celui de Durtal. Ce cours d'eau serpente tranquillement en Anjou.

TERROIRS

Anjou

L'ANJOU COUVRE LE DÉPARTEMENT DU MAINE-ET-LOIRE. AU CARREFOUR DE PLUSIEURS COURS D'EAU, LA RÉGION EST FORMÉE PAR LE BOCAGE À L'OUEST, ET LA VALLÉE DE LA LOIRE À L'EST. SOUS UNE MÊME DOUCEUR CLIMATIQUE COHABITENT L'ANJOU NOIR, À L'OUEST, ROYAUME DE L'ARDOISE ET L'ANJOU BLANC, À L'EST, OÙ DOMINE LA CRAIE.

L'Anjou est un pays d'équilibre dont la « douceur » a été chantée par le poète du Bellay (1522-1560). Sa cuisine est raffinée, sans contrastes violents. Toute préparation « à l'angevine » est ainsi agrémentée d'une bonne quantité de crème pour « arrondir les angles »… Richement irriguées, les terres angevines offrent à la fois des légumes variés (choux ou « piochons », haricots verts, radis, asperges, oignons), et des fruits de qualité (fraises, mirabelles et autres prunes, dont la fameuse reine-claude, et les poires belle-angevine ou doyenné-du-comice), qui valent à la région l'appellation de « jardin de la France ». Cette terre est constituée d'une roche particulière, le tuffeau ; on y a creusé de nombreuses caves où sont cultivés les champignons de Paris, que l'on trouve très souvent dans la préparation « à l'angevine ».
La Maine et la Loire regorgent de poissons, ce qui poussa à la créativité : goujon, barbeau, et surtout brochet et anguille sont à la base de plats célèbres tels que le brochet au beurre blanc et la bouilleture (matelote d'anguille au vin rouge, avec pruneaux, eau-de-vie, huile de noix, champignons).
Les animaux de boucherie sont de première qualité, comme le bœuf de race mancelle, et le veau, qui fournit l'autre plat typique de la région, le cul de veau. Quant au porc, il est à la base de charcuteries réputées : le jambon, les saucisses, les rillettes et surtout les gogues – sortes de gros boudins – et les fameux rillauds et rillons, d'une grande finesse. La préparation des abats participe aussi à la réputation culinaire de ce terroir : andouillette, piquerette (gras-double mijoté au vin rouge) ou encore langue de bœuf en gelée.
Les volailles donnent à l'Anjou des spécialités de haut goût, comme la poularde ou la fricassée de poulet à l'angevine.
L'Anjou s'illustre encore par la qualité de ses desserts : beignets (bottereaux), tartes, fruits cuits en pâte ou au vin, sans oublier les macarons et les confiseries, que l'on pourra déguster avec la liqueur du pays, le guignolet, élaborée avec des guignes ou des griottes.

SOUPES

Bijane, soupe d'anguille
Recette traditionnelle, la bijane est une soupe servie froide, faite de mie de pain trempée dans du vin rouge. Plus élaborée, la soupe à l'anguille réunit morceaux d'anguille, oseille, fines herbes, oignons, jaunes d'œuf, crème et croûtons.

POISSONS

Pâté d'anguille, sandre à la saumuroise
L'anguille se retrouve dans de nombreux apprêts. Pour

le pâté d'anguille, elle est détaillée en escalopes qui sont blanchies, puis disposées dans un moule, en alternance avec des rondelles d'œuf dur. Le tout est parsemé de muscade râpée, de persil ciselé, mouillé de vin blanc et garni de morceaux de beurre. Une abaisse de feuilletage couvre l'ensemble. Une fois cuit, au moment de servir, il est arrosé d'un peu de demi-glace maigre. Ce pâté se mange chaud ou froid.
Le sandre à la saumuroise est cuisiné au vin de Saumur et s'accompagne de queues d'écrevisse, de pointes d'asperge et de champignons.

VIANDES

Porc : rillauds
Spécialité charcutière incontournable de l'Anjou, les rillauds sont de gros cubes de poitrine (ou d'épaule) de porc frais dont on a gardé la couenne, entrelardés, macérés au sel et cuits lentement dans du saindoux. Les rillauds sont servis brûlants ou froids, avec une salade verte.

Veau : cul de veau
Pour cette recette, on utilise un morceau de quasi qui mijote doucement en cocotte sur un lit de couennes, mouillé d'anjou blanc, de marc et de bouillon ; il est servi avec une purée d'oignon, des morilles à la crème, des cœurs de céleri ou des petits légumes nouveaux.

Volailles : ailerons de dinde, caneton farci, poularde
La qualité des volailles va de pair avec la variété des préparations. Les ailerons de dinde sont désossés puis farcis de filet mignon de porc, de lard frais, de foie de volaille ou de foie gras, de marrons et, au choix, de boudin grillé, de pieds de porc ou de rillettes. Débarrassé de l'os principal de sa carcasse, le caneton est farci d'échalotes, de viande de porc, de lard gras, de foie gras, de son foie, de marrons cuits, de rillettes, auxquels on ajoute du marc du pays. Bardé, il mijote avec carottes et oignons, et s'accompagne de marrons entiers ou en purée.
La célèbre poularde à l'angevine, coupée en morceaux, cuit dans du vin blanc d'Anjou sec et du bouillon de volaille, avec des tomates pelées, de l'échalote, de l'oignon, de l'ail, des champignons et, bien sûr, de la crème.

DESSERTS

Crémets, millière, fouée, biscuits, poirier
Fins et légers, les crémets d'Angers ou de Saumur sont des fromages frais additionnés de blancs d'œuf en neige et de crème fouettée. Le mélange ferme égoutte au frais dans des faisselles tapissées d'une mousseline. On sert les crémets avec de la crème fraîche, du sucre et des fraises.
Très anciennes, la millière, bouillie de riz au lait, et la fouée, galette de pâte à pain recouverte de beurre frais, voisinent avec les guillarets (petites pâtisseries croquantes).
Les biscuits sont variés : sablés, croquets aux amandes, biscuits à l'anis, boulettes aux noisettes.
Le poirier est une poire cuite en pâte et arrosée de sirop de groseille.

VINS

Anjou et Saumurois
Entre la Touraine et le vignoble nantais, l'Anjou compte de nombreuses appellations qui découlent de l'infinie variété des sols. La majorité des vins de la région sont regroupés sous les appellations générales d'Anjou et de Saumur.
Si l'Anjou proprement dit est surtout célèbre pour ses grands vins blancs produits autour de la rivière du Layon, le Saumurois est connu pour ses vins rouges et ses mousseux.
Les grands vins blancs d'Anjou proviennent du cépage chenin qui, selon les années, donne des vins secs, moelleux ou liquoreux. Ainsi, les coteaux-du-layon offrent des vins délicats et subtils qui atteignent leur meilleure expression avec le quarts-de-chaume, un vin racé et séducteur, et le bonnezeaux, aromatique et plein de sève, un vin de première classe.
Tout près, sur la rive nord de la Loire, le savennières, avec ses crus, roche-aux-moines et coulée-de-serrant, développe un style tout à fait différent qui s'équilibre entre la nervosité, l'ampleur et la fraîcheur.
À l'est, le Saumurois produit toutes les variétés de vins, des rouges pleins et chatoyants, à base de cabernet ou de gamay, et des blancs, à base de chenin. Trente-six communes autour de la ville de Saumur sont concernées par cette production. Mais Saumur est aussi la capitale des vins mousseux, obtenus par la méthode champenoise et conservés dans les caves de tuffeau le long de la Loire. Vendus sous le nom de « saumur », ils se remarquent par leur bouquet fruité et leur finesse. Toutefois, la vedette de ce terroir demeure le saumur-champigny, élaboré à partir de cabernet franc ou breton. Produit dans neuf communes près de Saint-Cyr-en-Bourg et de Champigny, ce vin rouge, fruité, léger, vif et gouleyant, connaît un grand succès.

CARTE

ENTRÉE

◆◆◆

Crème d'estragon, PAGE 347

PLATS

◆◆◆

Brochet au beurre blanc, PAGE 171

Alose grillée à l'oseille, PAGE 35

Grenadins de veau braisés, PAGE 1086

Gogues, PAGE 533

Jambon braisé, PAGE 588

Côtes de porc Pilleverjus, PAGE 840

DESSERTS

◆◆◆

Bottereaux, PAGE 144

Fouace, PAGE 478

Sorbet à la poire, PAGE 992

Pâte d'abricot, PAGE 770

ANTIPASTO Hors-d'œuvre froid italien. Le terme associe au mot italien *pasto*, « repas », le préfixe latin *ante*, « avant ». Un antipasto peut se composer de jambon de Parme aux figues ou au melon ou d'une fondue piémontaise (crudités accompagnées de condiments et d'une sauce au fromage fondu additionné de lait – ou d'œufs – aromatisé avec de la truffe blanche), mais il s'agit plus généralement d'un assortiment coloré et abondant, servi en amuse-gueule avec l'apéritif ou en début de repas, souvent à la place des pâtes. Les antipasti sont alors accompagnés de gressins et rassemblent marinades de légumes et de poissons, fruits de mer citronnés, olives, charcuterie fine, salade de cèpes, artichauts, etc.

ANVERSOISE (À L') Se dit d'une garniture composée essentiellement de jeunes pousses (ou jets) de houblon étuvées, au beurre ou à la crème. Destinée aux œufs (mollets, pochés ou sur le plat), elle est parfois associée à des pommes de terre (à l'anglaise ou rissolées) pour accompagner le contre-filet rôti, les paupiettes de veau, etc. Les jets de houblon peuvent aussi être dressés sur des tartelettes ou sur des fonds d'artichaut.
▶ **Recettes** : AGNEAU, ESCALOPE.

APÉRITIF Boisson que l'on consomme en attendant le déjeuner ou le dîner. Son nom vient d'un adjectif désignant ce qui « ouvre » (*aperire* en latin) ou stimule l'appétit. De tout temps, certaines plantes ont été reconnues pour cette qualité ; on en faisait autrefois des boissons dites « apéritives », mais celles-ci étaient plus thérapeutiques que gastronomiques, et on ne les consommait pas avant de passer à table.

Les Romains appréciaient le vin au miel ; au Moyen Âge, on croyait aux vertus des vins herbés ou épicés, puis apparurent les hypocras, les vermouths, les amers et les vins doux.

Ce n'est qu'au XXᵉ siècle que se généralisa le goût des boissons alcoolisées avant le repas. Le mot « apéritif » n'est d'ailleurs employé comme substantif qu'à partir de 1888. Il s'applique à des préparations à base de vin (vermouth, quinquina) ou d'alcool (anis, amer, americano, gentiane), aux vins de liqueur et à des eaux-de-vie et liqueurs (cocktail, whisky).

APICIUS Nom de trois Romains réputés pour leur goût de la bonne chère. Le premier, contemporain de Sylla (IIᵉ - Iᵉʳ s. av. J.-C.), n'est connu que pour sa goinfrerie. Le troisième, qui vécut au IIᵉ siècle apr. J.-C., mérite d'être mentionné pour avoir découvert un moyen de conserver les huîtres fraîches. Le plus célèbre, le deuxième, Marcus Gavius Apicius, qui aurait vécu sous Tibère (14-35 apr. J.-C.), serait l'auteur d'un livre de recettes, *De re coquinaria libri decem* (« les Dix Livres de la cuisine »), qui demeura livre de base pendant plusieurs siècles. L'« Apicius » demeure la somme la plus technique de notre connaissance de la cuisine romaine impériale.

APLATIR Frapper une petite pièce de boucherie (entrecôte, escalope) ou un filet de poisson avec le plat d'une batte à côtelette, pour l'amincir uniformément. Cette opération permettant de rompre certaines fibres musculaires, la chair devient plus tendre et plus facile à cuire.

APPAREIL Mélange d'éléments divers, servant à réaliser une préparation de cuisine, à confectionner un mets. (On dit aussi « masse ».) Les appareils sont surtout nombreux en pâtisserie.
▶ **Recettes** : BOMBE, CHARLOTTE, MAINTENON, MATIGNON.

APPELLATION D'ORIGINE CONTRÔLÉE (AOC) « Dénomination d'un pays, d'une région ou d'une localité servant à désigner un produit qui en est originaire et dont la qualité ou les caractères sont dus au milieu géographique, comprenant des facteurs naturels et des facteurs humains », selon les termes officiels. En France, la législation des appellations d'origine est l'héritière d'une suite de dispositions allant de l'arrêt du parlement de Toulouse, en l'an 1666, protégeant le roquefort, à la loi du 2 juillet 1990 et à la directive communautaire du 14 juillet 1992.

D'abord appliquée au secteur viticole pour protéger les producteurs après la destruction des vignobles par le phylloxéra, elle s'est progressivement étendue à divers produits : eaux-de-vie, trente-quatre fromages, lentilles du Puy, volailles de Bresse, noix de Grenoble, olives noires de Nyons, beurre Charentes-Poitou, etc., mais elle s'exerce encore surtout dans le domaine des vins. Une loi prévoit l'extension de l'AOC à d'autres produits alimentaires bruts ou transformés.

Les AOC garantissent une protection juridique contre tout risque d'imitation. Respectant scrupuleusement la définition légale, elles donnent aux produits qui en bénéficient une véritable identité culturelle. L'INAO (Institut national des appellations d'origine) est chargé de veiller aux conditions d'obtention et de maintien des AOC. Toutes les AOC françaises ont été reconduites par la Commission européenne. Depuis le 14 juillet 1992, une directive communautaire a créé un système d'appellation d'origine protégée (AOP), système proche des AOC à l'échelle européenne.

APPENZELL Fromage suisse de lait de vache (45 % de matières grasses), à pâte pressée cuite et à croûte brossée (voir tableau des fromages étrangers page 498). Originaire du canton d'Appenzell, il se présente en meules de 6 à 12 kg montrant quelques rares trous gros comme des lentilles. Fruité sans être piquant, il se déguste en fin de repas .On l'utilise pour préparer une spécialité, les *chäshappen*, spirales de pâte (faite de fromage fondu, de lait, de farine, de levure et d'œufs) formées avec une poche à douille et frites à la poêle. On les sert égouttées et brûlantes, avec une salade.

APPERT (NICOLAS) Inventeur français (Châlons-sur-Marne 1749-Massy 1841). Il apprit la cuisine chez son père, hôtelier. Placé au service du duc de Deux-Ponts, puis officier de bouche de la princesse de Forbach, il se mit à son compte en 1780, comme confiseur, rue des Lombards, à Paris. Le gouvernement du Directoire ayant offert un prix de 12 000 francs pour la découverte d'un procédé de conservation des aliments

destinés à l'armée, Appert mit au point la méthode de stérilisation qui porte son nom : l'appertisation. En 1810, il publia *l'Art de conserver pendant plusieurs années toutes les substances animales et végétales,* qui, généreusement, mettait le procédé à la portée de tous. Son ouvrage fut d'ailleurs réédité en 1811 et 1813 sous le titre *Livre de tous les ménages*. La chute de l'Empire le ruina ; il continua cependant diverses recherches, mais mourut dans la misère.

APPERTISATION Technique de conservation de longue durée (de quelques mois à plusieurs années) qui porte le nom de son inventeur, Nicolas Appert. Elle consiste en la stérilisation d'une denrée à plus de 100 °C, dans un emballage étanche en métal, en verre ou en plastique. Des barèmes de stérilisation (temps/température) ont été mis au point par les industriels selon les catégories d'aliments concernés (légumes, fruits, produits carnés, poissons, etc.). L'appertisation détruit tous les micro-organismes et leurs toxines et permet la conservation à température ambiante des produits, dont la qualité nutritionnelle s'est d'ailleurs beaucoup améliorée ces dernières années. Elle entraîne cependant parfois une légère altération du goût. L'emballage des produits appertisés indique toujours une DLUO (date limite d'utilisation optimale) et, une fois ouverts, ces produits doivent être consommés rapidement.

APPÉTIT Désir de se nourrir, attirance pour un aliment, plaisir de manger. L'appétit est d'essence psychologique, tandis que la faim traduit un besoin physiologique. C'est lui qui pousse à manger plus qu'il n'est nécessaire, même si l'on a fait un repas copieux.

La vue et l'odorat peuvent susciter ou stimuler l'appétit, mais aussi le souvenir d'un plat réussi et même l'imagination, à la lecture d'une recette.

Dans certaines régions, on appelle « appétits », d'une manière générique, l'ail, la ciboule, la ciboulette, l'échalote, le persil et les petits oignons utilisés comme assaisonnement, car ils excitent l'appétit.

APPRÊT Ensemble des diverses opérations culinaires concourant à la confection d'un plat.

ÂPRE Adjectif qualifiant une sensation en bouche d'aspérité (qui a la même origine étymologique). Cette dernière exprime donc une notion de texture, de rugosité, et combine des effets à la fois tactile (astringence), sapide (acidité) et aromatique ressentis comme agressifs, intenses et plutôt persistants. Ainsi, une poire verte peut paraître âpre : on en perçoit parfaitement le grain et le manque de sucre ; la bouche reste sèche comme si elle ne secrétait plus de salive. Il en va de même pour un vin rouge trop tannique.

AQUAVIT OU **AKVAVIT** Alcool de grain additionné de substances aromatiques (anis, cari, cumin, fenouil), fabriqué et consommé dans le nord de l'Europe, notamment en Scandinavie, depuis le XVe siècle. Son nom vient du latin *aqua vitae,* « eau de vie ». Il titre 45 % Vol. environ et se boit sec, frappé.

ARACHIDE Plante des régions chaudes, de la famille des papilionacées, cultivée pour ses graines souterraines dont on extrait de l'huile (voir tableau des huiles page 568). Originaire d'Amérique du Sud, elle fut introduite en Afrique au XVIe siècle par les négriers portugais, et largement exploitée à partir de l'époque coloniale. On la cultive aussi en Inde et aux États-Unis. Une gousse renferme de deux à quatre graines, appelées « cacahouètes » (mot d'origine aztèque) ou, plus rarement, « pistaches de terre ».

■ **Emplois**. Dans son pays d'origine et en Afrique, l'arachide est encore une plante vivrière : réduites en pâte ou grillées, les graines accompagnent sauces et ragoûts ; en Égypte, on en fait des gâteaux.

Mais elle est surtout devenue une culture oléagineuse. L'huile d'arachide est l'une des plus répandues, car elle est très stable et supporte de fortes températures ; en outre, sa saveur neutre convient bien aux assaisonnements. Elle joue par ailleurs un rôle important en conserverie et pour la fabrication de la margarine. L'arachide crue est hautement énergétique (560 Kcal pour 100 g).

Grillées et salées, les cacahouètes se servent en amuse-gueule. Elles remplacent bien les pignons dans les salades, les amandes ou les pistaches en pâtisserie. Aux États-Unis, on en fait un « beurre » *(peanut butter)* très nourrissant, que l'on tartine.

ARAIGNÉE Muscles du bœuf qui tapissent de part et d'autre le trou ovale de l'os coxal (hanche) et sont sillonnés de fibres aponévrotiques disposées en éventail, comme les pattes ou la toile d'une araignée, d'où leur nom (voir planche de la découpe du bœuf pages 128 et 129). L'araignée est un petit morceau, dit « du boucher » ; très juteuse, elle est appréciée en grillade.

ARAIGNÉE DE MER Nom usuel du crabe maïa, de la famille des majidés, à carapace épineuse, à pattes grêles et velues et à pinces allongées (voir planche des crustacés pages 368 et 369). En France, elle est commune sur les côtes de l'Atlantique, où elle ne dépasse pas une vingtaine de centimètres, alors que le géant de la famille, qui vit sur les côtes du Japon, a un corps de 40 cm et une envergure de près de 3 m. Considérée par certains comme le plus fin de tous les crustacés, l'araignée de mer se prépare au court-bouillon et se sert, traditionnellement, froide, sur le plateau de fruits de mer, accompagnée de mayonnaise.

ARAK Alcool très fort, généralement aromatisé à l'anis, consommé dans les pays d'Orient. Son nom vient de l'arabe *'araq,* « jus », « sève ». Il est produit par distillation de dattes (Égypte, Moyen-Orient), de raisins, de grains (Grèce), de sève de palmier (Inde) ou de jus de canne à sucre (Java).

ARBELLOT DE VACQUEUR (SIMON) Journaliste, romancier et historien français (Limoges 1897-Saint-Sulpice-d'Excideuil 1965). Membre de l'Académie des gastronomes, il fut l'un des derniers témoins de la Belle Époque. Outre *J'ai vu mourir le Boulevard* et *Un gastronome se penche sur son passé,* il écrivit *Tel plat,*

tel vin (1963) et signa, en 1965, la biographie de son maître et ami Curnonsky. Il a laissé un grand nombre de chroniques (en particulier dans *Cuisine et Vins de France*) et s'attacha à décrire minutieusement la vie gourmande de Paris.

ARBOIS Vin AOC rouge, rosé, blanc et mousseux, dont la qualité a fait de la commune qui le produit l'un des deux grands centres de la viticulture franc-comtoise (avec Château-Chalon). Deux hommes ont beaucoup fait pour la notoriété des vins d'Arbois : le gastronome Anthelme Brillat-Savarin d'abord, puis le chimiste Louis Pasteur, qui, né à Dole en 1822, commença dans la région ses études sur la vinification, dont le retentissement fut mondial (voir FRANCHE-COMTÉ).

ARBOLADE, ARBOULASTRE OU **HERBOLADE** Omelette sucrée ou salée, du Moyen Âge à la fin du XVIIe siècle. L'arboulastre du *Ménagier de Paris* (1393) est une omelette épaisse aux herbes (ache, bettes, épinards, laitue, menthe, sauge et tanaisie, mêlés et hachés), poudrée de fromage râpé.

L'arbolade dont La Varenne donne la recette dans *le Cuisinier français* (1651) est un entremets sucré.

RECETTE DE PIERRE FRANÇOIS DE LA VARENNE

arbolade

« Faites fondre un peu de beurre et prenez de la crème, jaunes d'œuf, jus de poire, sucre et fort peu de sel ; faites cuire le tout ensemble, sucrez avec eaux de fleurs et servez verte (peu cuite). »

ARBOUSE Fruit d'un arbrisseau, de la famille des éricacées, des forêts de l'Amérique du Nord et de l'Europe méridionale, cultivé en France dans le Midi. L'arbousier, ou arbre à fraises, produit des baies un peu aigrelettes, rouges, pulpeuses et sucrées. Elles servent à préparer un vin de fruits, de l'eau-de-vie et une liqueur, ainsi que des gelées et des confitures.

ARBRE À PAIN Nom usuel de l'artocarpus, de la famille des moracées, arbre de 15 à 20 m de haut qui pousse dans les îles de la Sonde, en Polynésie, aux Antilles et en Inde. Son fruit ovoïde, à la peau verdâtre marquée d'un dessin en damier, pèse de 300 g à 3 kg et constitue une nourriture de base dans les régions chaudes (voir planche des fruits exotiques pages 502 et 503). Sa pulpe, blanche et charnue, a une saveur proche de celle de l'artichaut ; elle est très riche en amidon, et sa valeur nutritive est voisine de celle du pain de froment. Le « fruit à pain » ou « pain-bois », une fois pelé et épépiné, se mange cuit à l'eau salée, ou rôti, ou encore mijoté en potée. Ses graines, également comestibles, sont grosses comme des châtaignes, dont elles ont presque le goût.

ARCHESTRATE Poète grec, voyageur infatigable et gastronome du IVe siècle av. J.-C., originaire de Gela (Sicile). Il écrivit un long poème intitulé *la Gastronomie* (connu également sous les noms de *Gastrologie*, *Déipnologie* ou *Hédypathie*). Il n'en reste que quelques fragments, cités par Athénée (IIe-IIIe s. apr. J.-C.), qui se présentent comme une suite de conseils d'esthète et de gourmet.

▶ **Recette** : SALADE.

ARCHIDUC Se dit d'apprêts inspirés de la cuisine austro-hongroise, datant de la Belle Époque. Œufs, soles et volailles sont cuisinés à l'oignon et au paprika et nappés de sauce hongroise. Le déglaçage (au fumet de poisson ou à la demi-glace selon les cas) est parfumé de cognac, de whisky, de madère ou de porto.

▶ **Recette** : BOMBE.

ARDENNAISE (À L') Se dit de plusieurs apprêts de gibier, à plume (grive) ou à poil (lièvre, sanglier marinés), dans lesquels intervient le genièvre (sous forme d'eau-de-vie ou de baies).

▶ **Recette** : GRIVE.

ARDENNES Dans cette région forestière au rude climat, le gibier est roi et domine la gastronomie : chevreuil et sanglier (en pâté, rôti, terrine et tourte), lièvre (en civet, pâté et terrine) et grive (à la sauge ou au genièvre). Les poissons de rivière abondent et s'accommodent de nombreuses façons : piquetés de lardons et de carottes, en sauce, au four pour les truites et les brochets, en matelote pour les anguilles, et en friture pour le fretin. On farcit le lapin ou la volaille de jambon cuit ; frais, ce dernier se cuisine en pains ou en paupiettes.

Viandes et poissons se servent avec endives, carottes, chou rouge accompagné de pommes fruits, pommes de terre fricassées à la poêle. Outre le gâteau mollet des Ardennes (sorte de brioche), la biscuiterie et la confiserie sont extrêmement variées : galettes, nonnettes, pains d'épice… sans oublier la confiture de norbertes (petites prunes).

ARGENTERIE Ensemble des objets et ustensiles de table en argent, argent doré (vermeil) ou métal argenté : les couverts et la vaisselle dite « plate » (c'est-à-dire faite sans soudure, dans une seule lame de métal [« plate »]), ainsi que les accessoires et pièces décoratives (candélabre, dessous-de-plat, clochette, salière, porte-couteaux, etc.).

La vaisselle d'argent existait déjà dans l'Antiquité. Dans la France médiévale, elle se répandit parmi les nobles et les riches marchands et, malgré l'interdiction de sa fabrication par le roi Philippe le Bel en 1310, son utilisation ne cessa de se développer jusqu'à la Révolution. C'est sous le Consulat (1799-1804) que les titres légaux (proportion d'argent et de cuivre dans l'alliage de l'argenterie), encore en vigueur de nos jours, furent fixés. En France, depuis 1260, elle doit être poinçonnée par l'orfèvre, qui imprime sa marque de fabrique et sa garantie. Pour l'argent, ce poinçon est obligatoirement en forme de losange (depuis 1838). Le métal argenté (laiton ou maillechort argenté) porte son poinçon de marque (ou poinçon de maître) inscrit dans un carré.

ARGENTEUIL Nom des apprêts caractérisés par la présence d'asperges (en purée ou en pointes) dans la sauce ou la garniture. Argenteuil, dans le Val-d'Oise, est en effet réputée pour la culture de ce légume depuis le XVIIe siècle (il existe même une confrérie baptisée les Compagnons de l'asperge d'Argenteuil). L'appellation s'applique en général à des mets « blancs » : œufs pochés ou mollets, sole ou filets de sole, poularde pochée.

▶ **Recette** : ŒUF BROUILLÉ.

ARGENTINE Ce grand pays n'a guère gardé de traditions culinaires de la colonisation espagnole. Du fait d'une économie essentiellement fondée sur l'élevage, les Argentins consomment beaucoup de viande. Les différences gastronomiques reposent donc surtout sur sa préparation, et notamment sur celle du bœuf, que l'on apprécie en gros quartiers rôtis *(asados)* ou grillés *(churrascos)*, accompagnés de haricots rouges, de riz, de maïs ou de pâtes fraîches, un héritage de la colonisation italienne.

À côté de ces préparations très simples, on trouve aussi une cuisine plus élaborée, tel le pot-au-feu garni de potiron et d'épis de maïs, ou le *matambre* (« coupe-faim »), un plat de bœuf mariné, farci de légumes et d'œufs durs, rôti et bouilli, servi froid au début des repas, ou encore la *carbonara criolla* (un ragoût mijoté dans une écorce de courge).

L'Argentine est également un pays producteur de fromages, très appréciés localement, tel le *tafi* (de type cantal), et d'une spécialité bien connue dans tous les pays d'Amérique du Sud, le *dulche de leche* (lait concentré sucré et aromatisé).

■ **Vins.** Le vignoble argentin a été créé par des missionnaires, en 1557, près de Santiago del Estero. Il a pris avec le temps une importance telle que l'Argentine est aujourd'hui le premier producteur de vin du continent sud-américain, et qu'elle occupe le quatrième rang mondial de la consommation par habitant.

De nos jours, la viticulture est gérée comme une industrie à grande échelle et les vignes sont cultivées en parcelles de taille imposante.

La plus grande partie du vignoble est située dans l'État de Mendoza, au pied de la cordillère des Andes, où la fonte des neiges permet une irrigation constante. La région de San Juan, plus au nord, assure 22 % de la production totale du pays. Le cépage indigène qui servait essentiellement à l'élaboration de vins ordinaires, le criolla, cède peu à peu la place au malbec, cépage bien connu du Bordelais, qui donne

Argenterie massive

Cette aiguière en argent pur et cristal, de style Louis XVI, a été réalisée à la fin du XIXe siècle.

▼



ici des vins concentrés et puissants. Le cabernet-sauvignon et le cabernet franc, récemment implantés, semblent être susceptibles d'assurer l'avenir des vins rouges de qualité.

En revanche, les vins blancs manquent d'intérêt, car le climat chaud et sec dessert leurs qualités principales : la fraîcheur et le fruit. Ils sont élaborés à partir de cépages comme le pedro ximénez, le sauvignon, le sémillon et le riesling. La région de Rio Negro offre des raisins pour la réalisation de mousseux. Plusieurs maisons de Champagne, dont Moët et Chandon, Piper-Heidsieck et Mumm, se partagent la majeure partie de cette production.

La réglementation distingue les vins ordinaires *(comunes)* dans le style des vins de pays en provenance de la Rioja, San Luis, Catarnaca, Córdoba, Jujuy et Salta, et des vins *no comunes* qui se classent en *finos, reservas et reservados.*

ARIÉGEOISE (À L') Se dit de divers apprêts typiques de la cuisine du Sud-Ouest, en particulier de la poule et de la poitrine de mouton désossée, toutes deux farcies de la même façon. La volaille est pochée dans une potée, avec des feuilles de chou vert farcies, du petit salé et des pommes de terre.

▶ **Recette** : MOUTON.

ARLEQUIN Assortiment de restes de plats récupérés auprès des restaurants et des grandes maisons, puis parés et revendus à bas prix sur certains marchés ou dans des gargotes. Ce mot du langage populaire du XIXe siècle serait aujourd'hui remplacé par « rogatons ».

ARLÉSIENNE (À L') Se dit d'une garniture composée pour l'essentiel de tomates (soit en tranches sautées, soit concassées) assez relevées d'ail, de lames d'aubergines frites à l'huile d'olive, parfois de courgettes étuvées, et de rondelles d'oignon farinées et frites.

▶ **Recettes** : ESCARGOT, ŒUF BROUILLÉ, SALADE, SOLE.

ARMAGNAC Eau-de-vie de vin d'une région précise de la Gascogne (située essentiellement dans le département du Gers, mais aussi dans ceux des Landes et du Lot-et-Garonne), protégée par une appellation d'origine contrôlée. L'armagnac marie son arôme à de nombreux plats de gibier, à des sauces et à des soufflés, mais il se déguste surtout dans un verre ventru à paroi mince.

■ **Régions de production.** La première zone de production (50 % du total), le bas Armagnac (à l'ouest, autour de Gabarret, La Bastide-d'Armagnac, Cazaubon, Eauze et Nogaro, jusqu'à Villeneuve-de-Marsan et Aire-sur-l'Adour), donne des armagnacs d'une grande finesse et d'un bouquet particulier, à classer parmi les meilleures eaux-de-vie. La Ténarèze complète cette zone à l'est (autour de Nérac, Condom, Vic-Fezensac, Aignan) et produit des eaux-de-vie fortement parfumées et souples (40 %).

Le haut Armagnac, qui s'étend plus à l'est et au sud, autour de Mirande, Auch et Lectoure, n'entre que pour 5 % dans la production globale, avec des eaux-de-vie moins typées.

L'armagnac, né au XVIIe siècle, provient de vins blancs (picpoul, saint-émilion, jurançon et colombard notamment) distillés dans des alambics à coulée continue ou, plus rarement, à repasse. La jeune eau-de-vie, transparente à l'origine, est mise à vieillir en fût de chêne, où elle acquiert sa coloration et son arôme, puis elle est commercialisée directement ou assemblée à d'autres armagnacs (l'âge du mélange étant celui de l'élément le plus jeune). L'armagnac est souvent vendu en bouteilles plates dites « basquaises ».

■ **Réglementation.** Plusieurs dénominations sont utilisées pour qualifier l'âge d'un armagnac : « monopole », « sélection », « trois étoiles » correspondent à un an au moins, et jusqu'à trois ans, de vieillissement sous bois ; « VO » (Very Old), « VSOP » (Very Superior Old Pale) et « réserve » indiquent un vieillissement minimal de quatre ans ; « extra », « Napoléon », « vieille réserve » et « hors d'âge » garantissent un vieillissement de plus de cinq ans. Sont également commercialisés des millésimes ayant dépassé vingt ans.

▶ **Recette** : BÉCASSE.

ARMENONVILLE Se dit d'une garniture qui porte le nom d'un restaurant du bois de Boulogne, à Paris. Elle se compose au moins de pommes Anna (ou cocotte) et de morilles à la crème, et accompagne noisettes d'agneau et tournedos, poulet sauté ou en cocotte, œufs mollets ou pochés. Les éléments sont déglacés au cognac ou au madère et nappés de sauce demi-glace. L'appellation désigne aussi un apprêt de sole ou de filets de sole.

▶ **Recette** : SOLE.

ARMOISE Plante aromatique de la famille des composées, à odeur légèrement camphrée. Son parfum rappelle celui de l'absinthe, notamment pour la variété dite « citronnelle », utilisée en distillerie. L'armoise fraîche parfume les viandes et les poissons gras (porc, anguille) et aromatise les marinades. On l'emploie surtout en Allemagne, dans les Balkans et en Italie.

ARMORICAINE (À L') Se dit d'un apprêt en sauce de crustacés à base d'ail, de tomate et d'huile qui, malgré son nom, n'a rien de breton. Il s'agit en réalité de la préparation « à l'américaine », créée à Paris, au siècle dernier, par un chef d'origine méridionale (d'où la présence significative d'ail, de tomate et d'huile), de retour des États-Unis.

AROMATE Substance odorante servant de condiment et provenant d'une plante, dont on peut employer différentes parties (**voir** planche des herbes aromatiques page 561).

– Feuilles (basilic, cerfeuil, estragon, marjolaine, menthe, persil).
– Fleurs (câprier, capucine).
– Graines (aneth, anis, carvi, coriandre, moutarde).
– Fruits (genévrier, piment).
– Racines (raifort).
– Tiges (angélique, ciboulette, sarriette, serpolet).
– Bulbes (ail, oignon).

Certains légumes (carotte, céleri, panais, poireau) jouent également un rôle aromatique. Les aromates se distinguent des épices, qui sont plus spécialement d'origine exotique (bétel, muscade, poivre, safran, vanille, etc.). Si ces dernières sont nécessairement aromatiques, elles peuvent aussi être très piquantes, alors que les aromates sont utilisés essentiellement pour leur parfum.

Épicer signifie « donner du goût », tandis qu'aromatiser veut dire « parfumer » (voir ÉPICES).

■ **Emplois.** Les aromates n'ont pas de valeur nutritive, mais ils constituent un élément indispensable de la cuisine, qu'ils soient utilisés directement dans les préparations, selon certains accords de saveurs et d'arômes (basilic et tomate ; thym et mouton ; estragon et poulet ; etc.), ou par le biais des vinaigres et des huiles aromatisées, des moutardes, des condiments, des farces, des courts-bouillons, marinades, fumets et macérations. L'industrie des boissons, alcoolisées ou non, et la confiserie y font largement appel.

Les aromates sont employés frais ou conservés par réfrigération, congélation ou dessiccation ; dans ce dernier cas, ils sont préservés, entiers ou pulvérisés, dans des pots opaques et bien bouchés, à tenir au sec.

▶ **Recette** : SAUCE.

ARÔME Principe odorant d'un aliment, qui est perçu par voie rétronasale, c'est-à-dire par le nez mais en passant par l'intérieur de la bouche, alors que l'odeur est ressentie directement par le nez.

Chimiquement, l'arôme est une molécule ou un groupe de molécules qui ont la propriété de stimuler l'odorat.

Dans la bouche, l'aliment est réchauffé, mastiqué et agité, ce qui libère davantage de molécules volatiles et très différentes qui arrivent au nez. Mais l'arôme ne se développe pas aussitôt en bouche, et sa perception peut changer. C'est pourquoi on parle de notes aromatiques dominantes de tête, de corps ou de queue.

• ARÔMES NATURELS. Ils sont extraits de plantes : fruits, menthe, vanille, zestes d'agrumes, etc. Certains procédés, comme l'affinage – favorisant l'action spontanée de micro-organismes –, le fumage ou la macération dans un alcool, par exemple, enrichissent les produits alimentaires d'arômes qu'ils ne renferment pas naturellement.

• ARÔMES ARTIFICIELS. Ils ont été créés par l'industrie alimentaire. Ils sont chimiques (mais de formule très proche de celle des arômes naturels, comme la vanilline ou le menthol) ou synthétiques (leur formule n'existe pas dans la nature ; c'est le cas de l'acétate d'amyle, à l'odeur de banane, utilisé dans les liqueurs et les fromages fondus, du diacétyle, employé dans la margarine, et des valérianates, appréciés en confiserie pour leur odeur fruitée).

Les arômes ne sont pas considérés comme des additifs, et leur emploi n'est donc pas soumis à la même réglementation. Sont, en revanche, obligatoires la mention « fantaisie » pour les alcools et sirops aromatisés et, pour les autres aliments, l'indication « arôme naturel », « arôme naturel renforcé » ou « arôme artificiel », selon le cas.

ARÔMES Fromages lyonnais du genre rigotte ou pélardon, affinés dans du marc de raisin ou du vin blanc, ce qui leur donne une saveur très piquante.

ARQUEBUSE Boisson ancienne, qui passait pour posséder des vertus thérapeutiques en cas de blessure par coup de feu. La recette de l'« eau d'arquebuse » (ou « d'arquebusade ») fut fixée au XIXe siècle par un frère mariste de l'abbaye de l'Hermitage (Loire). Plus de vingt plantes, dont l'aigremoine et la gentiane, la composent. L'arquebuse est utilisée pour les cocktails et se boit aussi en digestif, en Savoie notamment.

ARROCHE Plante de jardin, de la famille des chénopodiacées, dont on utilise les feuilles vertes, charnues et triangulaires pour confectionner des potages et des bouillons. Les feuilles de l'arroche peuvent aussi se cuisiner comme les épinards, en plat ou en garniture, et permettent d'adoucir l'acidité de l'oseille.

ARROSER Mouiller légèrement, à l'aide d'une petite louche ou d'une cuillère, un mets en cours de cuisson au four ou à la rôtissoire, en utilisant la graisse fondue ou le jus qui s'en écoule ; cette opération, répétée plusieurs fois, évite que le mets ne se dessèche en surface et apporte du moelleux à la chair.

ARROW-ROOT Fécule extraite des rhizomes de plantes tropicales, de la famille des chénopodiacées. Ce nom, qui signifie en anglais « racine à flèche », est dû aux vertus thérapeutiques que les Indiens attribuaient au suc des rhizomes contre les blessures par flèche. Fine, brillante, digeste et riche en amidon, cette fécule s'utilise pour lier des sauces et des potages ou préparer des bouillies et des entremets.

▶ **Recettes** : LIAISON, POTAGE.

ARTAGNAN (D') Se dit d'une garniture composée de cèpes à la béarnaise, de petites tomates farcies et de pommes croquettes, qui accompagne volailles et pièces de boucherie.

ARTICHAUT Plante potagère vivace de la famille des composées, dont la tête (« pomme ») est formée d'un réceptacle (« fond ») entouré de feuilles (« bractées »). Le fond, charnu et tendre, se mange une fois débarrassé de son « foin », et la base des feuilles est également comestible. Originaire de Sicile, toujours très utilisé dans la cuisine italienne, l'artichaut commença, en France, par être surtout un remède. Catherine de Médicis, qui en était friande, encouragea sa culture dans notre pays.

À l'achat, l'artichaut doit être bien lourd et ferme, avec des feuilles cassantes, sans traces noires, et très serrées (l'artichaut étant le bouton d'une fleur, des bractées ouvertes indiquent qu'il est trop mûr, donc dur et doté d'un foin abondant). Certaines variétés sont épineuses, mais elles rencontrent peu de succès. On peut le garder frais pendant quelques jours en plongeant sa tige dans l'eau, comme une fleur. Peu énergétique (63 Kcal pour 100 g), il est diurétique, riche en fer et en potassium (voir tableau page 58).

■ **Emplois.** Jeunes et tendres, les artichauts peuvent s'utiliser en gratin, en omelette, en beignets. Les fonds se servent surtout farcis, en salade ou comme garniture de plats chauds ou froids. Plus gros, cuits à l'eau ou à la vapeur, ils sont présentés entiers, froids ou tièdes.

Les cœurs d'artichaut (en conserve au naturel) sont formés par le cœur et les feuilles de petits artichauts dont le haut est coupé. Ils entrent dans la composition de garnitures et de salades.

artichauts : préparation

Avec un couteau bien tranchant, épointer les artichauts aux deux tiers de leur hauteur ; les laver à grande eau. Casser la queue au ras des feuilles (ne pas la couper) ; les parties filandreuses viendront avec la tige. Ficeler les artichauts pour que la pomme reste bien formée pendant la cuisson et les blanchir 5 min à l'eau bouillante. Les rafraîchir, les égoutter, retirer les petites feuilles centrales et le foin, saler et poivrer.

artichauts à la barigoule

Préparer les artichauts et les blanchir. Nettoyer et émincer 80 g de champignons par artichaut, hacher du lard gras (1/4 du volume des champignons) et autant de jambon. Mélanger ces éléments avec du persil haché, du sel et du poivre. Emplir les artichauts avec ce mélange, les barder, les ficeler et les braiser avec du vin blanc et un peu d'huile d'olive.

artichauts à la bretonne

Ces artichauts bouillis sont présentés avec une sauce blanche préparée avec l'eau de cuisson, enrichie de crème fraîche et beurrée au moment de servir.

artichauts Clamart

Nettoyer 1 laitue, la couper en chiffonnade. Laver 12 petits artichauts nouveaux, les parer en cassant la queue et en tranchant les grosses feuilles ; beurrer une cocotte et y disposer les artichauts. Ajouter 1/2 litre de petits pois frais écossés, la chiffonnade de laitue, du sel, 1 cuillerée à café de sucre en poudre et 3 cuillerées à soupe d'eau. Couvrir et cuire tout doucement. Servir dans le plat de cuisson, en ajoutant 1 cuillerée à soupe de beurre frais.

artichauts Crécy

Parer 12 très petits artichauts nouveaux et les ranger dans une sauteuse grassement beurrée. Tourner 750 g de petites carottes nouvelles et les ajouter dans la sauteuse. Poudrer de sel et d'une pincée de sucre. Mouiller de 4 cuillerées d'eau, couvrir et cuire à petite ébullition pendant 40 min environ. Ajouter 1 cuillerée à soupe de beurre frais au moment de servir.

artichauts à la diable

Choisir des violets de Provence et couper les feuilles aux deux tiers de leur hauteur. Les blanchir à l'eau bouillante, les égoutter, retirer les feuilles du centre et le foin, et les emplir d'une farce faite de mie de pain, d'ail, de câpres et de persil hachés, de sel et de poivre. Les ranger dans une cocotte, bien serrés les uns contre les autres ; les arroser largement d'huile d'olive, saler et poivrer. Cuire au four préchauffé à 180 °C 50 min environ, à découvert, en les arrosant souvent. Dresser dans un plat et arroser du jus de cuisson.

RECETTE DE PAUL BOCUSE

artichauts à la lyonnaise

« Choisir des artichauts moyens, à feuilles longues et écartées, verts ou violets de Provence par exemple. Casser la queue, couper les artichauts en quatre, écourter les feuilles aux deux tiers de leur hauteur et ôter le foin. Les plonger dans une casserole d'eau bouillante et les faire cuire à moitié. Les égoutter. Faire chauffer dans un poêlon en terre ou en porcelaine à feu un mélange à parts égales d'huile et de beurre. Y faire fondre un oignon haché. Ajouter les artichauts, saler, poivrer et laisser cuire à feu modéré jusqu'à ce que les légumes prennent couleur. Poudrer alors d'une cuillerée de farine et ajouter un verre de bouillon. Lorsque les artichauts sont cuits, les dresser dans un plat et les tenir au chaud. Ajouter un peu de bouillon dans le poêlon et faire réduire la cuisson. Ajouter du persil ciselé, puis, en tournant, un beau morceau de beurre frais et le jus d'un demi-citron. Verser sur les artichauts et servir. »

Caractéristiques des différentes variétés d'artichauts

variétés	provenance	époque	aspect
blanc d'Espagne	Espagne	janv.- avr.	capitules vert pâle, moyens, coniques
blanc hyérois ou macau	Provence, Roussillon	avr.- juill.	capitules vert pâle, plus petits que le camus
camus de Bretagne	Bretagne	fin avr.- fin nov.	capitules verts, gros, arrondis, serrés, chair abondante, gros fond charnu
romanesco	Italie	févr.- mai	violet clair, gros, globuleux, conique
violet de Provence*	Bouches-du-Rhône, Var, Pyrénées-Orientales, Espagne	avr.- juin sept.- nov.	capitules violets, moyens, allongés, coniques, fond moins charnu que le camus

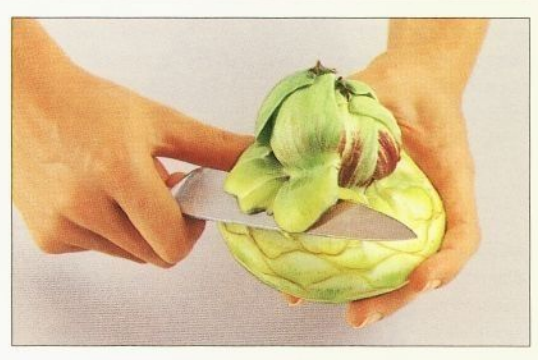
**Les jeunes portent le nom de « poivrade » et se consomment crus.*


ARTICHAUTS
camus de Bretagne
romanesco
violets de Provence
poivrades
blancs d'Espagne
macau

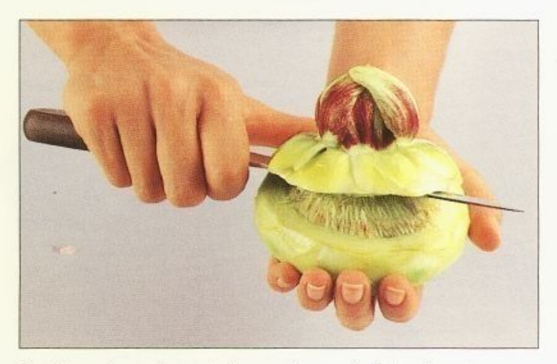
Tourner un fond d'artichaut



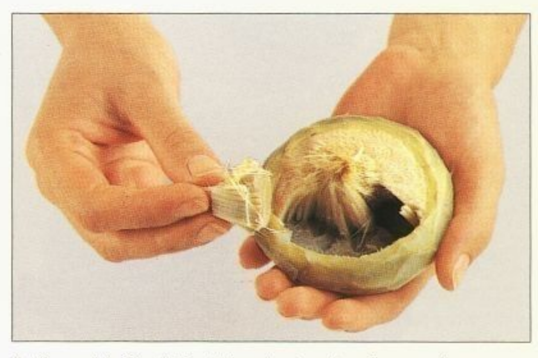
1. *Après avoir arraché la queue de l'artichaut, araser le fond pour en enlever toutes les feuilles. Citronner.*



2. *Détacher les grandes feuilles extérieures pour ne garder que les parties comestibles.*



3. *Glisser le couteau juste au-dessus du foin et couper le cône de petites feuilles tendres.*



4. *Quand le fond d'artichaut est cuit, enlever soigneusement du bout des doigts tout le foin.*

RECETTE DE MICHEL OLIVER

artichauts en ragoût

« Parer 2 kg de petits artichauts. Chauffer de l'huile dans une cocotte et y jeter les artichauts. Faire dorer en remuant pendant 5 min. Mouiller d'eau à hauteur, saler et poivrer et, sans couvrir, faire cuire à petits frémissements pendant 15 min. Faire sauter à la poêle dans un peu d'huile autant de petites pommes de terre nouvelles que d'artichauts. Blanchir 150 g de lard maigre coupé en dés et les ajouter aux pommes de terre. Laisser dorer 5 min. Égoutter. Ajouter aux artichauts, couvrir et terminer la cuisson sans remuer (20 min environ). »

crème d'artichaut → CRÈME-POTAGE

fonds d'artichaut étuvés au beurre

Parer et tourner les fonds, les citronner et les blanchir 10 min dans de l'eau salée, additionnée de quelques gouttes de jus de citron pour leur éviter de noircir. Les égoutter, les ranger dans une sauteuse bien beurrée, saler et poivrer, arroser de beurre fondu, et les cuire, à couvert, de 18 à 25 min suivant leur grosseur. On peut ensuite les accommoder en les couvrant, sitôt cuits, de crème fraîche bouillante, que l'on fera réduire de moitié. Des fonds très gros seront escalopés.

fonds d'artichaut à la florentine

Faire étuver séparément dans du beurre des fonds d'artichaut et des épinards en branches. Garnir chaque fond d'artichaut de 1 grosse cuillerée à soupe d'épinards. Napper de sauce Mornay. Parsemer de fromage râpé et faire gratiner au four préchauffé à 275 °C.

fonds d'artichaut Soubise

Faire blanchir des fonds d'artichaut et les étuver au beurre. Les garnir de purée Soubise. Poudrer de parmesan et faire gratiner.

raviolis aux artichauts → RAVIOLIS
velouté d'artichaut → VELOUTÉ

ARTOIS (D') Se dit, en souvenir du comte d'Artois, futur Charles X, d'un potage de haricots blancs et d'une garniture du baron d'agneau rôti, faite de petites croustades en pommes de terre, emplies de petits pois et accompagnées d'une sauce madère.

ARTUSI (PELLEGRINO) Banquier, homme de lettres et gastronome italien (Formimpopoli 1820 - Florence 1911), auteur de *La scienza in cucina e l'arte di mangiar bene.* Cet ouvrage, publié à compte d'auteur en 1891, connut, avec quatorze éditions différentes, un succès sans précédent en Italie. L'« Artusi », avec

ses sept cent quatre-vingt dix recettes, est toujours le grand classique de la cuisine italienne et se lit en outre avec un vif plaisir. Son style original allie précision technique, fantaisie littéraire, pédagogie hygiéniste et témoignages ethnographiques ou historiques.

ASA FŒTIDA Résine extraite de la racine d'une plante de la famille des ombellifères et poussant en Orient. Séchée et concassée, elle est vendue en poudre en Iran, en Inde et en Afghanistan, où on l'utilise comme condiment. Aujourd'hui, son parfum très âcre et son goût d'ail prononcé ne sont guère appréciés en Europe (les Allemands l'ont baptisée *Teufelsdreck,* « fiente du diable »). Les Romains en consommaient beaucoup (voir SILPHIUM), mais elle fut ensuite considérée comme un produit pharmaceutique.

ASIAGO Fromage italien de lait de vache (30 % de matières grasses), à pâte pressée mi-dure et à croûte brossée (voir tableau des fromages étrangers page 498). Fabriqué autrefois avec du lait de brebis, à Asiago (province de Vicence), il a une saveur légèrement piquante et se présente en meules de 7 à 10 kg. Selon son degré d'affinage (de 1 à 6 mois), il se déguste frais, moyen ou vieux (on peut alors le râper).

ASPARTAME Édulcorant de synthèse à très fort pouvoir sucrant (cent quatre-vingts à deux cents fois celui du saccharose) et à faible apport calorique (4 Kcal par gramme). De tous, il est celui dont le goût se rapproche le plus de celui du sucre courant. Sa totale innocuité et son absence d'arrière-goût en font un des composants de milliers de produits allégés ; en revanche, il est peu stable à la chaleur (voir ADDITIF ALIMENTAIRE).

ASPERGE Plante vivace de la famille des liliacées, dont la tige souterraine, ou « griffe », émet des pousses comestibles appelées « turions » ou, couramment, « asperges ». Déjà connue des Égyptiens, appréciée des Romains, l'asperge ne commença vraiment à être cultivée en France que sous Louis XIV : le Roi-Soleil aimait beaucoup ce légume, et l'agronome Jean de La Quintinie approvisionnait la cour dès le mois de décembre. L'Orléanais devint un terrain d'élection pour l'asperge vers 1875, grâce à Charles Depezay, un gendarme qui en prit des griffes près d'Argenteuil, lors du siège de Paris, et se consacra, après sa démobilisation, à sa culture.

L'asperge fraîche doit être rigide, de couleur franche, cassante avec une section brillante. Entourée d'un torchon humide, elle peut se conserver trois jours au maximum. On trouve aussi des conserves d'asperges au naturel, entières, en morceaux, ou miniatures (dites « picnic »), ou de pointes uniquement. Il faut les rincer à l'eau bouillante avant l'emploi.

Ce légume peu nourrissant (25 Kcal pour 100 g) est riche en vitamines A et C. On compte 300 g par personne pour une entrée. Quel que soit son emploi, elle est toujours cuite d'abord à l'eau ou à la vapeur.

asperges : préparation

Couper les asperges à la même longueur sur une planche pour ne pas les casser. Les peler de la pointe vers le pied, avec un économe. Les laver rapidement à grande eau. Les égoutter et les lier en bottes.

asperges : cuisson à l'eau

ASPERGES ENTIÈRES. Cuire les bottes d'asperges dans de l'eau bouillante salée de 20 à 30 min suivant leur grosseur. Les sortir et les mettre à égoutter sur un plat garni d'une serviette ou sur la grille d'un plat à asperges. On peut aussi les cuire à la vapeur dans une casserole spéciale : les têtes, maintenues hors de l'eau, seront plus tendres.

POINTES D'ASPERGE. Couper les pointes et les lier en bottes. Détailler les queues en dés et les cuire 5 min dans de l'eau bouillante salée. Ajouter les pointes, les cuire entre 7 et 8 min, les sortir et les rafraîchir.

Caractéristiques des différents types d'asperges

types	provenance	époque	aspect	saveur
type blanche				
aneto larac	Languedoc-Roussillon, Landes, Drôme, Vaucluse, Sologne	fin févr.- fin juin	pointe et turion blancs	tendre, puissante
aneto larac, darbonne, lorella	Sologne, Val de Loire Alsace, Champagne	fin févr.- fin juin	pointe et turion blancs	tendre, puissante
type violette*	toute la France	fin mars - fin juin	pointe violette, turion blanc	tendre, goût prononcé
type verte				
fausse verte**	Languedoc-Roussillon, Aquitaine, Provence, Rhône-Alpes, Espagne	mi-janv.- mi-juill.	pointe et haut du turion verts	puissante, végétale
californienne ou vraie verte	Beauce, Champagne, Pyrénées-Orientales	avr.- juill.	verte sur toute sa longueur	corsée

** asperges blanches cueillies juste après leur apparition au jour*
*** asperges blanches allongées*

RECETTE DE MARC MENEAU

asperges en buisson au beurre d'orange

« Cuire 200 g de pointes d'asperges vertes dans de l'eau bouillante bien salée. Les rafraîchir vivement dans un récipient d'eau glacée, les égoutter et les sécher sur un linge. Les passer au mixeur avec 2 œufs entiers, 1 jaune d'œuf, 50 g de blanc de volaille cru et 3 cl de crème fraîche. Ajouter 1 dl de crème liquide, 3 cl de jus de truffe, du sel et du poivre. Mixer jusqu'à obtention d'une crème lisse et onctueuse. Beurrer 4 cercles en Inox de 6 cm de diamètre sur 4 cm de haut. Les poser sur une plaque de cuisson bien plane, qui fera fonction de bain-marie. Cuire 30 g de pointes d'asperges vertes, de 5 cm de long, et les couper en deux dans le sens de la longueur. Les répartir délicatement dans les cercles en les dressant, sur tout le pourtour, côté plat tourné vers l'intérieur. Remplir de mousse d'asperge à hauteur du cercle ; les pointes doivent ainsi dépasser de 1 cm. Verser de l'eau dans la plaque de cuisson au tiers de la hauteur des cercles. Cuire de 25 à 30 min au four préchauffé à 100 °C. Faire réduire, dans une petite sauteuse, le jus d'une orange avec 5 g de zeste blanchi, taillé en brunoise fine. Ajouter, en fouettant, 100 g de beurre détaillé en petits morceaux. Saler et poivrer. Réserver au chaud. Déposer, avec précaution, chaque cercle en Inox sur une assiette de service, passer une lame de couteau fine tout autour pour le décoller et le retirer doucement par le haut. Napper légèrement de beurre d'orange. Décorer de quartiers épluchés et de zestes d'orange. Servir le reste du beurre en saucière. »

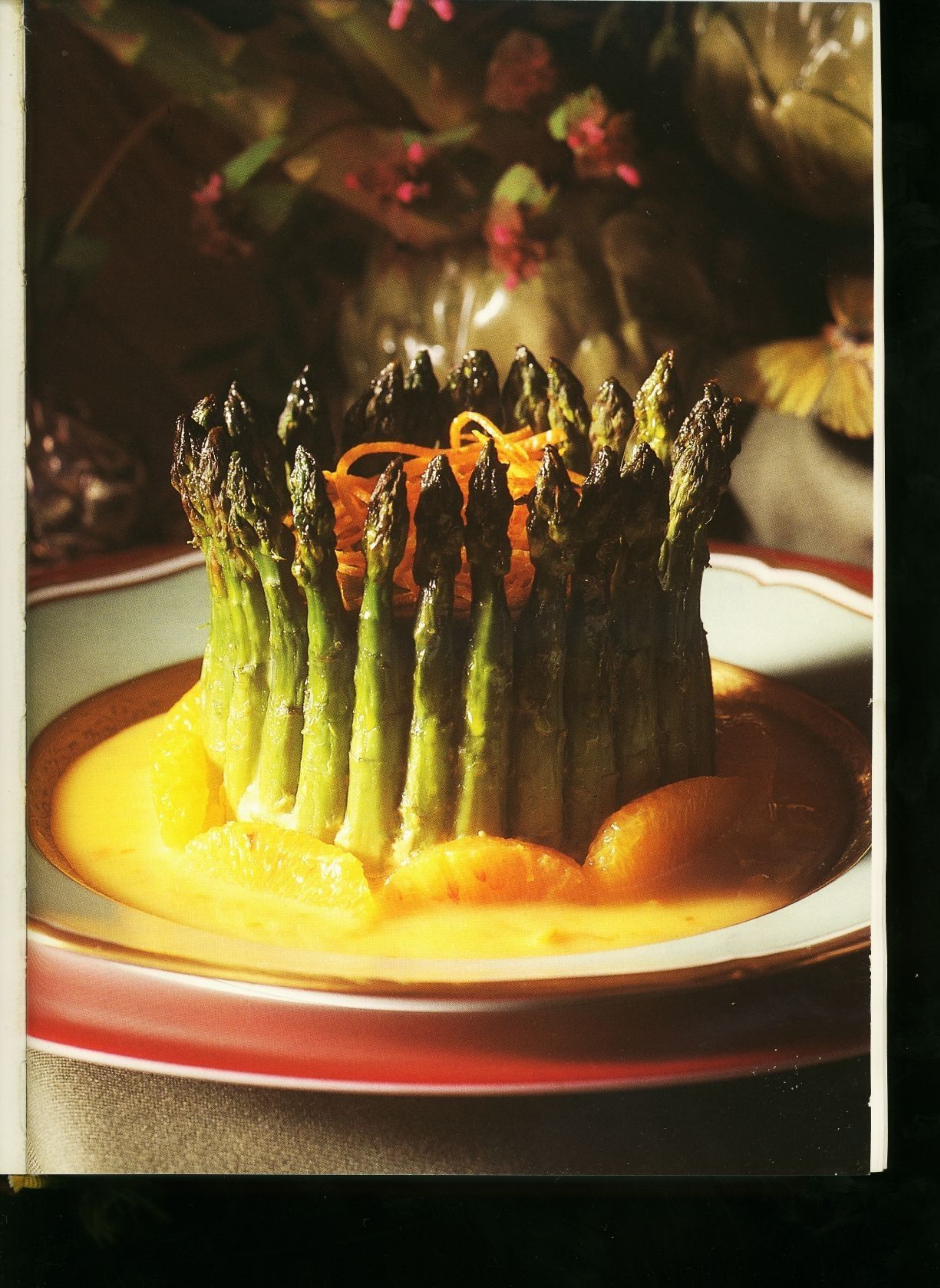
asperges congelées

Nettoyer soigneusement des asperges et les blanchir de 2 à 4 min, selon leur grosseur, dans une grande quantité d'eau bouillante. Les passer sous l'eau froide, les égoutter et bien les éponger. Les emballer par petites quantités dans des sacs à congélation, eux-mêmes enfermés dans des sacs plus grands ou dans des boîtes à congélation. Fermer, étiqueter et congeler. Pour utiliser ces asperges, les plonger encore gelées dans de l'eau bouillante et les laisser terminer leur cuisson de 12 à 16 min, selon la grosseur. Elles peuvent être apprêtées comme les asperges fraîches.

▶

Asperges en buisson au beurre d'orange
Recette de Marc Meneau





asperges à la flamande
Cuire des asperges à l'eau bouillante salée et les servir aussitôt, très chaudes, avec du beurre clarifié enrichi de jaunes d'œuf dur écrasés et poudrés de persil ciselé.

asperges au gratin
Cuire des asperges dans une grande quantité d'eau bouillante salée ; les égoutter soigneusement et les dresser sur un plat allant au four, en décalant les couches, de manière à présenter les pointes et à masquer les tiges. Recouvrir les pointes d'une sauce Mornay. Placer une bande de papier sulfurisé sur les parties non saucées. Saupoudrer de parmesan râpé, arroser de beurre fondu et gratiner quelques minutes sous le gril, jusqu'à ce que les pointes soient bien dorées. Enlever le papier juste avant de servir.

asperges à la polonaise
Éplucher des asperges et les couper toutes à la même longueur ; les lier en bottillons et les plonger dans une grande quantité d'eau bouillante salée (additionnée, éventuellement, d'une cuillerée à soupe de farine). Les cuire de 20 à 25 min et les égoutter soigneusement. Beurrer un plat long et y dresser les asperges par rangées échelonnées, de manière à faire apparaître toutes les pointes. Parsemer celles-ci de jaunes d'œuf dur haché et de persil ciselé. Faire blondir de la mie de pain dans du beurre noisette et la disposer sur les asperges. Servir aussitôt.

asperges servies chaudes
Pour des asperges cuites à l'eau bouillante salée, la sauce d'accompagnement peut être du beurre fondu clarifié et, éventuellement, citronné, du beurre noisette ou de la sauce Chantilly, crème, hollandaise, maltaise ou mousseline.

asperges servies tièdes
Elles sont meilleures que froides. La sauce d'accompagnement peut être une mayonnaise, une sauce moutarde ou tartare, une vinaigrette simple ou aromatisée.

aspic d'asperge → ASPIC
barquettes aux œufs brouillés et aux asperges → BARQUETTE
omble chevalier aux asperges vertes et aux morilles → OMBLE CHEVALIER

pointes d'asperge au beurre et à la crème
Elles seront dressées en légumier, ou utilisées en garniture pour des œufs pochés, brouillés ou mollets, pour des apprêts de poisson, pour des petites pièces de boucherie, pour des ris de veau, pour une poularde ou un gibier.

royale d'asperge → ROYALE

ASPIC Mode de dressage de préparations cuites et refroidies (viande, volaille, foie gras, poisson, crustacés, légumes, voire fruits), prises dans une gelée moulée, aromatisée et décorée.

Le terme « aspic » vient du latin *aspis*, qui désignait un serpent ; il s'appliquait également à un bouclier représentant un reptile lové ; on l'a donné, par analogie, à certains moules de cuisine spiralés.

Aujourd'hui, les aspics sont dressés dans des moules soit unis (moule à charlotte, à savarin [pour plusieurs parts], ramequin, dariole [moule individuel]), soit cannelés ou historiés.

La gelée (de viande, de volaille, de poisson ou à base de pectine pour les fruits) varie selon la nature de l'élément principal (escalope de volaille, filet de sole, foie gras en médaillon, légumes frais émincés, fruits en morceaux, etc.) utilisé pour préparer l'aspic. On parfume cette gelée en conséquence avec du porto, du madère, du marsala ou du xérès.

aspic : préparation
Mettre le moule choisi dans le réfrigérateur pour qu'il soit bien froid, puis y verser de la gelée à aspic juste refroidie, mais non prise. Faire tourner rapidement le moule pour chemiser régulièrement le fond et les parois. Remettre le moule au froid pour faire prendre la gelée mais sans vraiment la durcir, puis appliquer sur le fond et le tour les éléments du décor. Celui-ci, établi en fonction du mets principal, doit être simple, avec un nombre limité d'ingrédients diversement détaillés, choisis parmi les suivants : lames de truffe, œuf dur en rondelles, maigre de jambon, langue écarlate, feuilles d'estragon, saumon fumé, etc. (Il faut également penser, lors de cette mise en place, à l'aspect extérieur de la préparation lorsqu'elle sera démoulée.) Mettre à nouveau le moule ainsi garni dans le réfrigérateur pour permettre au décor de faire corps avec la gelée. Emplir le moule avec la préparation de base, tasser délicatement, puis égaliser le dessus avec de la gelée. Cette préparation est soit disposée par couches, entre lesquelles la gelée doit refroidir, soit disposée en une fois et recouverte d'une seule couche de gelée. Mettre alors le moule empli de sa préparation dans le réfrigérateur jusqu'au moment de servir. Le démoulage de l'aspic se fait en plongeant le moule pendant quelques secondes dans de l'eau bouillante ; on le retourne sur un plat froid, que l'on remet quelques instants dans le réfrigérateur avant de servir.

aspic d'asperge
Chemiser de gelée le fond et les parois de ramequins. Tailler des pointes d'asperge cuites à la hauteur des ramequins et les ranger debout, tête en haut, sur le pourtour, bien serrées les unes contre les autres. Garnir l'intérieur de purée de foie gras. Masquer le tout de gelée et mettre dans le réfrigérateur quelques heures avant de démouler et de servir.

aspic de crabe (de crevette, de homard ou de langouste)
Préparer un fumet de poisson avec 500 g de parures de poisson blanc, 3 dl de vin blanc sec, 1 oignon piqué de 2 clous de girofle, 1 bouquet garni, 1 petit bouquet d'herbes et 5 ou 6 grains de poivre ; ne pas

saler ; ajouter 1 litre d'eau, couvrir, porter à ébullition et cuire doucement 30 min. Faire durcir 2 œufs, les rafraîchir et les écaler. Passer le fumet de poisson à travers un tamis ; le laisser tiédir ; en utiliser un peu pour délayer 2 feuilles de gélatine. Battre 3 blancs d'œuf et verser dessus le reste du fumet, en battant toujours au fouet ; ajouter la gélatine délayée et mélanger ; porter à ébullition, toujours en fouettant le mélange, puis rectifier l'assaisonnement, retirer du feu et faire reposer 10 min ; passer alors le fumet à travers un tamis ou un linge fin et laisser refroidir. Couper en très fines rondelles les œufs durs et 3 petites tomates ; laver et éponger quelques feuilles d'estragon. Chemiser le moule de gelée et répartir sur cette gelée les rondelles de tomate et d'œuf dur et les feuilles d'estragon ; couler un peu de gelée sur ce décor et faire prendre dans le réfrigérateur. Pour un aspic de homard ou de langouste, couper la queue en tranches et décortiquer pinces et pattes ; pour un aspic de crabe, décortiquer pinces et pattes et retirer la chair du corps ; pour un aspic de crevette, utiliser des crevettes décortiquées mais entières. Dans les trois cas, disposer les crustacés dans le moule et compléter avec de la mousse de crevette, en tassant. Verser le reste de la gelée et mettre au réfrigérateur 5 ou 6 heures. Démouler et servir sur un plat décoré de pointes d'asperge ou de feuilles de laitue.

aspic de foie gras

Préparer une gelée aromatisée au madère ou au xérès. En chemiser le moule ; y disposer des escalopes de foie gras et de lames de truffe. Emplir le moule de gelée à moitié prise et mettre dans la partie la plus froide du réfrigérateur. Démouler au moment de servir.

aspic de jambon et de veau (ou de volaille)

Préparer une gelée aromatisée. En chemiser le moule. Détailler du jambon d'York en dés et du veau (ou de la volaille) cuit en cocotte en escalopes régulières ; en garnir le moule. Emplir le centre d'une couche de mousse de jambon, et de petits dés de légumes cuits. Compléter avec de la gelée. Faire prendre dans le réfrigérateur. Démouler au moment de servir.

aspic de poisson

Il se prépare comme l'aspic de crabe, mais les crustacés sont remplacés par des filets ou des escalopes de poisson, et la mousse de crevette par de la mousse de poisson.

aspic de saumon fumé

Préparer une gelée aromatisée. Chemiser le moule. Déposer de la salade russe sur des tranches de saumon fumé et rouler celles-ci. Les ranger dans le moule en alternant une couche de saumon garni et une couche de mousse de saumon. Compléter avec de la gelée. Faire prendre dans le réfrigérateur et démouler.

ASSAISONNEMENT Apport d'ingrédients (épices, sel, poivre, aromates, condiments, huile, vinaigre), en quantités variables, pour relever une préparation, lui donner un goût particulier ou augmenter sa sapidité sans dénaturer les différents aliments qui la composent. L'assaisonnement est un art délicat, car il faut une connaissance précise des éléments de base et de leur goût pour mettre en valeur plusieurs saveurs en les associant.

Le verbe « assaisonner » signifiait, à l'origine, laisser mûrir un fruit pour qu'il arrive à bonne « saison ».

ASSEMBLAGE Pratique consistant à marier plusieurs vins de cépages ou de millésimes différents.

Dans les vignobles du nord de l'Europe, où l'ensoleillement manque souvent, on extrait les arômes variétaux, aux notes fruitées, d'un cépage, généralement unique, pour enrichir les vins.

Plus au sud, on associe plusieurs cépages pour obtenir un meilleur équilibre entre le degré d'alcool, l'acidité et les tanins (dans le cas des vins rouges) ; ainsi assemble-t-on dans le Bordelais le cabernet-sauvignon pour sa structure, le merlot pour sa rondeur et le cabernet franc pour son fruit.

On mélange aussi des vins d'années différentes afin d'obtenir la meilleure cuvée possible.

ASSIETTE Pièce de vaisselle individuelle servant à contenir les aliments, de dimension et de forme variables. L'assiette doit son nom au fait qu'elle marque la place où est assis le convive.

Dans l'Antiquité, les assiettes, plates ou creuses, étaient faites de terre cuite, de bois ou de métal plus ou moins précieux. Les Romains en moulèrent aussi en pâte de verre.

À la fin du XVe siècle, l'assiette d'argent devint un symbole d'aisance et, jusqu'au XVIIe siècle, les tables des riches bourgeois se couvrirent de magnifiques pièces d'orfèvrerie.

Mais, à la suite des guerres ruineuses de Louis XIV, la faïence et la porcelaine remplacèrent, dans les maisons aisées, le métal précieux.

Aujourd'hui, d'autres matériaux sont venus s'ajouter : métal inoxydable ou émaillé, verre traité, matières plastiques, carton enduit…

■ **Usages.** Le centre de l'assiette, plus ou moins creux, se nomme « ombilic ». Le bord est appelé « marli » (ou « talus ») ; certaines assiettes modernes en sont dépourvues. Un service de table complet comprend, par ordre de taille décroissant, des assiettes plates, creuses, à fromage, à dessert, à fruits, à lunch et à pain. L'assiette à salade peut être en forme de demi-lune. D'autres assiettes plus spéciales complètent le service : assiettes à escargots et à huîtres (avec emplacements pour la douzaine ou la demi-douzaine), à fondue bourguignonne (avec compartiments pour les sauces), coupelles à avocat, à maïs, à artichaut ; les assiettes-égouttoirs sont utilisées pour servir les fraises ou les asperges.

Les règles du savoir-vivre voudraient que jamais deux assiettes ne soient placées l'une sur l'autre. Leur changement est indispensable après le poisson, ainsi que pour le fromage. Enfin, il est recommandé de prévoir des assiettes chaudes pour servir les mets exigeant une certaine température de dégustation.

Si l'emploi de l'assiette est répandu dans la plupart des pays occidentaux, il est cependant loin d'être la seule manière de consommer les mets. L'Extrême-Orient n'utilise pratiquement que des bols et des coupelles (mais de petites assiettes servent à recueillir les déchets) ; en Afrique, il est souvent d'usage de manger avec ses doigts à même le plat principal et, au Moyen-Orient, ce sont parfois des galettes plates qui servent de support aux aliments.

ASSIETTE ANGLAISE Assortiment de viandes froides, dressé sur une assiette individuelle. L'assiette anglaise peut comprendre du jambon d'York, du rosbif, de la langue écarlate, de la galantine, etc. Garnie de cornichons et de gelée, elle est servie avec moutarde et condiments. On emploie aussi l'expression « assiette froide ».

ASSOCIATION DE CONSOMMATEURS Groupement destiné à la défense des intérêts des consommateurs. Le mouvement est né aux États-Unis après la Seconde Guerre mondiale, avec la création de la *Consumer's Union*. Rapidement, les industries agroalimentaires furent concernées.

Qualité sanitaire des produits, information précise sur leurs composants, juste prix et publicité sans excès sont les revendications essentielles des associations de consommateurs, qui se sont manifestées assez tardivement en France (après la Grande-Bretagne, l'Allemagne et les pays nordiques).

En 1968, les pouvoirs publics français ont mis en place l'Institut national de la consommation, qui informe le public et pratique des essais comparatifs, publiés dans une revue.

La Belgique, la Suisse et le Canada, qui ont tous diverses associations ou fédérations de consommateurs, éditent des publications comparables.

ASSUJETTIR Maintenir les membres d'une volaille ou d'un gibier à plume contre le corps, à l'aide d'une ficelle à rôti, pour faciliter la cuisson et favoriser la présentation (**voir** BRIDER).

ASTI Vin italien du Piémont. La ville d'Asti, au sud de Turin, est le centre d'une importante région viticole, produisant des vins rouges réputés, mais surtout un vin blanc de muscat, dit moscatello.

La plus grande partie de ce vin est vinifiée en mousseux dès la première fermentation, ce qui lui conserve un excellent goût de fruit. Vendu sous le nom d'asti spumante, cet excellent muscat mousseux est mondialement apprécié.

ASTRINGENT Adjectif qualifiant une sensation râpeuse en bouche, qui correspond à une contraction de la surface des muqueuses. L'astringence devient désagréable quand elle entraîne une impression d'assèchement, telle celle que produit un kaki insuffisamment mûr ou un fromage trop fait. En revanche, elle paraît naturelle quand elle demeure faible, comme lors de la dégustation de prunelles, de nèfles fraîches ou de vins de Bordeaux.

ATHÉNÉE Écrivain et grammairien grec, né à Naucratis (Basse-Égypte) au IIIe siècle de notre ère. Son ouvrage de compilation, *Deipnosophistai* (« Banquet des Savants »), est une mine de renseignements sur la vie quotidienne et culturelle de la Grèce antique.

ATHÉNIENNE (À L') Se dit d'apprêts divers (volaille, agneau, brochettes) préparés avec de l'huile d'olive et de l'oignon fondu, et, généralement, garnis d'aubergines (frites, sautées ou farcies), de tomates (sautées ou farcies), de poivrons (sautés ou farcis) et de riz pilaf à la grecque.

ATTENDRIR Rendre une viande plus tendre. Si l'emploi des appareils « attendrisseurs » est aujourd'hui interdit, on peut attendrir une viande grâce à plusieurs techniques : on la « rassit » en la stockant à basse température (entre 0 °C et + 2 °C) ; on l'aplatit à l'aide d'une batte à côtelettes ; on la laisse quelques heures dans une marinade ou une saumure ; on y introduit des bâtonnets de lard gras (**voir** LARDER) ; enfin, on la cuit longtemps.

ATTEREAU Hachis de foie et de gorge de porc, enrobé d'une crépine, préparé surtout en Bourgogne. Les attereaux, en forme de grosses boulettes, sont cuits au four, rangés côte à côte dans un plat en terre et dégustés froids.

ATTEREAU (BROCHETTE) Préparation faite de divers éléments cuits ou crus, enfilés sur une brochette, trempés dans une sauce réduite, panés à l'anglaise et frits (à la différence des simples brochettes, grillées à cru).

Un attereau est le plus souvent constitué d'abats (taillés en morceaux ou escalopés), mais aussi de fruits de mer, de légumes… On peut ajouter des ingrédients (champignons, langue, jambon) et un enrobage de sauce. L'attereau est aussi un entremets chaud : il est alors fait de fruits et de rondelles de pâtisserie, trempés dans un appareil à crème frite et panés.

attereaux d'ananas

Éplucher un ananas frais. Couper la chair en cubes. Enfiler ces cubes sur des brochettes. Les tremper dans un appareil à crème frite, les paner à l'anglaise et les plonger dans la friture.

attereaux de cervelles d'agneau à la Villeroi

Cuire au blanc des cervelles d'agneau, les laisser refroidir sous presse, puis les couper en morceaux ; les faire macérer 30 min dans de l'huile additionnée de quelques gouttes de jus de citron, avec du persil haché, du sel et du poivre. Les enfiler sur des brochettes et les enrober de sauce Villeroi ; les paner à l'anglaise et les frire à 180 °C.

attereaux de foies de volaille à la mirepoix

Faire sauter des foies de volaille au beurre, les égoutter et les laisser refroidir. Couper du jambon cuit en dés. Nettoyer de petits champignons de Paris. Composer les attereaux en faisant alterner ces trois

éléments, et les rouler dans une mirepoix. Les paner à l'anglaise et les frire vivement. Égoutter, saler et poivrer. Présenter avec du persil frit.

attereaux d'huîtres
Pocher et égoutter de grosses huîtres. Couper des champignons en lamelles épaisses et les dorer au beurre. Composer les attereaux en alternant ces éléments. Les tremper dans de la sauce Villeroi au fumet de poisson, les paner à l'anglaise et les plonger dans de la friture très chaude. Servir avec du persil frit et des demi-citrons.

attereaux de moules
Préparer des moules à la marinière et les décoquiller. Les égoutter et les rouler dans de la moutarde. Les enfiler sur des brochettes en les alternant avec des petits champignons de Paris. Les paner à l'anglaise et terminer comme pour les attereaux d'huîtres.

attereaux à la niçoise
Composer des attereaux avec de grosses olives dénoyautées, des champignons, des morceaux de thon (mariné à l'huile d'olive et au citron) et des filets d'anchois. Les tremper dans une sauce Villeroi additionnée d'une cuillerée de purée de tomate réduite et d'estragon haché. Les paner à l'anglaise et les faire frire.

attereaux à la piémontaise
Préparer 400 g de polenta, la saler et la poivrer. L'étaler dans un plat carré légèrement huilé et la laisser refroidir. La découper en carrés de 4 cm de côté et enfiler ceux-ci sur des brochettes. Les frire dans de l'huile à 180 °C. Les égoutter sur du papier absorbant et les dresser dans un plat avec du persil frit.

ATTRIAU Crépinette en forme de boulette aplatie, faite d'un hachis de foie de porc, de viande de veau, de fines herbes et d'oignon (voir tableau des pâtés page 767). Cette entrée rustique, que l'on cuit à la poêle, est commune à plusieurs provinces ; en Suisse romande, le terme s'écrit « atriau ».

AUBÉPINE Arbuste épineux, de la famille des rosacées, fréquent dans les haies vives d'Europe. Ses feuilles et ses rameaux fleuris sont utilisés en tisane pour leur action calmante sur le cœur. Mais, surtout, les fruits rouges et charnus d'une de ses variétés, l'azérolier, très répandu dans le midi de la France et en Espagne, servent à confectionner des gelées et des confitures à saveur acidulée.

AUBERGE Établissement où les voyageurs trouvent à se loger et à se nourrir. Le mot a la même origine que « héberger ». La fonction de gîte, autrefois assurée gratuitement par les abbayes, devint un commerce au début du XIVe siècle.

Aujourd'hui, l'auberge est un petit hôtel-restaurant de campagne, familial et souvent modeste. C'est également un établissement de restauration d'aspect rustique, mais aménagé avec une certaine recherche, qui se présente comme une étape gastronomique, de même que les « hostelleries », « rôtisseries », « prieurés » et autres relais.

AUBERGINE Fruit allongé ou arrondi d'une plante de la famille des solanacées. Sa peau lisse et brillante, d'un violet plus ou moins foncé (il existe cependant une variété blanche), recouvre une chair claire et ferme. Les fruits les plus gros et les moins jeunes ont davantage de graines. Originaire de l'Inde, l'aubergine était déjà cultivée en Italie au XVe siècle, mais elle ne fut diffusée dans le midi de la France qu'au XVIIe siècle ; ce sont les Méridionaux qui la firent connaître au nord de la Loire lors de la Révolution. C'est un légume peu calorique (30 Kcal pour 100 g), riche en potassium et en calcium.

■ **Emplois.** De saveur affirmée, l'aubergine participe à de nombreux apprêts orientaux et méditerranéens, qui la marient à la tomate, à la courgette, à l'ail et à l'olive (voir IMAM BAYILDI, MOUSSAKA, RATATOUILLE, TIAN) ; elle accompagne bien le mouton, ainsi que les viandes blanches. Elle se mange chaude, en plat (farcie, en soufflé) ou en garniture (sautée, en beignets, en purée), ou bien froide (en purée ou en salade, mais toujours cuite).

Caractéristiques des différentes variétés d'aubergines

variétés	provenance	époque	aspect
berinda	Sud-Est, Sud-Ouest	juin - oct.	mi-longue, mi-ovoïde, violet foncé
dobrix	Sud-Est, Bouches-du-Rhône, Vaucluse, Sud-Ouest	juin - fin sept.	mi-longue, légèrement piriforme, noire
dourga	Sud-Est	juill.- oct.	assez courte, blanche
giniac	Sud-Est, Bouches-du-Rhône, Vaucluse	juin - oct.	longue, cylindrique, violet foncé
miléda	Sud-Est	mai - juin	mi-longue, cylindrique, violet très foncé, presque noire
mini-aubergine		mai - oct.	allongée, cylindrique, très petite, violet foncé à noir
violette ou noire de Barbentane	Bouches-du-Rhône, Vaucluse	juill.- oct.	longue, violette ou noire

aubergine : préparation

Autrefois, il était d'usage de peler l'aubergine, quel que soit son emploi. Cette pratique est aujourd'hui abandonnée, sauf pour certaines préparations, dites « blanches ». Pour quelques apprêts ou si elle est trop amère, on la fait dégorger 30 min en parsemant la pulpe de gros sel, puis on l'éponge longuement dans du papier absorbant. Pour farcir l'aubergine, on peut, selon sa forme et sa grosseur, la couper en deux et évider les moitiés en forme de barquettes, ou bien la décalotter et la creuser pour obtenir une seule calotte plus profonde. Passer un couteau à 5 ou 6 mm du bord, tout autour, pour achever de détacher la pulpe du fond avec un couteau à pamplemousse. Citronner l'intérieur et la pulpe pour les empêcher de noircir.

aubergines à la crème

Couper en rondelles de 1/2 cm d'épaisseur 3 aubergines bien fermes. Les faire dégorger, les éponger, les étuver au beurre dans une sauteuse. Juste avant de servir, ajouter 1,5 dl de sauce crème. Mélanger sans briser les légumes. Dresser dans un légumier. On peut aussi étuver les aubergines au beurre, les mettre dans un plat, déglacer la sauteuse avec 3 dl de crème fraîche, faire réduire de moitié et ajouter hors du feu 50 g de beurre frais ; passer cette sauce et la verser sur les aubergines.

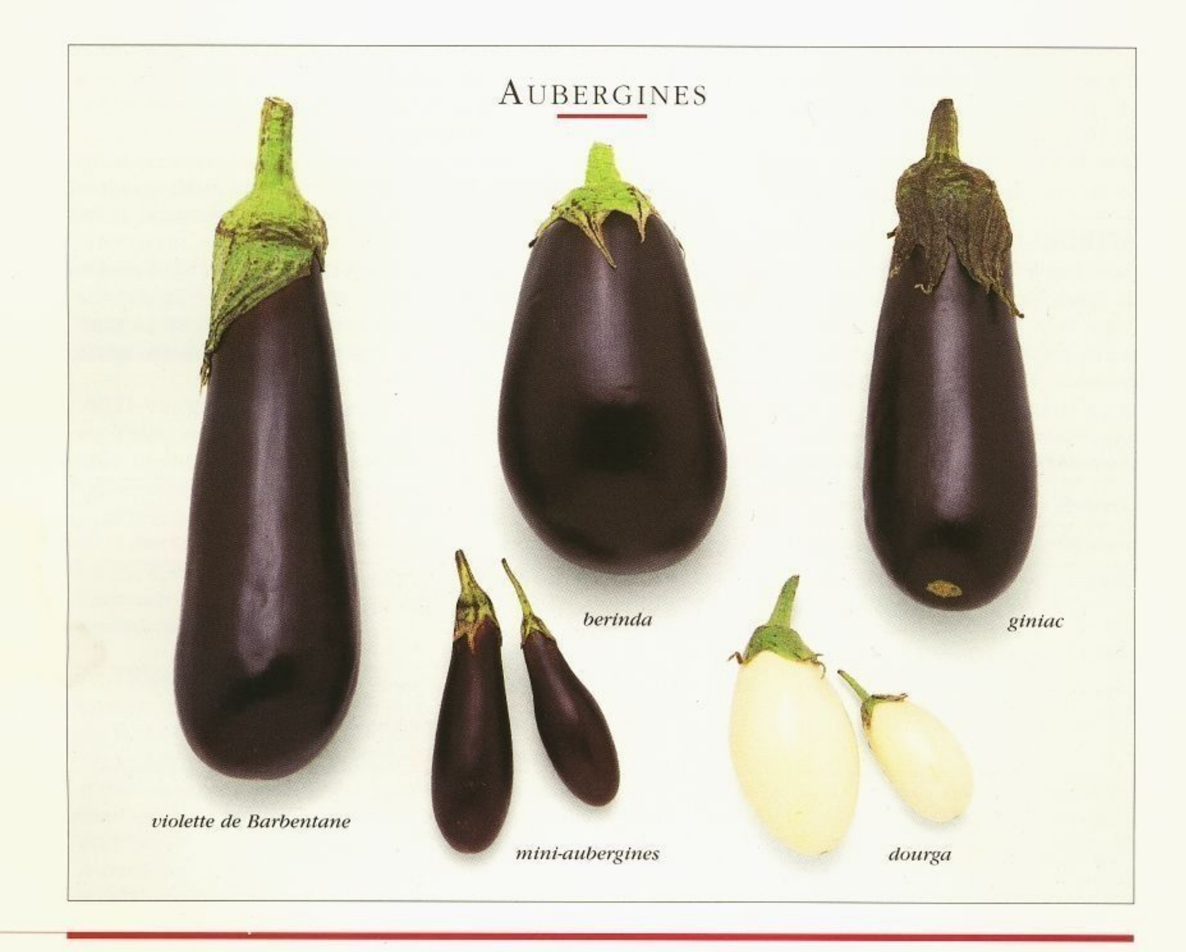
aubergines au cumin

Préparer un court-bouillon avec 1/2 litre d'eau, le jus de 1 gros citron, 1 dl d'huile d'olive, 1 cuillerée à café de graines de coriandre, 1 cuillerée à dessert de graines de cumin, une douzaine de grains de poivre, 1 gros bouquet garni riche en thym et 3 g de sel. Peler 4 grosses aubergines, les tailler en petits cubes réguliers et les citronner. Plonger ces cubes dans le court-bouillon, les faire bouillir vivement pendant une dizaine de minutes et les égoutter. Jeter le bouquet garni, filtrer le court-bouillon, le faire réduire de moitié, en arroser les aubergines et laisser refroidir. Mettre au réfrigérateur. (On peut ajouter au court-bouillon 2 cuillerées à soupe de concentré de tomate.)

RECETTE DE ROGER VERGÉ

aubergines farcies

« Couper une fine tranche sur l'une des faces de 6 petites aubergines. Évider l'intérieur en laissant une épaisseur de pulpe régulière de 5 mm. Ranger les aubergines poudrées de sel et arrosées chacune d'une cuillerée à soupe d'huile d'olive, dans un plat à feu ; les cuire 15 min à four chaud. Étaler toute la pulpe dans un autre plat et la mettre également à four chaud pendant 30 min. Pendant ce temps, dénoyauter et hacher finement 100 g de grosses olives noires,



et les mettre dans un grand saladier. D'autre part, faire chauffer dans une poêle 1 cuillerée à soupe d'huile d'olive et y écraser à la fourchette 6 filets d'anchois, de façon à obtenir une purée onctueuse. Verser cette purée dans le saladier contenant les olives et ajouter la pulpe d'aubergine cuite et écrasée, puis 1 gousse d'ail hachée et du thym. Poivrer et saler en mélangeant bien. Garnir les aubergines évidées avec cette préparation. Aplatir à la fourchette et passer au four chaud. »

aubergines farcies à la catalane
Couper de belles aubergines en deux pour former des barquettes. Les creuser à 1 cm du bord et retirer la pulpe sans crever l'écorce. Hacher cette pulpe en même temps que 1 œuf dur, de l'ail (1 petite gousse par aubergine) et du persil. Faire fondre à l'huile d'olive de l'oignon haché (1 gros oignon par aubergine) et ajouter au mélange pulpe-œuf dur ; en garnir les demi-aubergines. Dresser dans un plat huilé, parsemer de chapelure fraîche, arroser d'huile et cuire au four préchauffé à 225 °C.

aubergines farcies à l'italienne
Évider des aubergines comme pour les aubergines farcies et les ranger dans un plat huilé. Additionner la pulpe hachée d'une quantité égale de risotto, relevée de persil et d'ail hachés. Garnir les aubergines de cette préparation. Parsemer de chapelure. Arroser d'huile d'olive et gratiner.

aubergines au gratin à la toulousaine
Couper les aubergines en tranches épaisses, transversalement ou dans la longueur ; les faire dégorger avec du sel, les éponger soigneusement et les dorer à l'huile d'olive dans une poêle. Faire également sauter dans de l'huile des demi-tomates. Garnir un plat à gratin avec les tomates et les aubergines en les alternant et parsemer largement de mie de pain mélangée d'ail et de persil hachés. Arroser d'un peu d'huile et gratiner au four.

aubergines « imam bayildi »
Faire tremper 200 g de raisins de Corinthe dans un peu de thé tiède. Essuyer 4 aubergines longues, sans les peler, les fendre en deux et inciser la pulpe à 1 cm du bord, en veillant à ne pas percer la peau. Retirer la pulpe, la couper en petits dés et les citronner pour leur éviter de noircir. Éplucher et hacher 4 gros oignons ; laver, peler, épépiner et concasser 8 grosses tomates ; hacher finement un petit bouquet de persil. Faire bien revenir dans 4 cuillerées à soupe d'huile d'olive la pulpe de tomate, les dés d'aubergine, le hachis d'oignon et de persil ; saler, poivrer, ajouter 1 branche de thym et 1 feuille de laurier, couvrir et laisser fondre pendant une vingtaine de minutes. Ajouter alors 2 gousses d'ail écrasées et les raisins égouttés ; bien mélanger le tout et cuire encore 5 min. Huiler un plat allant au four ; retirer le thym et le laurier. Placer les demi-aubergines évidées dans le plat graissé et les garnir de farce. Verser de l'huile d'olive tout autour et ajouter un peu de thym frais et de laurier émiettés ; cuire 2 heures au moins au four préchauffé à 160 °C.

aubergines sautées
Détailler des aubergines en cubes de 2 cm de côté. Les faire dégorger avec du sel, les éponger, les fariner et les faire sauter à l'huile d'olive dans une poêle. Dresser en légumier et parsemer de persil ciselé.

aubergines soufflées
Évider les aubergines comme pour les farcir. Passer la pulpe au tamis ou au mixeur. Lui ajouter une quantité égale de béchamel réduite. Lier avec des jaunes d'œuf, assaisonner de sel, de poivre et de muscade râpée. Incorporer au dernier moment des blancs d'œuf battus en neige très ferme. Remplir de cette composition les aubergines évidées, les ranger dans un plat à gratin. Les cuire au four préchauffé à 200 °C pendant une dizaine de minutes, en les recouvrant éventuellement de parmesan. Pour préparer les aubergines soufflées à la hongroise, on ajoute à la farce 2 cuillerées d'oignon haché fondu au beurre et assaisonné de paprika.

beignets d'aubergine → BEIGNET

caviar d'aubergine
Cuire 3 belles aubergines au four préchauffé à 200 °C de 15 à 20 min. Faire durcir 4 œufs, puis les rafraîchir et les écaler. Peler et épépiner 2 tomates, hacher la pulpe. Éplucher et hacher 1 oignon. Fendre les aubergines, retirer la pulpe et la hacher au couteau. Mélanger dans un saladier tomates, pulpe d'aubergine et oignon ; saler et poivrer ; verser, en tournant comme pour une mayonnaise (on peut utiliser un mixeur), 1 petit verre d'huile d'olive. Mettre dans le réfrigérateur jusqu'au moment de servir. Décorer avec les œufs durs en quartiers et des rondelles de tomate.

hachis de bœuf en gratin aux aubergines → HACHIS
papeton d'aubergine → PAPETON
salade d'aubergine → SALADE
sauté d'agneau aux aubergines → SAUTÉ

AUBRAC Race bovine rustique du sud du Massif central, qui donne une excellente viande rouge assez foncée (voir tableau des races de bœufs page 126).

AUMALE (D') Se dit d'un apprêt de la poularde, farcie et braisée, dû au chef des cuisines d'Henri d'Orléans, duc d'Aumale, quatrième fils de Louis-Philippe. La garniture, particulièrement élaborée, est composée de croustades garnies de concombre tourné cuit au beurre et de demi-oignons évidés, fourrés d'un salpicon de langue et de foie gras liés à la sauce madère.

Les œufs brouillés d'Aumale, quant à eux, sont additionnés de tomate concassée et de dés de rognon sautés vivement au madère.

AUMÔNIÈRE (EN) Se dit de la présentation d'un dessert confectionné avec des abricots : les fruits, dont le noyau est remplacé par un morceau de sucre, sont enfermés dans des triangles de pâte brisée ; on réunit ensuite les pointes en soudant les bords. Ces « aumônières », ainsi appelées en raison de leur forme, sont cuites au four et accompagnées d'une sauce à l'abricot chaude, garnie d'amandes hachées et grillées.

Le terme s'applique aussi à une préparation salée ou sucrée disposée au centre d'une petite crêpe peu cuite, que l'on referme en la cintrant pour lui donner une forme d'aumônière, avant de la cuire au four.

▶ **Recette** : MORILLE.

Plissage en aumônière



1. *Garnir de la préparation le centre d'une petite crêpe fine (15 cm de diamètre environ) pas trop cuite.*



2. *Refermer la crêpe pour lui donner une forme d'aumônière et répartir les plis régulièrement.*



3. *En maintenant l'aumônière d'une main, faire un nœud avec un brin de ciboulette blanchi à l'eau bouillante.*

AURICULAIRE OREILLE-DE-JUDAS Champignon noirâtre, en forme de lobe, mi-gélatineux mi-cartilagineux, qui pousse en groupe sur les vieux troncs. Consommé, à l'origine, cru en salade, il porte le nom, dans les restaurants chinois, de « champignon noir ».

AURORE Se dit des mets additionnés de sauce tomate ou de purée de tomate. La sauce aurore détermine l'appellation des mets qu'elle nappe.

▶ **Recette** : SAUCE.

AUSLESE Catégorie de vins allemands ou autrichiens élaborés avec des raisins de vendanges tardives, affectés, dans les meilleures années, par la pourriture noble. Ces vins, à la forte concentration en sucre, peuvent être secs *(trocken)* ou plus sucrés *(halbtrocken, süss)*.

AUSONE Poète latin (Burdigala [Bordeaux] v. 310 - *id.* v. 395) qui fut le précepteur du futur empereur Gratien. Une de ses *Idylles* est consacrée à *la Moselle* et aux nombreux poissons que l'on y pêchait alors. Nommé consul en 379, il se retira en 383 près de l'actuelle Saint-Émilion. « Heureux, écrivait-il, les Bordelais, pour qui vivre et boire sont une même chose ! » Le souvenir du vin qu'il récoltait survit dans le cru château-ausone. Il a laissé une étude sur l'élevage des huîtres.

AUSTRALIE La cuisine de ce pays est profondément marquée par les produits et les habitudes alimentaires importés par les colons britanniques et danois. Le kangourou, qui entrait dans la préparation de nombreux plats populaires (*kangaroo tail soup,* soupe de queue de kangourou ; *kangaroo fillet in szechwan crust,* filet de kangourou en croûte), est désormais protégé.

Les Australiens sont de gros consommateurs de viande de bœuf et, surtout, de mouton, qu'ils mangent grillée au barbecue, ou en saumure, comme le jambon de mouton parfumé de girofle et de genièvre. Les poussins de Sydney, marinés à l'ananas et au vin, puis rôtis, sont plus originaux. Le lapin, surabondant, est aussi très apprécié, comme les coquillages et les poissons, de taille imposante mais cuisinés sans recherche. Légumes et fruits tropicaux, comme la chérimole et le fruit de la Passion, sont produits en grandes quantités.

■ **Vins.** La viticulture australienne est assez récente, puisque les historiens ont fixé au 26 janvier 1788 la plantation du premier cep, dans la région de Sydney. Aujourd'hui, le vignoble se compose à la fois de grands domaines viticoles et de petits « arpents de vigne », propriétés d'agriculteurs vinifiant pour eux-mêmes ou vendant leur vendange aux grandes caves.

Avant la Seconde Guerre mondiale, le vignoble produisait principalement des vins doux – le « sherry » australien eut son heure de gloire en Angleterre jusqu'en 1925 –, mais les progrès de la vinification ont permis aux vignerons de produire d'excellents vins de table.

Le sud du pays bénéficie d'un climat comparable à celui des pays méditerranéens, très propice à la culture de la vigne ; le nord est beaucoup plus chaud.

• NOUVELLE-GALLES DU SUD. La célèbre Hunter Valley, proche de Sydney, donne des vins blancs, issus de sémillon et parmi les meilleurs du monde pour

ce cépage, mais aussi de chardonnay, et des vins rouges veloutés et très aromatiques (shiraz – en fait le syrah, très connu des viticulteurs du Rhône – et cabernet-sauvignon) ; le Mudgee et le Murrumbidgee produisent des vins plus courants, mais de bonne tenue.

• VICTORIA. Dans cet État, où la température est très variable (élevée à fraîche), la Murray River Valley assure 80 % de la production, avec des vins mutés de la meilleure qualité et de grandes quantités de vins blancs vendus en fûts ; le reste de la région donne aussi de bons vins, qui ne cessent de s'améliorer (essentiellement pinot noir et chardonnay).

• AUSTRALIE-MÉRIDIONALE. La Barossa Valley produit des vins très recherchés faits avec des raisins noirs de vieux ceps de shiraz ; la Clare Valley se consacre largement au riesling, à l'origine de vins blancs typiques, très différents de ceux d'Allemagne ou d'Autriche ; les autres régions de l'État assurent des rendements importants (shiraz, cabernet-sauvignon).

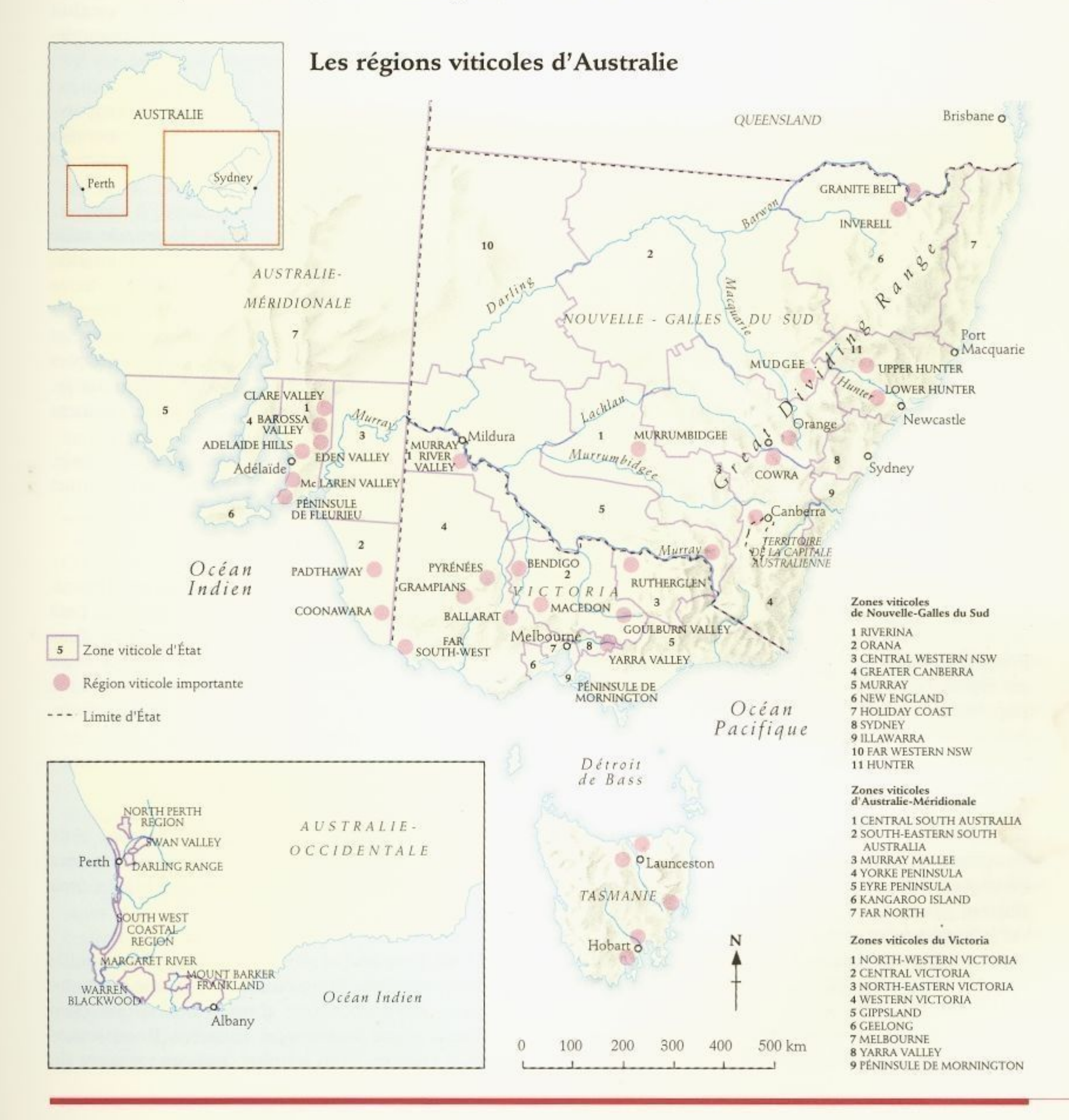
• AUSTRALIE-OCCIDENTALE. La Swan Valley a gardé jusqu'en 1960 le monopole des vignobles ; leur superficie a beaucoup diminué, mais ils produisent encore le célèbre Houghton White Burgundy (connu à l'étranger sous le nom de « Houghton Supreme »).

Aujourd'hui, le souci de la qualité pousse de plus en plus les producteurs à utiliser les cépages nobles pour améliorer leur production.

AUTOCLAVE Récipient à fermeture hermétique, permettant de stériliser par la vapeur. Les denrées y sont plongées dans de l'eau qui est chauffée sous pression ; la température intérieure atteint de 120 à 180 °C, l'appareil étant muni d'une soupape de sûreté réglable.

AUTOCUISEUR Marmite à fermeture hermétique, où les aliments cuisent à température plus élevée, et donc plus rapidement que dans une marmite ordinaire (entre 112 °C et 125 °C, au lieu de 100 °C au maximum).

Les régions viticoles d'Australie



L'autocuiseur est conçu pour la cuisson à l'étuvée, à la vapeur, à l'eau ou au bouillon (avec du liquide en quantité réduite). Ses avantages résident dans le gain de temps, dans la conservation des sels minéraux, dans une utilisation réduite de matières grasses, ainsi que dans une meilleure dispersion des graisses. Quelques inconvénients, pourtant, font qu'il ne remplace pas le mijotage à l'ancienne : les viandes ont tendance à être plus fades et plus molles, et les ingrédients mélangent indistinctement leurs saveurs.

AUTRICHE La cuisine autrichienne est moins une cuisine nationale qu'une synthèse des traditions culinaires des divers peuples (Allemands, Italiens et Hongrois) qui ont marqué son histoire. On y trouve ainsi le chou, les ragoûts et la charcuterie, mais aussi les pâtes fraîches (aux graines de pavot) et le goût de l'oignon et du paprika (car le goulache est aussi un plat autrichien). La gastronomie est à l'honneur à Vienne, où les fastes de l'Empire survivent dans des lieux comme l'hôtel Sacher, la pâtisserie Demel, les vieux cafés (Hewelka, Landtmann), bastions de la tradition, et le Naschmarkt, le plus ancien des marchés viennois.

■ **Grands classiques.** Les ressources des rivières ont inspiré de remarquables apprêts de poisson : truite au bleu, brochet farci, carpe frite (mets traditionnel des fêtes de Noël), queues d'écrevisse au fenouil.

Le *Tafelspitz* (viande bouillie très mortifiée), aux nombreuses variantes, accompagnées de salades et de compotes, est l'orgueil des cuisiniers, bien que le plat le plus connu à l'étranger soit l'escalope viennoise *(Wiener Schnitzel)*, qui peut aussi bien être de bœuf que de porc ou de veau. La volaille a toujours été à l'honneur, notamment le poulet (rôti, pané et frit au saindoux, à la crème aigre, au paprika ou au chou).

■ **Plats régionaux.** C'est dans les petits restaurants traditionnels *(Gasthof* ou *Heuriger)* que l'on déguste, accompagnés des meilleurs vins, des plats régionaux comme le lièvre rôti, l'oie au chou rouge, les quenelles de porc, le goulache, les crêpes fourrées *(Palatschinken)*, les raviolis *(Nudln)* de Carinthie, le bœuf aux oignons et au cumin *(Zwiebelfleisch)* et les ragoûts épicés de Styrie, suivis de salades à l'huile de graines de potiron. Soupes et ragoûts sont des classiques : aux pommes de terre et aux champignons, accompagnés de Knödel au pain ou au foie. Le Tyrol est réputé pour sa charcuterie. La choucroute est très populaire, de même que les quenelles au lard et le foie de veau aux oignons. Quant aux *Nockerln*, c'est la version autrichienne des gnocchis italiens (le mot désigne également un soufflé sucré salzbourgeois).

■ **Pâtisseries.** L'Autriche est avant tout le pays de la pâtisserie, que l'on sert, comme le café, empanachée de crème fouettée *(Schlagobers)*. Les trois grands classiques – Sachertorte, Strudel et Linzertorte – ne doivent pas faire oublier les feuilletés aux fruits secs ou à la crème de pavot, les meringues, les tartes aux fruits confits, au fromage blanc ou aux cerises, le *Kaiserschmarrn* (crêpe épaisse et sucrée), les *Krapfen* (beignets), les *Zwetschenknödel* (pruneaux dénoyautés, enrobés de pâte et frits), les *Tascherln* et les Buchteln (brioches roulées ou fourrées à la confiture).

■ **Vins.** L'Autriche a une tradition viticole qui date de l'époque romaine, même si ses vins ne sortent de ses frontières que depuis quelques années.

Le vignoble se situe à l'extrême est du pays, non loin de Vienne ; la plus grande région, le Weinviertel, se trouve au nord de la ville. Les autres, Carnuntum et Thermenregion, s'étirent le long du Danube ; la plus réputée, le Burgenland, se trouve plus au sud.

Les vins blancs légers et fruités sont réputés ; les plus originaux proviennent d'un cépage local, le Grüner Veltliner ; d'autres s'inspirent de leurs voisins allemands avec le riesling, le pinot blanc, le müller-thurgau, le rülander et le traminer. Parmi les vins les plus réputés, le Ruster Ausbruch, liquoreux, comparable au tokay de Hongrie produit dans le Burgenland.

Certains de ces vins blancs sont issus, comme en Allemagne, de vendanges tardives et de sélections de grains nobles (Auslese), ou de grappes congelées sur pied (Eiswein). Enfin, le vignoble produit quelques vins rouges (pinot noir, lamberger, portugieser…), de qualité moins reconnue.

AUTRICHIENNE (À L') Se dit de différentes préparations caractérisées par un assaisonnement au paprika et quelquefois par un appoint d'oignon fondu, de fenouil ou de crème aigre.

AUTRUCHE Oiseau ratite africain de grande taille (jusqu'à 2,50 m), de la famille des struthionidés, maintenant élevé en Europe et abattu vers treize ou quatorze mois, quand il pèse 100 kg environ. Son alimentation, composée de luzerne, d'herbe et de céréales, confère à sa chair des caractéristiques particulières de goût et une tendreté remarquable. Bien rouge, la viande d'autruche vient essentiellement de la cuisse.

Les œufs, excellents, furent à la mode au XIXe siècle. Pesant en moyenne 1,5 kg, chaque œuf permet de préparer une omelette pour 8 à 10 convives.

Le cuir est utilisé en maroquinerie.

AUVERGNATE (À L') Se dit de nombreuses préparations réalisées avec des produits d'Auvergne : le petit salé, le lard et le jambon (que l'on retrouve dans la potée, le chou farci et les apprêts de lentilles et de pommes de terre), ainsi que les fromages, tels le bleu (pour la soupe) et le cantal (pour l'aligot et la truffade, à base de tomme fraîche).

AUVERGNE Voir pages 74 et 75.

AUXEY-DURESSES Village de Bourgogne, situé sur la côte de Beaune, non loin de Meursault, et dont le vignoble produit des vins rouges et blancs (voir BOURGOGNE).

AVELINE Fruit de l'avelinier, arbrisseau de la famille des bétulacées, que l'on nomme en épicerie « noisette franche ». C'est une sorte d'amande à coque dure recouverte d'une enveloppe foliacée. Il en existe plusieurs espèces, dont les plus connues viennent du

Piémont et de Sicile. L'aveline se consomme fraîche ou sèche. Elle donne une huile (peu employée) et entre dans la confection des dragées dites « avelines ».

AVICE (JEAN) Pâtissier français du début du XIXe siècle. Chef chez Bailly, à Paris, la meilleure pâtisserie, il fut le fournisseur de Talleyrand. Il forma le jeune Antonin Carême, qui, devenu célèbre, salua l'« illustre Avice, maître de la pâte à choux », souvent considéré comme le créateur de la madeleine.

AVOCAT Fruit piriforme ou arrondi d'un arbre tropical, de la famille des lauracées, originaire d'Amérique du Sud (voir planche des fruits exotiques pages 502 et 503). Sa peau grenue, ou lisse et brillante, est vert foncé ou brun violacé ; sa chair vert pâle, entourant un gros noyau rond et dur (qui s'en détache facilement avec la pointe d'un couteau), a la consistance du beurre et un léger goût de noisette.

L'avocat est mûr quand il est souple sous le doigt ; il peut alors se conserver dans le bas du réfrigérateur. S'il est ferme, il lui faut quelques jours pour mûrir, et un peu moins de temps s'il est enveloppé dans du papier journal. Il est riche en matières grasses, en vitamine A et en potassium (240 Kcal pour 100 g).

■ **Emplois.** L'avocat se sert en hors-d'œuvre, coupé en deux, avec une sauce, ou garni de multiples façons. Il entre dans de nombreuses salades, des mousses glacées, des soufflés. Mais il s'oxyde à l'air ; il faut donc le préparer au dernier moment.

C'est en Israël que l'avocat connaît les apprêts les plus nombreux. Au Mexique, il est très populaire : le guacamole (avocat écrasé avec des piments et diverses épices) accompagne tortillas et petits pains. À la Martinique, c'est la base du « féroce ». Dans toute l'Amérique du Sud, il garnit les potages et les ragoûts. En Afrique, ses feuilles servent à préparer une boisson pétillante et légèrement alcoolisée, la babine.

avocats farcis à l'américaine

Ouvrir des avocats en deux ; retirer la pulpe avec une cuillère parisienne ; citronner, saler et poivrer la pulpe et l'intérieur des fruits. Couper en petits cubes de l'ananas frais ou en conserve. Ébouillanter et rafraîchir des germes de soja. Mélanger ananas et soja avec une mayonnaise légère et bien relevée, puis ajouter les dés d'avocat. Remplir les peaux d'avocat en dôme et garnir d'une rondelle de tomate. Parsemer de persil ciselé. Mettre dans le réfrigérateur jusqu'au moment de servir.

avocats farcis au crabe

Préparer une mayonnaise bien moutardée et relevée de poivre de Cayenne. Émietter de la chair de crabe (fraîche, en boîte ou surgelée) en éliminant les cartilages. Ouvrir des avocats, retirer la pulpe avec une cuillère parisienne ou en la coupant en cubes réguliers. Saler, poivrer, citronner la pulpe et l'intérieur des fruits. Mélanger mayonnaise et chair de crabe, puis ajouter délicatement la pulpe. Remplir les avocats en dôme. Décorer de mayonnaise tomatée à la poche à douille cannelée. Poudrer de paprika.

RECETTE DU RESTAURANT *LE MARAIS-CAGE*, À PARIS

féroce martiniquais

« Mélanger dans un robot 1 gousse d'ail et 1 gros oignon épluchés, 2 cuillerées à soupe de persil haché, 1 cuillerée à café de piment oiseau, et hacher très fin. Ajouter 250 g de morue salée cuite à l'eau et émiettée, bien hacher, incorporer 1 cuillerée à soupe de farine de manioc et émulsionner avec 1 dl d'huile d'arachide. Éplucher et écraser les avocats en purée, y mettre 2 pincées de piment de Cayenne moulu et 1 cuillerée à soupe de farine de manioc, puis ajouter la chiquetaille de morue. Travailler à la fourchette de 2 à 3 min. Servir aussitôt pour que le féroce ne noircisse pas à l'air. »

salade d'avocat Archestrate → SALADE
velouté glacé à l'avocat → VELOUTÉ

AVOINE Céréale de la famille des graminées, originaire d'Europe, qui est utilisée dans l'alimentation humaine pour ses vertus tonifiantes et énergétiques (voir tableau des céréales page 229).

Cultivée par les Romains, largement consommée en bouillies par les Germains et les Gaulois, l'avoine est restée jusqu'au XIXe siècle une des bases de l'alimentation en Écosse, en Scandinavie, en Allemagne et en Bretagne, qui tous en gardent aujourd'hui encore la tradition. Elle est en effet très riche en protéines, en matières grasses, en éléments minéraux et en vitamines, et donc bien adaptée aux climats froids et humides.

L'avoine sert surtout à confectionner des potages et des bouillies salées ou sucrées, et intervient dans la préparation de certains pains. Les flocons d'avoine se consomment au petit déjeuner, souvent avec du lait ; ils entrent aussi dans la fabrication de biscuits et de galettes, surtout dans les pays anglo-saxons. Aux États-Unis, la pâtisserie familiale des quakers l'utilise largement (voir BIRCHERMUËSLI, PORRIDGE).

AZYME Qualificatif (du grec *zumê*, « levain », et *a* privatif) désignant un pain sans levain. C'est le pain rituel des juifs, absolument pur, par opposition au pain profane, fermenté, et donc pourrissable.

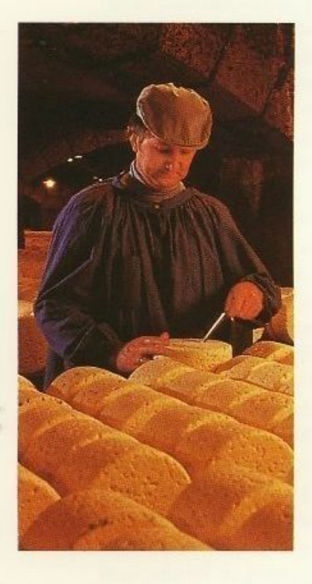
La composition des pains azymes doit être scrupuleusement respectée : eau et farine de froment (provenant d'une moisson effectuée d'une façon déterminée), sans sel, ni sucre, ni matière grasse ; on emploie éventuellement de l'orge, de l'épeautre, de l'avoine ou du seigle.

Parfois, la pâte est parfumée avec du vin ou des fruits, mais seule la *mazzah* « pure » est consommée le premier soir de la Pâque juive.

Toute une gastronomie s'est créée à partir de la farine azyme (beignet, boulette, soupe, gâteau), mais les juifs tiennent à garder l'idée essentielle pour eux de pureté du pain azyme, que les kabbalistes – spécialistes des commentaires des textes bibliques – appelaient « pain céleste ».

Auvergne et Rouergue

DE LA CHAÎNE DES PUYS AU FOSSÉ DE LA LIMAGNE, L'AUVERGNE ET LE ROUERGUE CONSTITUENT LE CŒUR GÉOGRAPHIQUE DE LA FRANCE. LE VELAY, LE VIVARAIS ET LES CÉVENNES SONT TOUJOURS ASSOCIÉS À L'AUVERGNE HISTORIQUE (DÉPARTEMENTS DU CANTAL ET DU PUY-DE-DÔME). AU SUD SE TROUVENT LE ROUERGUE (AVEYRON) ET LE GÉVAUDAN (LOZÈRE).



Le roquefort, produit avec le lait des brebis qui pâturent sur les causses, est affiné dans des caves naturelles.

Ce pays de terriens, tout en contrastes et en diversité, offre une cuisine saine, honnête et « droite en goût », selon le mot de l'écrivain gastronome Curnonsky (1872-1956), et rien ne la caractérise mieux que les plats au cantal (aligot), aux marrons ou aux choux – souvent appelés « à la cévenole ». Les terres d'Auvergne sont fertiles. On y cultive des légumes excellents comme le chou, qui se prépare farci ou braisé, les pommes de terre et la lentille du Puy, qui bénéficie d'une appellation d'origine contrôlée, sans oublier les châtaignes et les marrons. Les vergers de la Limagne fournissent de beaux fruits, dont une grande partie est transformée en fruits confits. Les zones forestières regorgent de myrtilles et de framboises. La gentiane et la verveine permettent la fabrication de liqueurs réputées dans le Velay. Le gibier, devenu plus rare aujourd'hui, permet cependant de préparer des plats de qualité tels que l'estouffat de perdrix aux lentilles ou le lièvre à l'auvergnate.

Les porcs d'Auvergne sont renommés, ainsi que les charcuteries de grande qualité : jambons secs et fumés, saucisses sèches, saucissons de campagne, boudins, fritons, fricandeaux et les incontournables tripous, petits paquets de tripes de mouton ficelés et braisés. L'élevage produit d'excellentes viandes de boucherie, en particulier les bœufs de Salers. Enfin, les eaux minérales de réputation nationale proviennent des sources de Volvic, de Vichy et de Saint-Yorre, de La Bourboule et du Mont-Dore.

SOUPES

Soupe au farci, oulade et cousinat

La soupe au chou prend en Auvergne plus d'importance qu'ailleurs. On y découvre la soupe au farci, une potée dans laquelle on fait cuire un chou rempli de chair à saucisse, et le bouillon gras garni de feuilles de chou farcies. L'oulade, soupe au chou, au lard et aux légumes, tire son nom de la marmite en cuivre étamé (l'oule) dans laquelle elle est préparée. On peut aussi goûter d'autres soupes non moins savoureuses, comme le cousinat, une soupe aux marrons agrémentée de céleri-rave, d'oignons et de blancs de poireau.

POISSONS

Tourte au saumon et stoficado

S'ils sont moins nombreux aujourd'hui, les poissons d'eau douce, tels que carpes, tanches et anguilles sont succulents en matelote. Les truites sont cuites au bleu ou à la meunière, la perche du lac Pavin est farcie de champignons et cuite au vin blanc. Le saumon de l'Allier remonte jusqu'à Brioude, où on le prépare en tourte, avec des champignons, de la crème et des fines herbes. À Villefranche-de-Rouergue et à Decazeville, la morue est pochée et mélangée de pommes de terre ; le tout est écrasé ensuite avec de l'huile de noix très chaude, du beurre, de l'ail, du persil, des œufs crus battus et de la crème fraîche : c'est le stoficado.

VIANDES

Porc : mourtayrol, picaussel et pounti

Le mourtayrol, délicat plat de fête qu'on prépare notamment pour Pâques, est un pot-au-feu dans lequel on réunit du jambon, du bœuf, une poule et toutes sortes de légumes, et surtout du safran. Mitonnant dans une marmite tapissée de tranches de pain rassis, ce plat est aussi appelé « mortier ». Quant au picaussel, c'est un hachis de porc cuit en cocotte, accompagné de feuilles vertes, de lard, de jambon et d'aromates. Parmi les recettes à base de porc, on compte aussi le pounti, flan rustique fait d'un hachis de

lard, d'oignons et de bettes, enrichi à volonté de pruneaux et de raisins secs.

Bœuf : coufidou
La viande de bœuf se présente le plus souvent en ragoût de queue de bœuf ou en gras-double, mais surtout en coufidou, un ragoût de bœuf braisé au vin rouge et au marc, accompagné de pommes de terre, de carottes et d'oignons.

Mouton : gigot brayaude
Ce gigot traditionnel, piqué d'ail, est longuement braisé au vin blanc, avec des pommes de terre confites dans le jus de cuisson et servi accompagné de haricots rouges aux petits oignons et de choux braisés. Ce mets, dont on retrouve l'appellation pour d'autres plats de la région, tirerait son nom des « braies » portées par les Gaulois.

Volailles : alicot
Les spécialités de volailles (qui, pour certaines, bénéficient d'un label rouge) sont aussi remarquables : les poussins aux morilles ou le poulet en vessie, le canard en salmis ou farci de boudin noir, et, querelles de clocher mises à part, le coq au vin. Mais l'alicot, à ne pas confondre avec l'aligot, plat emblématique de la région, est composé d'abattis d'oie, de dinde ou autres volailles et servi garni de cèpes et de marrons.

FROMAGES

Truffades et gâtis
Les fromages constituent le fleuron des produits d'Auvergne : bleu d'Auvergne, bleu de Laqueuille, bleu de Thiézac, fourme d'Ambert, roquefort (pâtes persillées) ; cantal, laguiole, murol, saint-nectaire et salers (pâtes pressées non cuites) ; gaperon (pâte molle). Tous ces fromages ont inspiré des recettes, en particulier la truffade – dont le nom vient de « truffe » ou « troufle » qui désignait jadis la pomme de terre dans les campagnes –, une épaisse galette rissolée associant tomme fraîche de cantal, lardons et ail. Entre fromage et dessert, les gâtis de Floirac sont des brioches fourrées de cantal et de roquefort.

PÂTISSERIES

Picoussel, pompe et flônes
Les desserts aux fruits sont l'occasion de confectionner des spécialités telles que le picoussel de Mur-de-Barrez, un flan au sarrasin garni de prunes, ou la pompe aux pommes de Riom, chausson fourré dégusté à Pâques et à Noël. Plus sophistiqués, les flônes rouergats (tartelettes garnies d'une crème au petit-lait de brebis), la tarte de Vic-sur-Cère (avec crème, lait caillé, sucre et œufs), les croquants de Mauriac (au miel, aux noisettes et au rhum) et l'omelette soufflée à la verveine complètent ce panorama.

VINS

Cinquante-trois communes d'appellation VDQS côtes-d'auvergne, dont les productions sont peu abondantes, proposent des vins de pays, surtout des rouges, comme le chanturgue, le châteauguay et le médargues. Le corent et le boudes sont rosés. En Rouergue, les vins d'Estaing et l'entraygues-et-du-fel sont classés VDQS ; les vins de Marcillac sont des AOC.

CARTE

ENTRÉES

Diablotins aux noix et au roquefort, PAGE 399

Salade de lentilles tiède, PAGE 932

Omelette à la Saint-Flour, PAGE 733

PLATS

Aligot, PAGE 32

Chou farci, PAGE 279

Crépinettes de porc, PAGE 355

Falettes, PAGE 448

Gigot de mouton de sept heures, PAGE 694

Poitrine de veau farcie braisée, PAGE 1087

LÉGUMES

Chou braisé, PAGE 279

DESSERTS

Flaugnarde aux poires, PAGE 467

Pompes de Noël, PAGE 837



En Auvergne, les anciens volcans qui portent le nom de puys – ici la chaîne du nord – recèlent de nombreuses sources d'eau réputées pour leur pureté.

B

BABA Gâteau de pâte levée, parfois additionnée de raisins secs et imbibée, après cuisson, d'un sirop au rhum (ou au kirsch). La création du baba serait due à la gourmandise du roi de Pologne Stanislas Leszczynski (1677-1766), exilé en Lorraine : trouvant le kouglof trop sec, il imagina de l'arroser de rhum. Lecteur assidu des *Mille et Une Nuits,* il aurait baptisé cet apprêt du nom de son héros favori, Ali Baba. Le gâteau eut un grand succès à la cour de Nancy.

Le pâtissier Stohrer, qui y avait séjourné, perfectionna la recette et en fit la spécialité de sa maison de la rue Montorgueil, à Paris, sous le simple nom de « baba ». Vers 1850, des pâtissiers s'inspirèrent du baba pour créer le « fribourg » à Bordeaux, le « brillat-savarin » (qui devint le savarin) à Paris et le « gorenflot ».

babas au rhum

Pour la pâte : ***100 g de raisins secs, 3 dl de rhum, 100 g de beurre ramolli, 10 g de levure de boulanger, 2 cuillerées à soupe d'eau tiède, 250 g de farine tamisée, 25 g de sucre, 4 œufs, sel.***

Pour le sirop : ***1 litre d'eau, 500 g de sucre, 1 zeste de citron, 1 zeste d'orange, 1 gousse de vanille, 1 dl de rhum brun agricole.***

La veille, faire macérer les raisins secs avec le rhum. Délayer la levure avec l'eau tiède. Disposer la farine en fontaine. Mettre au centre le sucre, le sel et 2 œufs entiers, ainsi que la levure ; travailler le mélange à la spatule de bois jusqu'à ce qu'il devienne élastique, puis ajouter 1 œuf ; travailler, ajouter 1 autre œuf et travailler encore. Mettre enfin le beurre, travailler la pâte jusqu'à ce qu'il soit parfaitement incorporé, puis ajouter les raisins égouttés. Beurrer l'intérieur de 16 moules à baba avec 50 g de beurre fondu. Diviser la pâte en 16 petites masses et les disposer dans les moules ; les placer dans un endroit chaud (30 °C au maximum). Préchauffer le four à 200 °C. Quand la pâte a doublé de volume, enfourner les moules et cuire de 15 à 20 min. Démouler aussitôt les babas sur une grille et les laisser refroidir. Préparer le sirop ; quand il atteint une densité de 1,120, le retirer du feu. Ajouter le rhum. Plonger chaque baba dans le sirop bouillant jusqu'à ce qu'il ne dégage plus de bulles d'air, l'égoutter et le poser dans un plat creux. Lorsque les babas sont un peu refroidis, les imbiber de rhum brun agricole en récupérant le sirop qui s'écoule pour les en arroser plusieurs fois.

BABEURRE Liquide aigrelet et blanchâtre, appelé aussi « lait de beurre », qui reste après le barattage de la crème. Riche en azote et en lactose, et pauvre en lipides, il se boit couramment dans tous les pays nordiques. En France, il est utilisé dans l'industrie alimentaire comme émulsifiant (boulangerie, pâtisserie, desserts et crèmes glacées). Il entre dans la fabrication de certains fromages.

BACCHUS Dieu de la Vigne et du Vin, dans la mythologie romaine, correspondant à la divinité grecque Dionysos. Il préside à la Végétation (symbolisée par sa baguette terminée par une pomme de pin et entourée de lierre et de feuilles de vigne). Il est aussi le « père » de la viticulture, car il apprit aux hommes à cultiver la vigne et à fabriquer le vin ; incarnation de la fertilité, il est devenu le dieu de la Génération, souvent symbolisé par un bouc ou un taureau.

▶ *Baba au rhum, crème anglaise à la vanille*



BACON Poitrine de porc maigre fumée, généralement présentée en tranches fines que l'on mange frites ou grillées, le plus souvent avec des œufs (voir BREAKFAST). En France, on appelle également « bacon » la longe traitée en salaison, séchée, étuvée et fumée.

▶ **Recette** : PRUNEAU.

BADIANE Arbuste originaire d'Extrême-Orient, de la famille des magnoliacées, dont le fruit est appelé « anis étoilé » (voir ANIS) : en forme d'étoile à huit branches, il contient des graines au goût anisé, un peu poivré. Importée en Europe par les Anglais à l'époque de la Renaissance, la badiane est surtout utilisée en infusion et dans certaines liqueurs (anisette), mais les pays nordiques l'emploient aussi en pâtisserie et en biscuiterie.

Dans la cuisine orientale, c'est une épice courante : en Chine, elle relève surtout les viandes grasses (porc, canard) et parfume quelquefois le thé ; en Inde, elle fait partie des mélanges d'épices ; on la mâche aussi pour se parfumer l'haleine.

BAEKENOFE Ragoût alsacien de viandes diverses. En partant aux champs le matin, les paysans déposaient chez le boulanger du village la terrine préparée par leur épouse, pour qu'il la lute avec de la pâte à pain et qu'il la fasse cuire *(baeken)* dans son four *(Ofen)* après la fournée de pain. Le baekenofe, qui se prépare toujours en Alsace, nécessite une cuisson au four longue et régulière.

baekenofe

La veille, couper en gros cubes 500 g d'épaule de mouton, 500 g d'épaule de porc et 500 g de bœuf. Les mettre à mariner dans un plat creux avec 1/2 litre de vin blanc d'Alsace, 1 gros oignon épluché et émincé, 1 oignon épluché et piqué de 2 ou 3 clous de girofle, 2 gousses d'ail écrasées, 1 bouquet garni, un peu de sel et du poivre. Le lendemain, éplucher et couper en rondelles 1 kg de pommes de terre et 250 g d'oignons. Graisser une cocotte avec du saindoux, puis y disposer une couche de pommes de terre, une couche de viandes mêlées, une couche d'oignons et recommencer jusqu'à épuisement des ingrédients. Terminer par une couche de pommes de terre. Retirer le bouquet garni et l'oignon piqué de girofle de la marinade, puis verser celle-ci dans la cocotte. Le liquide doit affleurer la dernière couche ; sinon, ajouter un peu d'eau. Luter le couvercle et cuire 4 heures.au four préchauffé à 160 °C.

BAGNES Fromage suisse (vallée de Bagnes, dans le Valais) de lait de vache (45 % de matières grasses), à pâte pressée cuite et à croûte brossée (voir tableau des fromages étrangers page 498). Ferme au doigt, mais élastique, il se présente sous forme de meules aplaties de 7 kg environ. Sa saveur fruitée le fait apprécier comme fromage de table, mais il est surtout connu comme fromage à raclette. Certains amateurs le préfèrent plus affiné que la normale (jusqu'à six mois au lieu de trois), ce qui le rend assez fort.

BAGRATION Nom de divers apprêts inspirés de recettes dédiées par Antonin Carême à la princesse Bagration, au service de laquelle il entra à son retour de Russie, en août 1819. Certains de ces apprêts ont en commun les macaronis, la salade russe, la purée de volaille ou un salpicon de truffes et de langue écarlate, mais les garnitures ont été modifiées et simplifiées par rapport aux recettes originales.

BAGUETTE DE LAON Fromage picard de lait de vache (45 % de matières grasses), à pâte molle et à croûte lavée, qui se présente sous forme de pain, pesant environ 500 g, ou de demi-pain (voir tableau des fromages français page 495). Sa couleur brun-rouge et sa saveur prononcée l'apparentent au maroilles. Créée après la Seconde Guerre mondiale, la baguette de Laon, dite aussi baguette de Thiérache, est fabriquée industriellement ; sa meilleure période va de fin juin à fin mars.

BAGUETTES Bâtonnets utilisés en Extrême-Orient pour saisir les aliments dans les plats ou dans les bols individuels et les porter à la bouche, éventuellement après les avoir trempés dans une sauce. (Même pour la soupe, on ne se sert pas de cuillère : on saisit le solide, puis on boit le liquide.) Selon le savoir-vivre chinois, il faut tenir les baguettes par le milieu : trop haut, c'est un signe d'arrogance ; trop bas, un manque d'élégance.

Des baguettes plus longues sont utilisées lors de la préparation du repas, pour trier les ingrédients, les mélanger en cours de cuisson ou les transvaser.

BAHUT Récipient cylindrique plus haut que large, sans couvercle et muni de deux poignées spéciales appelées « goussets », en fer-blanc, en acier inoxydable ou en aluminium. En restauration, il est destiné à réserver les aliments cuits, les sauces, les crèmes et les appareils divers qui sont préparés à l'avance et que l'on utilisera ultérieurement.

BAIE Petit fruit charnu, sans noyau, contenant une seule ou plusieurs graines. Lorsque les baies sont groupées en grappe (raisin, groseille) ou en bouquet (sureau), on les appelle « grains ». Les baies sauvages (airelle, arbouse, aubépine, épine-vinette, fraise des bois, framboise, merise, mûre, myrtille), qui se consomment crues ou en confiture, sont très riches en vitamines, particulièrement en vitamine C.

BAILEYS Mélange de crème fraîche, de vieux whiskey irlandais, de chocolat et d'extraits aromatiques divers. Cette liqueur est née en Irlande en 1974. À partir de 1980, elle est commercialisée aux États-Unis ; deux ans plus tard, elle arrive en France, où elle connaît un accueil favorable. On la sert, après l'avoir rafraîchie, dans un verre à dégustation avec glace.

BAIN-MARIE Procédé culinaire destiné soit à tenir au chaud une sauce, un potage ou un appareil, soit à faire fondre des éléments sans risque de les brûler, soit à cuire très doucement des mets à la chaleur

de l'eau bouillante. Son principe consiste à placer le récipient dans lequel se trouve la préparation dans un autre récipient plus grand, contenant de l'eau en ébullition. Dans tous les cas, il faut éviter que l'eau ne bouillonne trop fort, car elle risquerait de pénétrer dans la préparation. Le mot désigne aussi un ustensile de cuisson. Les cuisiniers utilisent ainsi le bain-marie à potage, le bain-marie à sauce...

BAISER Petit four fait de deux pièces de pâtisserie, généralement des meringues, soudées par une crème au beurre ou une composition glacée.

En boulangerie, une « baisure » est la partie d'un pain, pâle et moins cuite, qui était en contact avec le pain voisin pendant la cuisson dans le four.

BAKLAVA Pâtisserie orientale, composée d'une superposition de très fines feuilles de pâte fourrée d'amandes, de pistaches ou de noix de cajou.

La forme du baklava dépend de sa garniture : en losange pour les pistaches, en rouleau pour les noix de cajou, en carré pour les pignons.

RECETTE DU RESTAURANT *AL DIWAN*, À PARIS

baklavas aux pistaches

« Mélanger 600 g de farine, 25 g de sel et suffisamment d'eau pour obtenir une pâte solide et élastique. Modeler 12 boules d'égale grosseur. Aplatir une première boule à la main. Y étaler une pincée d'amidon de maïs, qui lui évitera de coller. Poser par-dessus une deuxième boule, l'écraser du plat de la main et y étaler une pincée d'amidon de maïs. Recommencer avec les 10 autres boules ; on obtient une pâte constituée de 12 couches. Abaisser régulièrement cette pâte à l'aide d'un rouleau à pâtisserie, sans l'écraser ni la déchirer, en étirant ses bords au maximum pour obtenir un cercle de 30 cm environ. Recouvrir la pâte d'un linge et laisser reposer 1 heure. Enlever alors la première feuille de pâte, la retourner, y étaler une pincée d'amidon ; recommencer avec toutes les autres feuilles, dont les deux côtés seront alors imprégnés d'amidon, et les empiler de nouveau. Jeter quelques poignées d'amidon sur une table en marbre et y étaler la pâte avec les mains pour obtenir un cercle de 50 cm de diamètre, épais de 3 à 4 cm. Le dessus s'élargissant davantage que la base, la retourner pour la travailler de l'autre côté. L'abaisser ensuite uniformément avec un très long rouleau à pâtisserie pour obtenir un cercle de 80 cm de diamètre. Poser le rouleau au milieu de la pâte ; y enrouler 6 feuilles, une à une, en les amidonnant, puis les retourner sur la table ; recommencer avec un second rouleau pour les 6 feuilles restantes. Rassembler enfin les 12 feuilles, qui sont devenues d'une extrême finesse. Hacher des pistaches décortiquées. Poser la pâte sur un plateau à feu de 70 cm de diamètre ; les bords doivent dépasser de 20 cm environ ; découper le rond de pâte et le réserver. Détailler le reste en 4 à 6 losanges. Les séparer en deux (6 feuilles). Les garnir des pistaches et les recouvrir avec l'autre moitié (6 feuilles). Recouvrir les losanges du cercle de pâte et refermer hermétiquement les bords. Faire fondre 1,5 kg de beurre et en arroser petit à petit la pâte. Laisser reposer 30 min. Mettre au four préchauffé à 175 °C de 20 à 30 min. Sortir les baklavas et les laisser refroidir. Mélanger 7 parts de sucre, 2 parts d'eau et 2 cuillerées à soupe d'eau de fleur d'oranger, et cuire doucement 5 min. Arroser les baklavas de ce sirop encore chaud. Laisser refroidir. »

BALANCE Instrument de mesure du poids, indispensable pour respecter des proportions exactes et très utile pour peser des ingrédients d'un certain volume. Dans la pratique ménagère, on utilise surtout des balances automatiques, où la pression se transmet à une aiguille mobile. Compactes, d'une portée de 2 à 5 kg, ces balances comportent un bol ou une boîte amovible et lavable, permettant de peser aussi les liquides. En restauration, elles sont électroniques.

BALEINE Grand mammifère marin de l'ordre des cétacés, chassé pour sa graisse et sa chair dans certaines régions du monde (Grand Nord, Japon), malgré des mesures de protection de plus en plus strictes.

Pendant tout le Moyen Âge, lorsque la baleine fréquentait encore les côtes d'Europe, notamment le golfe de Gascogne, elle était chassée pour son huile (qui servait à l'éclairage) et pour sa chair, qui, provenant d'un « poisson », était considérée comme une nourriture de carême. La graisse était la principale nourriture des pauvres pendant le temps pascal, tandis que la queue et la langue constituaient des mets de choix.

La chair de la baleine, très rouge, plus riche en protéines que celle du bœuf, est consommée séchée par les Esquimaux et grillée par les Norvégiens. L'un des plats traditionnels de la cuisine islandaise est fait de lard de baleine cuit, conservé au vinaigre. C'est au Japon que la viande de baleine est le plus consommée, crue, au gingembre ou marinée ; la graisse se mange coupée en fines lamelles, à l'apéritif, avec du saké, et sert à fabriquer de nombreuses conserves.

BALISIER Plante vivace de la famille des cannacées, poussant dans les régions tropicales, dont la tige souterraine, épaisse et charnue, se consomme comme légume. Certaines espèces fournissent une fécule alimentaire, utilisée surtout en Australie, où elle est baptisée « arrow-root du Queensland ».

BALISTE Poisson des mers chaudes, de la famille des balistidés, au corps aplati, en forme de losange. Son nom, qui est celui d'une machine de guerre romaine, vient de son aiguillon dorsal qui se dresse

en cas de danger. On connaît surtout le baliste de la Méditerranée (dit « fanfré » à Nice), qui se prépare comme le thon, dont il a un peu le goût.

BALLON Petit pain portion en forme de boule, préparé avec de la farine « fleur » (voir FARINE), à croûte croustillante et friable. Il doit se consommer très frais.

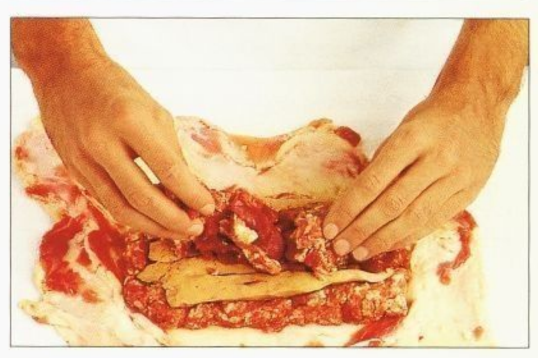
BALLOTTINE Préparation à base de volaille, de viande, de gibier à plume, de poisson, servie chaude ou froide, en gelée. La chair est désossée, farcie, roulée et ficelée, souvent dans un linge (ou dans la peau de la volaille), puis braisée ou pochée [voir GALANTINE].

ballottine d'agneau braisée
Désosser une épaule d'agneau. Hacher 1 bouquet de persil et 2 gousses d'ail pelées ; émincer 3 gros oignons épluchés et les faire fondre dans 20 g de beurre ; mélanger 500 g de chair à saucisse, le hachis ail-persil et les oignons ; saler et poivrer ; bien pétrir le tout. Placer l'épaule à plat sur la table, y étaler la farce, la rouler et la ficeler. Couper en mirepoix 125 g de carottes pelées, 3 oignons épluchés, 1 branche de céleri et 100 g de jambon. Chauffer 25 g de beurre dans une cocotte ; y faire fondre la mirepoix ; ajouter une petite branche de thym, puis y placer l'épaule farcie et la dorer. Ajouter 2 dl de vin blanc sec, 2 dl de

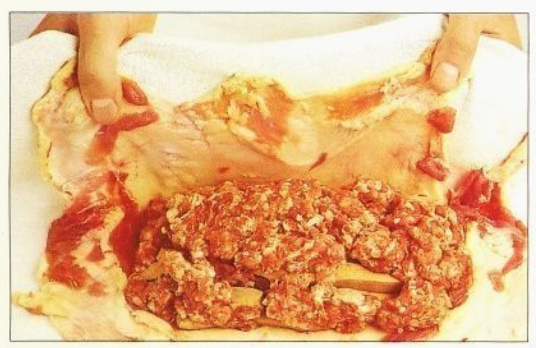
Monter une ballottine de caneton



1. *Poser sur un linge à plat la peau du canard, la recouvrir de farce et ajouter les bâtonnets ou les dés de foie gras.*



2. *Poser une nouvelle couche de farce mélangée avec les dés de filet de canard.*



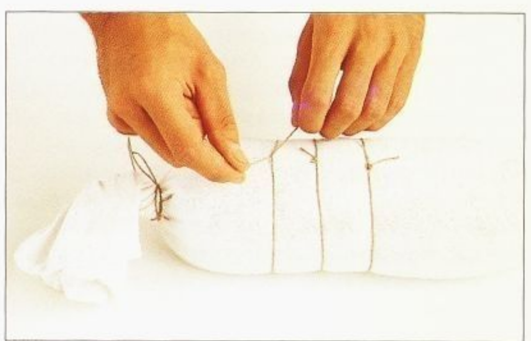
3. *Maintenir le linge et la peau et rabattre le tout sur la farce, qui doit être recouverte par la peau.*



4. *Rouler le linge et donner à la ballottine une forme régulière afin qu'elle cuise uniformément.*



5. *Tordre les extrémités du linge pour enfermer la ballottine et les ficeler.*



6. *Ficeler toute la ballottine à partir du milieu, à intervales réguliers et sans trop serrer.*

bouillon ou de jus de viande, 1 bouquet garni, du sel et du poivre. Porter à ébullition et cuire à découvert 5 min ; retourner l'épaule dans la mirepoix, puis couvrir la cocotte et la mettre au four préchauffé à 200 °C pendant 1 h 30. Retirer le bouquet garni. Déficeler la ballottine et la servir chaude. On peut préparer cette ballottine avec du veau ou du porc.

ballottine de caneton

Désosser un caneton de 2,5 kg environ ; retirer toute la chair et réserver les parures. Dénerver les chairs ; détailler les filets en dés et hacher le reste avec un poids égal de lard gras frais et avec la moitié de ce poids de viande maigre de veau. Hacher le tout au mixeur en ajoutant 4 jaunes d'œuf. Assaisonner de sel, de poivre et de quatre-épices. Incorporer à cette farce 150 g de foie gras frais coupé en gros dés et vivement passé au beurre, ainsi qu'une truffe et les filets coupés en dés. Ajouter 2 cuillerées de cognac et bien mélanger. Mouiller et essorer un linge fin ; l'étaler sur une table. Y placer la peau du canard, bien étirée ; la garnir régulièrement avec la farce. Rouler en ballottine. Ficeler aux deux extrémités et au milieu. Cuire en cocotte 1 h 20, avec une mirepoix, les parures, du vin, du bouillon (1,5 litre en tout) et des aromates. Égoutter la ballottine, la déballer, la dresser sur le plat de service et l'entourer de la garniture choisie. La napper de cuillerées du fond de braisage réduit et passé, et servir à part le reste de ce fond. Pour une ballottine froide, il faut ajouter à la farce davantage de foie gras (au moins 200 g). Une fois qu'elle est cuite et déballée, l'emballer de nouveau, bien serrée dans le même linge, et la laisser refroidir sous presse. Lustrer à la gelée avant de servir.

ballottine chaude d'anguille à la bourguignonne

Additionner de persil haché du godiveau lyonnais ou de la farce de merlan et en farcir une anguille. La pocher dans un court-bouillon au vin rouge ; l'égoutter et la tenir au chaud. Préparer une sauce bourguignonne avec la cuisson et en napper l'anguille.

ballottine chaude de lièvre à la périgourdine

Dépouiller et désosser un lièvre trois-quarts et un jeune lapin de garenne. Hacher la chair du lapin. Étaler le lièvre sur un linge fin recouvert de bardes de lard ; le poudrer de sel épicé et l'arroser de cognac (on peut le faire mariner aussi avant de le désosser). Recouvrir le lièvre d'une couche de farce enrichie de la chair du lapereau et de truffe hachées. Poser sur cette farce, en les alternant, des languettes de lièvre prises sur la chair des cuisses et raidies au beurre, des languettes de foie gras et des morceaux de truffe, tous ces éléments étant assaisonnés et arrosés de cognac ; recouvrir avec une couche de farce. Former le lièvre en ballottine et ficeler. Braiser dans un fond au madère, préparé avec du jarret de veau, les os et les parures du lièvre et du lapereau, ainsi qu'une garniture aromatique. Cuire 1 h 30. Égoutter la ballottine, la déballer ; la glacer au four et la dresser sur un plat long. La napper de son fond de braisage passé et réduit ; la décorer de lames de truffe.

RECETTE D'ANTONIN CARÊME

ballottine de faisan à la gelée

« Ayez un foie gras de Strasbourg ; faites-le dégorger et blanchir, coupez chaque moitié en quatre filets que vous parez. Pilez deux de ces filets avec les parures et la chair d'un perdreau rouge et autant de lard gras. Assaisonnez le tout de haut goût. Ajoutez-y deux jaunes d'œuf et des fines herbes passées au beurre, le tout bien broyé. Vous passez cette farce par le tamis à quenelles ; vous désossez avec soin un faisan bien mortifié et bien en chair ; vous le placez sur une serviette et l'assaisonnez de haut goût. Vous placez dessus la moitié de la farce, sur laquelle vous posez trois filets de foie gras et, entre chacun d'eux, des truffes seulement coupées par moitié. Mettez le sel épicé nécessaire ; recouvrez le tout avec la moitié de la farce restante. Posez dessus les foies et les moitiés de truffes ; assaisonnez et masquez du reste de la farce. Reformez le faisan ; l'envelopper dans le linge ; le ficeler et le mettre à cuire dans un fond de gelée au madère, dans lequel on aura mis les os et parures du faisan et du perdreau. Faire refroidir la ballottine sous presse légère. La glacer à la gelée. »

ballottine de poularde à brun

Couper les pattes et les ailerons de la poularde. Pour la désosser, commencer par fendre le milieu du dos, du cou au croupion, puis, avec un petit couteau bien tranchant, détacher la chair de la carcasse ; retirer celle-ci, ôter délicatement les os des cuisses et des ailes. Étaler la poularde bien à plat sur la table. Retirer les filets de la poitrine et l'essentiel de la chair des ailes et des cuisses, et détailler le tout en dés. Préparer une farce d'un poids égal à la chair de la volaille et composée d'un fin hachis de porc et de veau (250 g de chaque environ), mélangé à 100 g de jambon d'York, 2 œufs, 1 dl de cognac, une grosse pincée de quatre-épices, du sel et du poivre. Procéder ensuite comme pour la ballottine d'agneau braisée. On peut préparer de même des ballottines de dindonneau, de pigeon ou de pintade, en ajoutant à la farce des quantités variables de foie gras et de truffes.

ballottine de poularde en chaud-froid

Préparer la ballottine comme pour la servir en gelée, mais la napper de sauce chaud-froid.

BALTHAZAR Mot qui désigne aussi bien un festin magnifique que, depuis 1800, une grosse bouteille de champagne.

Dans les deux cas, il fait allusion à une scène de l'Ancien Testament : Balthazar, le dernier roi de Babylone, offre à mille de ses dignitaires un banquet somptueux, au cours duquel il fait servir le vin dans les vases sacrés que son père, Nabuchodonosor, a volés dans le Temple de Jérusalem. La nuit même, le sacrilège est puni par la main de Dieu.

Le mot « balthazar » a pris un sens ironique lorsqu'il désigne un banquet ; en revanche, il demeure l'appellation de la bouteille de champagne d'une contenance de seize bouteilles ordinaires, la taille supérieure, d'une contenance de vingt bouteilles, étant appelée « nabuchodonosor ».

BALZAC (HONORÉ DE) Écrivain français (Tours 1799 - Paris 1850). Durant ses périodes de création, l'auteur de *la Comédie humaine* se cloîtrait, abusant de café et se nourrissant uniquement d'œufs et de fruits, mais il retrouvait un appétit pantagruélique quand il réapparaissait dans le monde.

Dans ses romans, Balzac met en scène plusieurs gourmets, tels le cousin Pons, amateur de cailles au gratin et de bœuf miroton, le père Rouget *(la Rabouilleuse)*, qui estime qu'une omelette est plus délicate lorsque les blancs et les jaunes sont battus séparément, et le vidame de Pamiers *(le Cabinet des antiques)*, qui démontre qu'un dîner réussi ne doit pas réunir plus de six convives.

L'écrivain prend souvent pour décor des tables célèbres du Paris des années 1830. Mais la cuisine de province lui semble souvent encore plus estimable, parce que les plats y sont « mieux étudiés, médités ».

Balzac édite aussi un recueil de textes gourmands (*le Gastronome français ou l'Art de bien vivre,* 1828), dont il écrit la préface sans la signer, et fait paraître une *Physiologie gastronomique* en 1830. Il publie un *Traité des excitants modernes* (1833) et se consacre au même sujet en annexe à une réédition (1839) de la *Physiologie du goût* d'Anthelme Brillat-Savarin.

BAMBOCHE (EN) Se dit d'un apprêt de morue frite, accompagné d'œufs frits. Le mot vient de l'italien *bamboccio*, « pantin », peut-être par allusion aux tressautements des morceaux de poisson dans la friture.

▶ **Recette** : ŒUF FRIT.

BAMBOU Plante de la famille des graminacées, commune dans toute l'Asie tropicale, dont les jeunes pousses, tendres et légèrement croquantes, sont consommées comme légume. Les Japonais apprécient également les graines de bambou, assez farineuses, tandis que les feuilles servent à cuire des mets à la vapeur au Viêt Nam et en Chine ; au Cambodge, ce sont les cannes elles-mêmes qui sont utilisées comme récipients pour cuisiner de la viande hachée.

En Europe, on trouve les pousses de bambou séchées ou en conserve, au naturel ou au vinaigre. Elles contiennent beaucoup d'eau et sont faiblement caloriques, mais riches en vitamine B et en phosphore.

Très populaires en Chine et dans toute l'Asie des moussons, les pousses de bambou, détaillées en lamelles ou en bâtonnets, entrent dans la composition de nombreux hors-d'œuvre et soupes. Émincées et bouillies, sautées ou braisées, elles accompagnent viandes et poissons. Au Japon, c'est le légume de printemps par excellence : elles sont indispensables pour confectionner le sukiyaki. Toute l'année, les pousses de bambou figurent dans les potées familiales et dans les apprêts raffinés de la cérémonie du thé.

BAN DES VENDANGES Arrêté fixant, à l'époque féodale, dans chaque commune, la date du début des vendanges. Celle-ci était fondée empiriquement sur l'aspect des grappes, la dégustation des grains et certaines traditions locales (par exemple, enBourgogne, « cent jours après la floraison des lis »). Le ban, proclamé par « cri public » et à son de trompe, visait à obtenir des vins de qualité en empêchant les vignerons de cueillir le raisin avant maturité, mais cet acte d'autorité du seigneur (il existait d'autres bans pour la fauchaison, les moissons, etc.) provoqua parfois des rébellions.

BANANA SPLIT Coupe glacée, créée aux États-Unis, dont l'élément principal est une banane fendue dans le sens de la longueur (*split* signifie « fente »). Celle-ci est surmontée de trois boules de glace (d'un seul ou de différents parfums : vanille, chocolat, fraise), nappées de sauce au chocolat, puis décorées de crème fouettée et de cerises confites. On peut remplacer le chocolat par un coulis de fraise, utiliser en décor des amandes effilées, ou des noisettes concassées, ou des coques de meringue de chaque côté.

BANANE Fruit du bananier, plante à longues feuilles de la famille des musacées, originaire de l'Inde, cultivé dans les régions tropicales (Antilles, Afrique, Amérique du Sud). Chaque plante porte un régime de 50 à 200 fruits à pulpe blanche, charnue et sucrée.

On distingue deux grandes catégories de bananes : les bananes proprement dites, que l'on consomme surtout comme fruits, crues ou cuites, mais aussi en apprêts salés, et les bananes plantains, que l'on utilise comme légume, toujours cuites.

■ **Banane fruit.** Encore rare à l'époque de la Renaissance, la banane, introduite en France par les Portugais, est devenue courante à partir du XVIIIe siècle (voir planche des fruits exotiques pages 502 et 503).

Bien protégée par sa peau épaisse, elle continue à mûrir après l'achat et peut se conserver plusieurs jours. (On évitera de la mettre dans le réfrigérateur, car elle noircit au froid.) Quel que soit son apprêt, on la débarrasse toujours de sa peau et des filaments blancs qui adhèrent à sa chair.

Nourrissante, énergétique (99 Kcal pour 100 g), riche en potassium, en vitamines A, C et K, en glucides (environ 23 g pour 100 g), la banane crue est un bon aliment de croissance. Elle contient également des pectines, qui contribuent à son onctuosité, et de l'acide malique, qui la rend rafraîchissante quand on la mange crue. Ses apprêts cuits révèlent pleinement son arôme ; enrichis de sucre, de beurre ou d'alcool, ils donnent des desserts savoureux. Outre ses nombreuses préparations sucrées, elle peut aussi servir de légume cuit pour accompagner les mets « à la créole » ou « à l'antillaise ».

La banane séchée, encore plus énergétique que la banane fraîche (285 Kcal pour 100 g), est un aliment de sportif, mais on l'utilise également dans des compotes et des salades de fruits secs.

■ **Banane plantain.** Dotée d'une peau verte et d'une chair un peu rosée, assez ferme, la banane plantain est généralement plus grosse et plus longue que

la banane fruit et contient davantage d'amidon et moins de sucre que cette dernière. Selon les variétés *(french plantain, horn, ti-nain)*, la cuisson dure de 15 à 45 min. En ragoût, frite ou réduite en purée, la banane plantain accompagne de nombreux plats de la cuisine antillaise, sud-américaine ou africaine (voir planche des légumes exotiques page 615).

bananes Beauharnais
Peler 6 bananes et ôter les filandres, les ranger dans un plat à feu beurré, les poudrer de sucre semoule et les arroser de 4 cuillerées à soupe de rhum blanc. Faire partir sur le feu, puis cuire 5 min dans le four préchauffé à 220 °C. Arroser de crème fraîche épaisse, parsemer de macaron écrasé, verser un peu de beurre fondu, puis faire glacer à four très chaud.

bananes à la créole gratinées
Choisir des bananes bien fermes ; ôter une languette de peau assez large sur toute la longueur ; extraire la chair d'un seul tenant, sans l'écraser, et la citronner. Blanchir les seules peaux 2 min à l'eau bouillante, non salée, les rafraîchir, les éponger. Couper les chairs en rondelles et les faire macérer 30 min avec du jus de citron, du sucre et du rhum. Garnir chaque peau d'une couche de riz à entremets additionné d'un salpicon de fruits confits. Disposer dessus, verticalement, les rondelles de bananes. Poudrer de macarons finement écrasés. Arroser de beurre fondu. Faire gratiner à four très chaud (300 °C environ).

bananes flambées
Peler des bananes fermes et ôter les filandres ; les cuire 15 min au beurre au four préchauffé à 200 °C ou dans un sirop vanillé sans les laisser ramollir. Les égoutter. Faire chauffer du rhum, de l'armagnac ou du cognac et en arroser les bananes. Flamber au moment de servir.

bananes soufflées
Choisir des bananes mûres, mais fermes. Retirer une languette de peau et extraire la chair ; la citronner et s'en servir pour préparer un appareil à soufflé. Répartir cette préparation dans les peaux nettoyées. Lisser la surface. Cuire de 8 à 9 min dans le four préchauffé à 200 °C. Servir aussitôt.

beignets de banane → BEIGNET
cocktail à la banane → COCKTAIL

RECETTE DU RESTAURANT *APICIUS*,
JEAN-PIERRE VIGATO, À PARIS

croustillant choco banane
« Faire fondre doucement 200 g de beurre ; ajouter 60 g de cacao en poudre et 40 g de sucre glace. Badigeonner de ce mélange des feuilles de brik et cuire 8 min au four préchauffé à 200 °C. Superposer ensuite trois fois une feuille de brik, une couche de banane écrasée et une couche de glace à la vanille. Décorer de poudre de cacao. »

poulet sauté aux bananes plantains → POULET

BANDOL Vin AOC, puissant et généreux, issu à 50 % au moins du cépage mourvèdre, produit dans la région de Bandol, petit port de Provence situé entre Toulon et La Ciotat (voir PROVENCE).

BANON Fromage provençal de lait de vache, de chèvre ou de brebis (45 % de matières grasses), à pâte molle et à croûte naturelle (voir tableau des fromages français page 494). Il porte le nom d'un village de haute Provence et se présente sous la forme d'un petit cylindre emballé dans des feuilles de châtaignier ficelées avec du raphia. Il a une saveur douce ou noisetée et est parfois aromatisé avec des brindilles de sarriette et s'appelle alors banon au pèbre d'aï (« poivre d'âne »), du nom provençal de cette herbe aromatique.

BANQUET Repas fastueux ou solennel, réunissant un grand nombre de convives à l'occasion d'une fête ou d'un événement marquant de la vie sociale ou politique. Le mot, qui date du début du XIVe siècle, vient de l'italien *banchetto*, « petit banc » sur lequel s'asseyaient les invités.

Caractéristiques des différentes variétés de bananes

variétés	provenance	aspect	saveur
banane plantain	Amérique centrale, Amérique du Sud, Antilles	grosse, longue, arête marquée	farineuse, peu sucrée
figue rose	Côte d'Ivoire, Antilles	moyenne, peau pourpre	fruitée, assez sucrée
figue sucrée ou freysinette	Amérique du Sud, Antilles, Côte d'Ivoire	très courte (6-8 cm), peau lisse, chair ferme	très sucrée, plaisante
grande naine ou giant cavendish	Amérique centrale, Amérique du Sud, Martinique	longue, assez courbée	fondante, très parfumée
petite naine ou dwarf cavendish	Canaries	moyennement longue, courbée	fondante, très parfumée
doyo	Cameroun, Côte d'Ivoire, Amérique centrale, Amérique du Sud, Antilles	longue, mi-droite	fondante, très parfumée

■ **Fonction sacrée et vertus civiques.** Très tôt dans l'histoire de l'homme, la notion de repas en commun s'est confondue avec un rite magique : l'individu devait se concilier les forces mystérieuses de la nature pour être heureux à la chasse ; en mangeant avec ses compagnons l'animal qu'ils avaient tué, il reconstituait ses forces physiques et mentales. Les sacrifices grecs étaient suivis d'un banquet : la viande était rôtie, partagée entre les assistants et mangée sur place, non loin de l'autel. Dans ce contexte, le banquet était un acte de communion très significatif, sens que l'on retrouve dans les agapes des premiers chrétiens. Il y avait aussi, dans la Grèce antique, des banquets entre hommes, où comptaient surtout la discussion philosophique, les jeux de société et les chansons ; Platon en donne une évocation dans le *Banquet*.

Le banquet civique est également né chez les Grecs dans le but d'honorer la mémoire des Anciens : ces « repas de la cité », à caractère cérémoniel, réunissaient dans l'enceinte du prytanée des citoyens élus, vêtus de blanc et couronnés de fleurs.

■ **Faste et réjouissances publiques.** C'est avec les Romains que le banquet devint l'occasion d'étaler un luxe ostentatoire. Puis, à partir de l'époque de Charlemagne, la coutume voulait que le vassal offrît un banquet à son seigneur au moins une fois par an. La parade et le décor y étaient de règle. Les municipalités organisaient des banquets chaque fois qu'un événement mettait en présence le peuple et son souverain. En 1571, la ville de Paris fêta l'entrée d'Élisabeth d'Autriche dans la capitale par un banquet somptueux, au menu duquel figurait, entre autres, de la baleine.

■ **Pouvoir et politique.** Les banquets se doublèrent inévitablement de visées politiques. Quand Louis XIV traitait des centaines de courtisans dans les jardins de Versailles, il cherchait avant tout à montrer sa puissance ; plus tard, Talleyrand, qui mit l'art culinaire au service de la diplomatie, disait à Louis XVIII : « Sire, j'ai plus besoin de casseroles que d'instructions ». Le banquet devint un instrument de politique intérieure. Sous Louis-Philippe, Guizot supprima le droit de tenir des réunions publiques à des fins politiques. Les électeurs se réunirent alors dans des banquets. Le ministre finit par les interdire, mais trop tard. On dit que le roi, confiant, aurait déclaré : « Les Parisiens ne troqueront pas un trône pour un banquet. »

■ **Banquets et république.** Le 14 juillet 1889, un banquet offert par le gouvernement de la République, sous la présidence de Sadi Carnot, réunit tous les maires de France au palais de l'Industrie, à Paris, pour fêter le centenaire de la prise de la Bastille. Cette idée fut reprise par Émile Loubet pour le fameux « banquet des maires » du 22 septembre 1900. Filets de bœuf en Bellevue, pains de caneton de Rouen, poulardes de Bresse et ballottines de faisan figuraient au menu, prévu pour ranimer l'esprit républicain des édiles de la nation : 22 295 maires furent conviés dans le jardin des Tuileries, sous des tentes dressées pour l'occasion, et servis par les garçons de Potel et Chabot, qui circulaient à bicyclette le long des sept kilomètres de tables. Aujourd'hui, le 14 juillet, ont encore lieu en France de nombreux banquets républicains.

BANQUIÈRE (À LA) Se dit d'une garniture « riche » (d'où son nom), faite de quenelles de volaille, de champignons et de lames de truffe, qui accompagne notamment la volaille et les ris de veau, et garnit les croûtes, les timbales et les vol-au-vent, avec une sauce banquière.

BANVIN (DROIT DE) Monopole de la vente du vin nouveau, que le seigneur, au Moyen Âge, se réservait sur ses terres durant une période précise (généralement 40 jours avant l'ouverture de la saison de vente).

BANYULS Vin AOC doux naturel français, qui doit son nom à l'une des quatre communes du Roussillon sur le territoire desquelles il est produit (Banyuls, Cerbère, Collioure et Port-Vendres). Le vignoble, dont le cépage est le grenache noir, occupe des coteaux exposés à la tramontane et aux sols très arides, sur lesquels le travail est particulièrement pénible.

Le banyuls étant muté (sa fermentation est interrompue) à l'alcool, il conserve l'arôme du raisin et une partie de son sucre, plus importante si le mutage est précoce. L'appellation d'origine contrôlée impose que celui-ci ait lieu avant la fin de l'année de récolte et que le vin reste en cellier jusqu'au 1er septembre de l'année suivante.

Le « banyuls grand cru » doit subir un vieillissement en fût de bois de trente mois au moins avant d'être commercialisé ; il est qualifié de « sec » (ou « dry », ou « brut ») lorsqu'il contient moins de 54 g de sucre naturel par litre.

BAR Débit de boissons où l'on consomme en principe debout (ou assis sur un haut tabouret) devant un comptoir, le pied posé sur une barre (*bar* en anglais) de cuivre ou de bois.

À Paris, la tradition du « bar américain » est née dans les années 1910 et s'est développée entre les deux guerres avec la mode des cocktails. Certains bars avec une animation musicale (piano-bar), fréquentés par des personnalités en vue, devinrent célèbres. Ils servirent alors parfois de cadre à des événements de la vie politique, mondaine ou artistique.

Mais la plupart des débits de boissons de quartier sont des « cafés-bars » ou des « bars-cafés-tabacs », où l'on peut consommer toute la journée des boissons, alcoolisées ou non, et quelques plats.

BAR (POISSON) Poisson de mer, de la famille des serranidés, pêché surtout en Méditerranée et baptisé « loup » en Provence (voir planche des poissons de mer pages 820 et 821). Le bar est un prédateur vorace, long de 35 à 80 cm, qui aime les eaux agitées et les milieux rocheux ; il est relativement rare, et donc coûteux. Estimé depuis l'époque romaine, il a une chair fine et serrée, très maigre et délicate, et peu d'arêtes. Il permet des apprêts délicats.

▶
Filets de bar au vert de laitue
Recette de Roger Vergé
Voir page 86.



bar : préparation
Vider le poisson par les ouïes et par une petite incision à la base du ventre. L'écailler en remontant de la queue vers la tête, sauf s'il doit être poché, car les écailles maintiennent la chair, très fragile. Laver et essuyer le poisson. Pour le griller, ciseler la partie charnue du dos.

bar grillé
Parer un bar de 1 kg au maximum ; le badigeonner d'huile d'olive salée et poivrée ; le cuire doucement, dans un gril double, pour le retourner pendant la cuisson sans risquer de le briser. Dans le Midi, on fait griller les petits bars sur la braise, en les posant sur des branches de fenouil sec, qui les parfument. Servir avec un beurre d'anchois ou un beurre maître d'hôtel.

bars à la provençale
Préparer une sauce provençale. Parer des bars de 400 g ; les laver, les éponger ; les saler, les poivrer, les fariner et les dorer dans une poêle, à l'huile d'olive. Masquer d'un peu de sauce provençale un plat à feu. Y ranger les bars et les napper de sauce. Poudrer de chapelure fraîche, arroser d'un peu d'huile et gratiner dans le four préchauffé à 275 °C. Parsemer de persil ciselé et servir brûlant dans le plat de cuisson.

RECETTE DE ROGER VERGÉ

filets de bar au vert de laitue
« Vider et écailler un bar de 1,5 kg ; en détacher les filets et retirer la peau. Partager chaque filet en deux morceaux, saler et poivrer ; poudrer de farine. Faire chauffer dans une poêle 10 g de beurre et un filet d'huile d'olive ; y saisir les morceaux 1 min sur chaque face, puis les réserver. Faire bouillir 2 litres d'eau salée, y plonger les feuilles vertes de 2 ou 3 laitues et les retirer aussitôt avec une écumoire. Passer sous l'eau froide, égoutter. Plonger les cœurs de laitue dans la même eau en ébullition, les laisser 5 min. Les rafraîchir à l'eau froide et les égoutter. Les fendre en deux verticalement et les aplatir légèrement. Éponger les feuilles de laitue sur une serviette et en envelopper les filets. Beurrer un plat à gratin, le parsemer d'échalotes hachées et y disposer les cœurs de laitue aplatis. Répartir sur ce lit les morceaux de filets enveloppés de laitue. Mouiller de 1/2 dl de vin blanc sec et d'autant de vermouth. Faire cuire 12 min à four moyen (180 °C environ). Égoutter alors les filets et les cœurs de laitue, les dresser sur le plat de service chauffé. Verser la cuisson dans une casserole et laisser réduire à feu vif pour obtenir la valeur de 2 cuillerées à soupe. Mélanger dans un bol 3 cuillerées à soupe de crème avec un jaune d'œuf et les ajouter dans la casserole. Battre au fouet jusqu'au premier bouillon. Retirer du feu et incorporer 60 g de beurre coupé en dés. Saler et poivrer. Napper les filets et servir. »
(Voir photographie page 85.)

BAR TACHETÉ Poisson de l'ordre des perciformes, aussi appelé « perche de mer ». Pouvant atteindre 60 cm, il se distingue du bar par de nombreuses taches noires. Le bar tacheté vit sur les côtes de l'Atlantique, du golfe de Gascogne au Sénégal, mais il préfère les eaux calmes et vaseuses. Les prises se limitent en France à la Vendée. Il se cuisine souvent au gros sel.

BARATTE Appareil dans lequel on bat la crème pour fabriquer le beurre. La baratte traditionnelle est une sorte de tonneau en teck, tournant autour d'un axe horizontal ; les battes fixées aux parois favorisent l'« agitation » (sens original de l'ancien français *barate*, lui-même dérivé du scandinave *baratta*, « combat »). Les barattes industrielles modernes, en acier inoxydable, sont « continues ». Équipées de batteurs et de malaxeurs, elles sont maintenues à une température de 10 à 13 °C et leur vitesse de rotation va de 25 à 50 tours par minute.

BARBADINE Plante grimpante, de la famille des passifloracées, originaire d'Amérique du Sud, introduite aux Antilles au XIXe siècle.

Ses fruits ovoïdes mesurent 25 cm de long. Verts, ils s'utilisent en légumes. En mûrissant, ils deviennent jaunâtres ; leur pulpe, blanchâtre, acidulée, sert alors à préparer des boissons, des confitures et des sorbets. On fait également une gelée avec l'écorce. La pulpe des fruits bien mûrs se mange à la petite cuillère, arrosée de madère.

BARBARESCO Vin rouge italien du Piémont, issu du cépage nebbiolo, comme le barolo, mais plus léger. Il provient des communes de Barbaresco et de Neive et se caractérise par son fruité et sa finesse.

BARBE À PAPA Friandise faite de sucre cristallisé, coloré ou non, que l'on projette sur les parois d'une machine électrique tournant à grande vitesse ; en chauffant, le sucre forme des cheveux d'ange que l'on enroule autour d'un bâtonnet. La première machine, française, fonctionnant à la manivelle, apparut à l'Exposition universelle de 1900.

BARBECUE Appareil de cuisson à l'air libre, destiné à griller ou rôtir à la broche de la viande ou du poisson, et fonctionnant généralement au charbon de bois.

La cuisson sur la braise est le plus ancien des procédés de cuisine. La pratique du barbecue, d'origine américaine, est liée au souvenir de la conquête de l'Ouest. Aujourd'hui, cette pratique est typique des États américains du Sud et du Sud-Ouest, où elle prend parfois des proportions considérables : des pièces de viande énormes ou des animaux entiers cuisent sur des grilles très résistantes, au-dessus de fosses creusées dans le sol, et se mangent avec des haricots rouges et des épis de maïs.

Le barbecue fait toutefois surtout partie de la vie familiale ; hamburgers, petits poulets, saucisses et steaks restent les éléments de base, mais le poisson, les huîtres et le homard peuvent être grillés de la même façon.

Une autre tradition du barbecue est arrivée depuis plusieurs années du Japon : le *hibachi*, ou barbecue de table. Ce petit foyer rond, en fonte, est équipé d'une grille sur laquelle chaque convive dispose et fait cuire lui-même des brochettes ou des mets crus découpés à l'avance.

■ **Matériel.** Tous les appareils de cuisson à l'air libre doivent répondre à des normes, qui sont définies, en France, par l'Afnor.

La taille des barbecues varie selon que l'on dispose d'un jardin, d'une terrasse ou d'une simple table. Le foyer est soit en fonte (indéformable, mais lourde et cassante), soit en tôle (il faut alors que celle-ci soit assez épaisse) ; il bascule parfois à la verticale. La grille, rectangulaire ou circulaire, est en acier et souvent réglable en hauteur.

Le combustible est généralement du charbon de bois, éventuellement carbo-épuré, ce qui prolonge sensiblement l'intensité de la braise. Mais certains barbecues fonctionnent avec des pierres de lave chauffées au gaz butane, voire à l'énergie solaire.

Divers accessoires facilitent leur utilisation : tisonnier, pincettes, soufflet, gants de cuisine, cuillère et fourchette à long manche, broche à panier pour les poissons, brochettes, etc.

■ **Cuisson.** On peut tout faire griller ou rôtir au barbecue, sauf le veau et les poissons trop délicats. Le papier d'aluminium permet en outre d'y faire cuire en papillotes certains légumes (pommes de terre) et même des fruits (bananes) ; épis de maïs, poivrons, tomates, grosses têtes de champignon peuvent se cuire directement sur la grille, badigeonnés d'huile ou de beurre fondu. Certaines viandes seront plus savoureuses si elles ont mariné.

Pour commencer la cuisson, il faut attendre que le charbon de bois se soit suffisamment consumé pour être réduit à l'état de braise.

• BROCHE. Les viandes doivent être bien équilibrées sur leur support, puis rissolées près de la braise pour former une croûte qui empêchera l'écoulement des sucs, avant d'en être éloignées pour laisser la chaleur pénétrer à cœur.

• GRIL. Les poissons ou les viandes sont badigeonnés d'huile afin qu'ils ne se collent pas au métal chaud. Un poisson doit être vidé mais pas écaillé (la chair restera moelleuse) ; un petit poulet est fendu en deux, vidé et aplati pour cuire à la diable ; les gambas et les huîtres (en coquille) se posent directement sur la grille.

• BROCHETTES. Les éléments sont huilés, et les plus fragiles (coquillages, par exemple) enveloppés d'une fine tranche de lard maigre.

Quant aux sauces d'accompagnement, ce sont les mêmes que celles qui se servent traditionnellement avec les grillades et la fondue bourguignonne (au poivre, béarnaise, tartare).

BARBERA Cépage italien qui donne son nom à un vin rouge produit en grande quantité dans le Piémont. Le barbera a une couleur foncée et beaucoup de concentration. Il se boit jeune et peut produire une seconde fermentation en bouteille, qui donne au vin une fraîcheur inattendue pour un rouge.

BARBUE Poisson de mer de la famille des scotophthalmidés, mesurant de 30 à 75 cm et pesant de 1 à 2 kg, voire 3 (voir planche des poissons de mer pages 820 et 821). Le dessus du corps est lisse, gris ou beige avec de petites taches nacrées ; le dessous est blanc crème. La barbue se pêche sur les grands fonds sableux de l'Atlantique, mais elle devient rare. Ressemblant au turbot, elle en a la chair fine, maigre, blanche et nutritive.

On l'apprête de très nombreuses façons, en particulier au vin rouge ou blanc, au champagne et au cidre. On peut également la faire griller entière ou la rôtir. Pochée, elle admet toutes les garnitures de crevettes, de moules, d'huîtres ou d'écrevisses. Froide, elle s'accompagne de sauces variées.

barbue : préparation

Vider la barbue en l'incisant transversalement du côté foncé, au-dessous de la tête. L'écailler, l'ébarber en raccourcissant la queue et la laver à l'eau courante. Si le poisson doit être cuit entier, braisé ou poché, l'inciser en longueur du côté foncé, au centre. Décoller légèrement les filets et briser l'arête en deux ou trois endroits pour que la chair ne se déforme pas à la cuisson. Pour lever des filets à cru, placer la barbue vidée, écaillée et lavée sur la table, côté foncé dessous. Faire une longue incision en son milieu : y glisser la lame du couteau à plat et la passer sous les filets en les soulevant ; les détacher au niveau de la tête (en contournant celle-ci) et de la queue. Retourner le poisson et faire de même pour l'autre face. Enlever la peau des filets à l'aide d'un couteau à filets de sole.

barbue à la bonne femme

Parer une barbue. Beurrer un plat à feu, le parsemer d'échalote pelée et hachée, de persil haché et de 250 g de champignons de Paris nettoyés et émincés. Poser dessus la barbue. Mouiller de 1 dl de vin blanc sec et de 1 dl de fumet de poisson. Parsemer de toutes petites noisettes de beurre. Faire partir l'ébullition sur le feu, puis mettre au four préchauffé à 220 °C de 15 à 20 min, en arrosant le poisson deux ou trois fois. Couvrir de papier d'aluminium en fin de cuisson pour l'empêcher de sécher.

barbue braisée

Parer une barbue entière. Émincer et dorer au beurre quelques carottes pelées, 1 ou 2 oignons épluchés, 1 côte de céleri lavée ; ajouter des queues de persil avec du thym et du laurier. Beurrer une turbotière et en masquer le fond avec les légumes. Poser la barbue sur la grille et la mouiller à hauteur avec un fumet de poisson refroidi ; faire partir l'ébullition sur le feu, puis mettre au four préchauffé à 220 °C de 15 à 20 min, en arrosant plusieurs fois. Égoutter le poisson ; retirer sa peau. Écarter les filets, ôter l'arête, refermer les filets. Retourner la barbue désossée sur le plat de service beurré pour qu'elle présente son côté blanc. Passer, faire réduire et beurrer le fond de braisage ; en napper le poisson. On peut aussi le mouiller avec un mélange en parts égales de fumet de poisson et de vin.

barbue cardinal
Parer et ouvrir le poisson, le saler, le poivrer, puis le garnir de farce à brochet au beurre de homard. Pocher la barbue au vin blanc : elle doit être à peine recouverte. L'égoutter et la dresser sur le plat de service. Décorer de fins médaillons de homard, napper de sauce cardinal et parsemer de corail de homard.

barbue au chambertin
Parer une barbue entière ; l'entourer de 24 petits champignons nettoyés et mélanger en parts égales du fumet de poisson et du chambertin. Mouiller à hauteur. Cuire comme la barbue braisée. Dresser le poisson sur le plat de service, peau blanche dessus ; l'entourer des champignons ; le tenir au chaud à l'entrée du four. Faire réduire la cuisson de moitié. La lier avec 1 bonne cuillerée à soupe de beurre manié, à petits bouillons. Ajouter 50 g de beurre frais, mélanger, passer. Retirer la peau blanche de la barbue ; napper de sauce. On peut ajouter une garniture de petits oignons glacés « à la bourguignonne ».

barbue chérubin
Préparer et braiser une barbue. Dresser le poisson et l'entourer de petits tas de fondue de tomate très réduite, alternée avec des bouquets de truffe taillée en gros dés. Faire fondre dans du beurre une julienne de poivron rouge. Passer le fumet de cuisson, le faire réduire à glace et l'ajouter à une sauce hollandaise ainsi que la julienne de poivron. Napper la barbue de sauce et faire glacer vivement dans le four.

barbue à la dieppoise
Préparer 1/2 litre de fumet de poisson. Nettoyer 1 kg de moules et les cuire à la marinière. Faire un roux blanc avec 25 g de beurre, 25 g de farine, le mouiller du fumet de poisson et de 1 dl de la cuisson filtrée des moules. Y ajouter 1 cuillerée à soupe de champignons (ou de pieds de champignon) nettoyés et hachés grossièrement et 1 bouquet garni. Rectifier l'assaisonnement et faire mijoter de 20 à 25 min. Décortiquer les moules et les tenir au chaud sans ébullition dans le reste de leur cuisson. Saler une barbue parée de 750 g environ. Beurrer un plat, y mettre le poisson et l'arroser de 1,5 dl de vin blanc (il ne doit pas être recouvert). Faire partir l'ébullition sur le feu, puis mettre au four préchauffé à 220 °C de 15 à 18 min, en arrosant trois ou quatre fois. Délayer 2 jaunes d'œuf avec un peu du roux tiédi. Ajouter au reste du roux 60 g de queues de crevette décortiquées et la cuisson du poisson. Bien mélanger sur le feu, ajouter les moules chaudes égouttées et incorporer les jaunes délayés. Napper le poisson de cette sauce et servir très chaud.

filets de barbue à la créole
Lever les filets d'une barbue, les nettoyer et les assaisonner de sel, de poivre et d'un soupçon de poivre de Cayenne. Les fariner et les cuire à la poêle, à l'huile. Les arroser de jus de citron et les disposer sur le plat de service chauffé. Ajouter dans la poêle un hachis d'ail et de persil (1 cuillerée à soupe pour 6 filets), faire revenir et verser quelques gouttes d'huile aromatisée au piment. Napper les filets de barbue. Garnir le plat de demi-tomates revenues à l'huile, farcies de riz pilaf, et de dés de poivrons étuvés à l'huile.

filets de barbue Véron
Partager des filets de barbue en deux dans le sens de la longueur ; les saler, les poivrer, puis les paner au beurre et à la mie de pain. Les arroser de beurre fondu et les faire griller à feu doux. Les dresser sur un plat de service chaud et les masquer de sauce Véron.

BARDANE Grande plante herbacée, de la famille des composées, commune dans les terrains incultes. Connue sous les noms de teigne, herbe aux teigneux, gratteron, glouteron, etc., la bardane a des racines charnues qui s'accommodent soit comme des salsifis, soit comme des asperges ; ses jeunes pousses et ses feuilles, à la saveur rafraîchissante et un peu amère, servent à préparer des soupes ou se mangent braisées, en particulier dans le Midi et en Italie.

Les grandes feuilles sont utilisées, dans certaines régions, pour emballer le beurre ou des fromages frais. Demeurée sauvage en Europe, où elle n'est consommée que localement, la bardane est cultivée comme légume au Japon.

BARDE Mince bande de lard gras provenant de la bardière du porc, dont on enveloppe les rôtis de viande de boucherie, certains gibiers à plume et volailles, les paupiettes et même quelques poissons (rôtis en une seule pièce) pour les protéger d'une chaleur trop vive ; sa graisse empêche la chair de se dessécher. La barde est aussi utilisée pour améliorer la présentation. Mais, si elle a un goût trop prononcé, elle peut dénaturer celui de la viande qu'elle recouvre.

On « fonce » aussi de bardes de lard le récipient de cuisson des ragoûts et des braisés ainsi que les moules ou les croûtes des terrines et pâtés.

On retire la barde (on « débarde ») avant de servir, sauf dans le cas du perdreau et des autres gibiers.

Barder une volaille



Brider les ailes de la volaille. Découper la barde à la taille souhaitée, la poser sur la volaille et la maintenir en place par un double nœud de ficelle de cuisine. Le renforcer par un troisième nœud.

BARDET (ANDRÉ) Cuisinier-restaurateur français (La Flèche 1916 - *id.* 1994), qui a joué un rôle prépondérant dans le développement de la cuisine au Québec. Entré en apprentissage à quinze ans, il est chez *Prunier,* à Paris, quand éclate la guerre. En 1954, il ouvre, toujours à Paris, *l'Auberge sarthoise,* qui obtient une étoile au Michelin, puis, en 1959, à Montréal, *Chez Bardet,* qui va devenir LE restaurant français de la capitale.

Ne travaillant qu'avec des produits frais (ce qui est un tour de force à cette époque), il demeure obstinément fidèle à la tradition française. À côté des classiques qu'il respecte, ce grand saucier soigne quelques spécialités. Et sa cave, unique, se distingue autant par le nombre que par la qualité des bouteilles.

BARIGOULE (À LA) Se dit d'artichauts farcis et braisés. La barigoule est le nom provençal d'un champignon du genre lactaire. À l'origine, la recette paysanne consistait à faire cuire les artichauts comme ces champignons, c'est-à-dire coupés au ras de la queue, arrosés d'huile et grillés. Les cuisiniers provençaux ont ensuite élaboré une farce de jambon et de champignons hachés pour garnir les artichauts.

▶ **Recette** : ARTICHAUT.

BARMAN Spécialiste des cocktails, qui sert au comptoir d'un bar les boissons qu'il prépare et parfois invente, comme un chef crée un nouveau plat. Les barmans renommés, connus traditionnellement par leur prénom, font des carrières internationales, qui les conduisent de Rome à Londres, de Monte-Carlo à Biarritz et à Paris.

La meilleure formation est celle que l'on peut acquérir au fil du temps, car l'expérience s'enrichit en outre des conseils d'anciens. Ainsi se perpétue l'esprit du bar et des barmans : un service de qualité, un contact courtois avec les consommateurs, et une grande discrétion, car les confidences sont fréquentes.

BAROLO Vin rouge italien produit dans les collines du Piémont, autour du village de Barolo. Provenant du cépage nebbiolo, il est assez puissant et gagne à vieillir en fût avant d'être mis en bouteilles. Sombre de couleur, il rappelle certains côtes-du-rhône.

BARON Pièce de mouton ou d'agneau comprenant la selle anglaise et les deux gigots (voir planche de la découpe de l'agneau page 22). Le terme s'appliquait à l'origine au bœuf, mais ce morceau, trop important, n'est pratiquement jamais cuisiné.

Le baron d'agneau, lui, rôti au four ou à la broche, accompagné de légumes (endives braisées, haricots verts, flageolets, pommes de terre) arrosés du jus de cuisson, est l'une des pièces les plus spectaculaires de la cuisine française.

On raconte qu'un jour Henri VIII d'Angleterre, impressionné par un double aloyau rôti à la broche, le baptisa *Sir loin, Baron of beef,* ce qui signifie littéralement : « Messire dos, seigneur du bœuf » (en anglais moderne, *sirloin* désigne toujours l'aloyau ou le faux-filet, et *loin* la longe).

En 1952, l'Académie française voulut imposer l'orthographe « bas-rond », mais, devant les protestations émises par les bouchers et les restaurateurs, on conserva la graphie traditionnelle.

BARQUETTE Petite croûte de forme ovale, destinée à recevoir diverses garnitures salées ou sucrées. (Selon l'apprêt, la barquette est soit cuite à blanc puis garnie, soit garnie à cru puis cuite.) Salée, elle se sert froide ou chaude, en hors-d'œuvre ou en entrée ; sucrée et garnie de fruits ou de crème, c'est une pâtisserie.

BARQUETTES SALÉES

barquettes aux anchois

Dessaler complètement des anchois et lever les filets. Couper en dés des champignons et des oignons épluchés, les faire sauter au beurre, les lier d'un peu de béchamel. Faire frire de la mie de pain rassis. Couper les filets d'anchois en dés et les ajouter à la béchamel garnie. Emplir des barquettes cuites à blanc avec ce mélange, parsemer de mie de pain et passer au four.

barquettes aux champignons

Préparer des œufs brouillés et une duxelles de champignons. Étaler dans des barquettes cuites à blanc une couche d'œufs brouillés, puis une couche de duxelles. Faire frire de la mie de pain et en parsemer les barquettes. Passer quelques minutes à four chaud.

barquettes au fromage

Émincer des champignons et les dorer au beurre. Préparer une béchamel, y ajouter du gruyère, puis les champignons sautés. Remplir les barquettes de ce mélange, parsemer de chapelure, arroser de beurre fondu et faire gratiner à four chaud.

barquettes aux laitances

Pocher des laitances. Nettoyer, émincer et faire sauter des champignons. Préparer une béchamel. Emplir de champignons le fond des barquettes. Déposer une laitance dans chaque barquette. Napper de béchamel, parsemer de gruyère râpé et faire gratiner.

barquettes aux œufs brouillés et aux asperges

Préparer des œufs brouillés et des pointes (ou des tronçons) d'asperge. Emplir les barquettes d'œufs brouillés. Décorer avec les pointes d'asperge. Arroser de beurre fondu et réchauffer dans le four.

BARQUETTES SUCRÉES

barquettes aux abricots

Pour une quinzaine de pièces, préparer une pâte à foncer avec 250 g de farine tamisée, 5 g de sel, 10 g de sucre, 1 jaune d'œuf, 125 g de beurre et 1 dl d'eau environ. L'abaisser sur 3 à 4 mm, la découper avec un emporte-pièce ovale cannelé ; foncer les moules à barquettes ; piquer le fond, puis le poudrer d'une légère pincée de sucre en poudre. Dénoyauter

des abricots et les couper en quatre. Ranger les quartiers dans les barquettes, peau en dessous et dans le sens de la longueur. Cuire 20 min au four préchauffé à 200 °C. Démouler et laisser refroidir sur une grille. Napper chaque barquette avec de la marmelade d'abricot passée au tamis et la garnir de 2 demi-amandes mondées.

barquettes aux framboises
Cuire à blanc des barquettes en pâte brisée ; les laisser refroidir. Étaler au fond un peu de crème pâtissière. Disposer les framboises au-dessus. Faire tiédir de la gelée de groseille (ou de framboise) et en napper les fruits.

barquettes aux marrons
Cuire à blanc des croûtes à barquette et les emplir de crème de marron. On peut les décorer de crème Chantilly posée à la poche à douille et d'une violette en sucre, ou façonner la crème en dôme à deux pans, glacés l'un au café, l'autre au chocolat, et coiffés d'un liseré de crème au beurre à la vanille.

BARRACUDA Poisson des mers tropicales, de la famille des sphyrénidés, courant sur les côtes africaines, où il est parfois vendu sous le nom de « faux brochet ». Il en existe plusieurs espèces, toutes avec un corps allongé, une tête longue et large et un museau pointu, mais le plus connu est le petit barracuda à bande dorée sur les flancs, qui ne dépasse guère 1 m de long. Il est vendu frais sur les marchés français, et sa chair, excellente et facile à cuisiner, se consomme grillée ou en carpaccio.

BARSAC Commune de la région bordelaise qui a donné son nom à des vins moelleux, aux arômes intenses, généralement moins liquoreux que les sauternes (voir BORDELAIS).

BAS DE CARRÉ Morceau de veau comprenant l'ensemble (non séparé) du collier et des côtes découvertes (voir planche de la découpe du veau page 1083). Le bas de carré est généralement désossé pour être vendu en rôtis à la cocotte, souvent roulés, bardés et ficelés. Coupé en petits morceaux, il est utilisé pour des blanquettes ou des sautés. Quand il n'est pas désossé, il est détaillé en côtelettes « découvertes », un peu plus moelleuses que le collier, et moins chères que les côtelettes premières ou filet.

BAS MORCEAU Morceau de boucherie situé à la partie inférieure de l'animal quand on considère celui-ci en position debout. Le terme n'est pas péjoratif, mais il s'applique à des morceaux à cuisson lente (à braiser et à bouillir), qui ne sont pas considérés comme « nobles », tels le filet et autres morceaux « du dessus » (à griller et à rôtir). Les morceaux « du dessous » comprennent le jarret, le flanchet, la bavette à pot-au-feu, la poitrine, le plat de côtes chez le bœuf ; le jarret, le flanchet, le tendron et la poitrine chez le veau ; le jarret et la poitrine chez le mouton et le porc. Les plats à cuisson lente (braisé, ragoût, pot-au-feu, daube, bourguignon, navarin) sont plus onctueux et plus savoureux avec les bas morceaux, qui comportent une certaine proportion de gras et de cartilage.

Sur une carcasse de bovin, les morceaux à cuisson lente (qui sont les plus économiques) représentent 50 % de la viande consommable.

BASELLE Plante herbacée des pays tropicaux, de la famille des basellacées, pouvant s'acclimater dans les régions tempérées bien ensoleillées. Sa tige volubile, qui atteint 2 m de haut, porte des feuilles qui, récoltées au fur et à mesure de la croissance, s'apprêtent comme les épinards. Aux Antilles, les baselles s'accommodent comme les brèdes.

BASILIC Plante aromatique, de la famille des labiacées, originaire de l'Inde (voir planche des herbes aromatiques page 561). Son nom, dérivé du grec *basilikos*, « royal », témoigne du prix qu'on lui attachait dès l'Antiquité. Les feuilles, qui ont une saveur prononcée de citron et de jasmin, condimentent de nombreux plats de la cuisine méridionale. Elles perdent une partie de leur arôme en séchant, mais se conservent très bien dans l'huile d'olive. Le basilic parfume ainsi les salades, les farces, les sauces et les omelettes, et aromatise les soupes (voir PISTOU) et les plats de pâtes.
▶ **Recettes** : HUILE, ROUGET-BARBET.

BASQUAISE (À LA) Se dit de divers apprêts où interviennent la tomate, le poivron, l'ail et, souvent, le jambon de Bayonne. On retrouve ce dernier, avec des cèpes sautés et des pommes Anna, dans la garniture basquaise, destinée aux grosses pièces de boucherie.
▶ **Recettes** : CALMAR, POMME DE TERRE.

BASQUE (PAYS) **Voir pages 92 et 93.**

BASSES CÔTES Morceau de boucherie issu de la découpe de l'avant du bœuf (voir planche de la découpe du bœuf pages 128 et 129). Commercialisées désossées, les basses côtes permettent des préparations savoureuses de pot-au-feu et de bœuf braisé ou de bourguignon. Détaillées en tranches, surtout dans leur partie postérieure (entrecôtes découvertes), elles fournissent des grillades un peu plus petites, mais moins chères que celles du milieu de train de côtes.

BASSIN Récipient profond et large, circulaire, en cuivre ou en étain, dans lequel retombait l'eau versée sur les mains lors des ablutions de table (voir AIGUIÈRE). Transformé peu à peu en pièce d'orfèvrerie, le bassin devint élément d'ornement. Fabriqué dès le XVIIe siècle en faïence de Rouen ou de Nevers, il servit de plus en plus à présenter viandes ou fruits, puis disparut.

BASSINE Large récipient de forme circulaire, généralement muni de deux poignées, utilisé pour préparer, cuire ou réserver des aliments.
• BASSINE À BLANCS D'ŒUF. En cuivre non étamé, elle est hémisphérique et munie d'un anneau permettant de la tenir avec le pouce (voir CUL-DE-POULE).

• **Bassine à légumes (sans poignée).** En fer-blanc ou en plastique, grande, elle sert à laver les légumes.
• **Bassine à sucre.** En cuivre non étamé, elle est hémisphérique et réservée à la cuisson du sucre.
• **Bassine à blanchir.** En cuivre non étamé, elle est cylindrique et sert à la cuisson à grande eau des légumes verts.
• **Bassine à friture.** En aluminium, en acier inoxydable ou en tôle noire (elle porte alors le nom imagé de « négresse »), elle est équipée d'un panier-égouttoir (voir FRITEUSE).
• **Bassine à ragoût (ou rondeau haut).** En aluminium renforcé, en acier inoxydable ou en cuivre, elle est cylindrique, profonde et munie d'un couvercle ; elle sert aussi à faire cuire les légumes et les potages.
• **Bassine à confiture.** En cuivre rouge, elle a des rebords arrondis.
• **Bassine-calotte.** En fer-blanc ou en acier inoxydable, elle sert (en restauration) à mélanger des appareils ou des crèmes, ou à les réserver.

BA-TA-CLAN Gâteau fait d'amandes fraîches pilées au mortier, auxquelles on incorpore des œufs un par un, puis du sucre, du rhum et enfin de la farine. Cuit dans un moule plat et cannelé, le ba-ta-clan est nappé d'un fondant aromatisé à la vanille.

Son nom vient d'un célèbre café-concert parisien de la fin du XIXe siècle, et sa recette est attribuée au pâtissier Lacam.

BATELIÈRE (À LA) Se dit d'une garniture de poisson composée de champignons de Paris pochés, de petits oignons glacés, d'œufs frits et d'écrevisses troussées. Cet apprêt concerne aussi une préparation de filets de sole dressés en barquettes – d'où son nom – sur un salpicon de queues d'écrevisse et de moules, nappés d'une sauce au vin blanc et aux fines herbes. Quant au maquereau à la batelière, il est simplement grillé et servi avec une sauce verte à part.

BÂTON OU **BÂTONNET** Petite pièce de pâtisserie de forme allongée, en feuilletage ou en pâte d'amande, qui entre dans la catégorie des petits-fours secs. Il accompagne les entremets et constitue des assortiments pour les buffets. En cuisine, les légumes taillés « en bâtonnets » ont la forme de parallélépipèdes plus ou moins allongés.

bâtonnets au cumin
Préparer une pâte à foncer fine sucrée. L'abaisser au rouleau, tout en la parsemant de graines de cumin, et la détailler en petits bâtonnets. Les rouler et les ranger sur une tôle de four beurrée. Dorer à l'œuf et cuire dans le four préchauffé à 240 °C pendant 10 min.

bâtons feuilletés glacés
Abaisser du feuilletage sur 3 mm. Le détailler en bandes de 8 cm de large. Glacer à la glace royale. Couper ces bandes en deux dans le sens de la longueur. Les placer sur une tôle beurrée et les cuire au four préchauffé à 200 ou 210 °C.

bâtons glacés à la vanille
Mélanger 250 g de poudre d'amande et 250 g de sucre, puis lier la pâte avec 3 blancs d'œuf. Parfumer avec 1 cuillerée à café de vanille en poudre. Huiler un marbre ; y étaler la pâte au rouleau sur 1 cm. Recouvrir cette abaisse d'une couche de glace royale parfumée à la vanille. Détailler en languettes de 2 cm de large sur 10 cm de long. Beurrer et fariner une tôle de four, et y disposer les bâtons. Mettre au four préchauffé à 160 °C et cuire 10 min.

BÂTON DE JACOB Éclair de petite taille, fourré de crème pâtissière et glacé de sucre au cassé. On l'appelle également « caroline ».

BÂTONNAGE Technique consistant à remuer à l'aide d'un bâton le vin contenu dans une barrique afin de remonter les lies fines qui se sont déposées au fond. Le vin acquiert ainsi davantage de gras et d'ampleur. Cette pratique s'est développée dans l'élevage des meilleurs vins blancs.

BATTE À CÔTELETTE Instrument servant à aplatir les côtelettes, les escalopes, les entrecôtes, les filets de poisson. En acier inoxydable, carrée et plate, avec une face unie et l'autre à deux pans inclinés, et munie d'un manche, cette batte est relativement lourde pour sa taille (900 g environ).

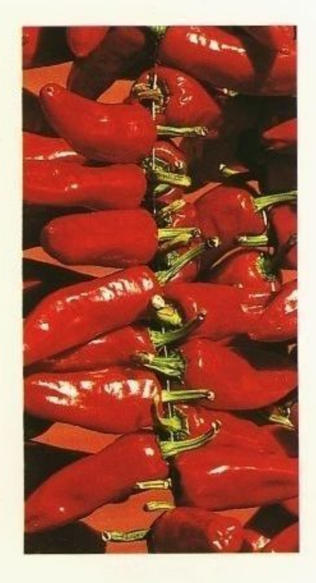
BATTERIE DE CUISINE Ensemble du gros matériel de cuisson, des ustensiles et des accessoires employés pour préparer et faire cuire les aliments.

■ **Histoire.** Les premiers pots et coupes étaient en terre et en bois, puis apparut l'airain. Les Hébreux se servaient de marmites métalliques et de fourchettes rudimentaires à deux dents pour piquer les aliments. Ces ustensiles connurent un net perfectionnement avec les Grecs : outre la poterie d'argile, ceux-ci employaient des vases de bronze, de fer et d'argent, la plupart du temps coniques et assez profonds, et une poêle, ancêtre des nôtres, qu'ils posaient sur des trépieds, au-dessus des braises. Les Romains héritèrent de ce matériel et le perfectionnèrent, tout en inventant des accessoires à vocation très précise. Les cuisines romaines disposaient d'un four maçonné et d'un évier à écoulement d'eau. Les ustensiles gaulois étaient rudimentaires (chaudrons, écuelles et crémaillères), mais des formes nouvelles apparurent avec les Mérovingiens, qui travaillaient le bronze avec art. Il faut attendre l'époque des croisades pour que l'Europe découvre les aiguières, les plateaux et les « vaisseaux » richement ouvragés. Au Moyen Âge, le fer forgé sert à fabriquer tous les accessoires de la cheminée, et de multiples objets spécialisés se révèlent indispensables.

La plupart des ustensiles de base dont nous nous servons existaient déjà sous la Renaissance, mais le perfectionnement technique et l'apparition de nouveaux matériaux – sans parler de l'imagination des fabricants – ont beaucoup diversifié la batterie de cuisine moderne.

Pays basque

À L'EXTRÉMITÉ OUEST DE LA CHAÎNE DES PYRÉNÉES ET S'OUVRANT SUR L'OCÉAN ATLANTIQUE, À CHEVAL SUR LA FRANCE ET L'ESPAGNE, LE PAYS BASQUE EST CONSTITUÉ, DU CÔTÉ FRANÇAIS, PAR TROIS PROVINCES : LA SOULE, LE LABOURD ET LA BASSE-NAVARRE. PEU ÉTENDU, IL FORME, AVEC LE BÉARN, LE DÉPARTEMENT DES PYRÉNÉES-ATLANTIQUES.



Les piments d'Espelette, parfumés et pas trop corsés, sèchent en guirlandes le long des murs crépis de blanc. Ils relèvent à merveille la saveur de la cuisine basquaise.

Le Pays basque possède une véritable identité culinaire, reflet d'une culture profondément originale. Ses produits sont réputés : jambon de Bayonne, piment d'Espelette, fromage de brebis, thon du golfe de Biscaye, pibales de l'Adour et de la Nivelle, chocolat.
Mais la cuisine basque doit surtout son originalité à la tonalité de ses préparations, dites « à la basquaise » : des apprêts où figurent tomate, poivron, ail et oignon, avec ou sans jambon de Bayonne. Ces ingrédients sont dans tous les plats, avec le piment bien entendu, dont le plus connu est celui d'Espelette. Frais ou séché, rouge ou vert, pulvérisé ou haché, mariné ou farci, en purée ou au vinaigre, le piment remplace volontiers le poivre et parfume même le jambon lors de sa conservation. On le retrouve évidemment dans la grande spécialité basque, la piperade, qui est une fondue de piments verts doux, et accommode des œufs brouillés, ou en omelette, avec des tranches de jambon cru poêlées ou des morceaux de poulet, ou encore du thon.
Autre légume souvent utilisé, le chou, que l'on cuisine en soupe, en gratin ou en fricassée avec une garniture de saucisses et de lard. Les broutes, tendres pousses des premiers choux de l'année, sont également appréciées.
Dans cette cuisine paysanne, les céréales sont de tradition. Le maïs est encore présent dans des recettes anciennes comme la méture (pain de maïs), mais il cède peu à peu la place au riz, que l'on trouve dans les farces (poivrons farcis) ou en plat unique comme le fameux riz gachucha, avec lardons, chorizo, piments, oignons et coulis de tomate.
La viande est cuisinée le plus souvent en ragoût ou grillée. Agneau et mouton sont à la base de plats de tradition comme l'agneau chilindron (aux poivrons et à la tomate), l'épaule farcie, le tripotcha (boudin de mouton épicé) ou le zikiro (mouton grillé).
Le porc fournit avant tout le jambon de Bayonne, mais aussi des charcuteries originales comme les louquenkas, petites saucisses au piment et à l'ail, et la ventrèche.
La cuisine basque est aussi naturellement orientée vers la mer. Le thon, rouge ou blanc, piqué d'ail et grillé ou mijoté en cocotte, tient la vedette, suivi de près par la morue, préparée à la biskaïna ou en soupe, et le merlu, en cocotte à la koskera (avec des légumes).
Les crustacés (langoustes, crabes ou araignées) se dégustent nature ou farcis.
Enfin, les chipirons (calmars) mijotent dans leur encre avec du vin blanc.
Les fromages du Pays basque sont peu nombreux mais excellents, comme l'ossau-iraty-brebis-Pyrénées, qui bénéficie d'une appellation d'origine contrôlée.
Les desserts sont rustiques, souvent à base de maïs (flans et bouillies sucrées comme le morokil, galettes ou beignets comme les kruxpetas), mais le fleuron de la pâtisserie est le célèbre gâteau basque, fourré aux cerises d'Itxassou. Le Pays basque offre aussi d'excellents chocolats (Bayonne) et tourons aux amandes.

SOUPES

Soupe à l'ail, elzekaria, soupe au chou, ttoro
Les soupes font partie des traditions : la soupe à l'ail, l'elzekaria qui réunit chou, oignon et haricots, ail et vinaigre, la salda (soupe) au chou blanc. Mais la plus célèbre reste celle des pêcheurs de Saint-Jean-de-Luz, ou ttoro, qui existe sous de nombreuses variantes : de la plus simple (à la morue et aux légumes) à la plus riche, avec un vaste assortiment de poissons comme le grondin, le congre, la lotte et une tête de merlu, que complètent langoustines, moules et même langouste ; le tout étant assaisonné d'aromates, de piments doux et forts. À Biarritz, elle est confectionnée avec des poissons blancs, de l'oseille et liée à l'œuf.

POISSONS ET FRUITS DE MER

Besugo, marmitako, truite au jambon
Les recettes de poissons sont souvent simples, à base d'ail et de piment, mais originales comme les cocochas (bajoues de colin) ou les pibales (alevins d'anguille). Certaines d'entre elles sont de facture plus traditionnelle, comme le besugo, qui est une dorade cuite au four avec oignons, ail et piment (plat de Noël), et le marmitako, un ragoût de thon aux pommes de terre, tomates, piments et ail.
La truite au jambon se cuisine à la poêle : le poisson, nettoyé, assaisonné et fariné, est sauté puis accompagné de jambon préparé avec ail et vinaigre, et parsemé de persil.

VIANDES

Hachua, gras-double, épaule de veau
Le plat de viande le plus typiquement basque est le hachua, fait de petits morceaux de bœuf ou de veau sautés et mijotés avec oignons, ail et piments.
On cuisine aussi le bœuf aux anchois, en estouffade au vin rouge ou en ragoût avec des poivrons.
Le gras-double à la mode basque, au lard, aux aromates et au vin blanc, se sert avec des poivrons sautés dans du saindoux.
L'épaule de veau farcie de tranches de jambon de Bayonne est mijotée en cocotte avec des petits oignons, et garnie de riz.

Volailles : poulet basquaise
Voici la plus connue des recettes basques ! Préalablement sautés avec de l'oignon, les morceaux de poulet mijotent en cocotte avec tomates, piments, dés de jambon de Bayonne, le tout étant agrémenté d'ail et de piment. Ce plat est généralement accompagné de riz blanc nature.

PÂTISSERIES

Catalambroca, kokas
Le catalambroca est un célèbre gâteau confectionné traditionnellement lors des mariages. À base de farine, d'œufs, de sucre, parfumé d'amandes, de zestes d'agrumes et parfois de rhum, il est cuit sur une broche verticale garnie d'un moule en forme de cône. La pâte est versée petit à petit et chaque nouvelle couche de pâte adhère à la précédente, au fur et à mesure de la cuisson.
Les kokas, eux, font partie des recettes « de tous les jours ». Ce sont de simples flans, agrémentés ou non de fruits (le plus souvent cerises ou pruneaux).

VINS ET LIQUEURS

Irouléguy, Izarra
Seule appellation du vignoble basque, l'irouléguy est issu principalement du cépage tannat mais aussi du cabernet franc et du cabernet-sauvignon. Les vins rouges composent les deux tiers de la production, les rosés sont nombreux et les blancs très rares.
L'Izarra est une liqueur dont le goût inimitable tient à une élaboration assez complexe : plantes distillées dans de l'alcool, fruits macérés dans de l'armagnac, miel d'acacia, infusion de safran…
Il ne faut pas moins de 48 plantes pour obtenir l'Izarra verte, et 32 pour l'Izarra jaune !

CARTE



ENTRÉES

Cousinette, PAGE 341

Pimientos del piquillo farcis à la morue, PAGE 801

PLATS

Calmars sautés à la basquaise, PAGE 192

Calmars farcis, PAGE 190

Cocochas en sauce verte, PAGE 298

Darnes de merlu à la koskera, PAGE 669

Épaule de mouton en ballon, PAGE 694

LÉGUMES

Piperade, PAGE 804

Poivrons farcis, PAGE 824

DESSERTS

Gâteau au chocolat, PAGE 515

Truffes en chocolat au beurre, PAGE 1070



Espelette, village de l'arrière-pays, a conservé ses hautes maisons blanches aux volets rouges typiquement basques.

■ **Batterie de cuisine classique.**

• Ustensiles pour la préparation. Ils sont pratiquement tous indispensables :
– une planche à découper, la coutellerie de cuisine, un fusil, une lardoire, une aiguille à brider ;
– une râpe, une passoire à pieds, un chinois, un panier à salade, un fouet à sauce, un moulin à légumes ;
– des spatules et des cuillères en bois, une louche, une écumoire, un entonnoir, un ouvre-boîtes, un tire-bouchon, un décapsuleur ;
– un presse-agrumes, un bol à mélanges, un rouleau à pâtisserie, une poche à douille et ses douilles, une roulette à pâte ;
– des boîtes de rangement hermétiques en plastique et du papier d'aluminium.

• Ustensiles pour la cuisson. Certains d'entre eux sont interchangeables ou remplaçables :
– une grande marmite, éventuellement deux de tailles différentes ;
– un fait-tout et une cocotte (grande et ovale pour cuire les volailles) ;
– un autocuiseur ;
– une plaque à rôtir ;
– une sauteuse et deux poêles (une grande et une petite) ;
– une bassine à friture et son panier ;
– une série de cinq casseroles (de 12 à 20 cm) et leurs couvercles ;
– un plat à gratin et un plat à four ovale ;
– des ramequins et des plats à œufs en porcelaine à feu ;
– deux terrines à pâté (une grande et une petite) ;
– des moules à pâtisserie (au minimum un cercle à tarte et des moules à cake, à manqué, à charlotte et à savarin) ;
– une bassine à confitures et son écumoire ;
– un couscoussier (très utile pour toutes les cuissons à la vapeur) ;
– un réchaud à fondue et son caquelon.

• Appareils électroménagers. Ils ont beaucoup facilité le travail en cuisine :
– un batteur-mixeur et ses accessoires (voire un robot ménager) ;
– un hachoir ;
– un moulin à café ;
– éventuellement, une sorbetière.

• Ustensiles nouveaux et ustensiles oubliés. La cuisine venue d'ailleurs a fait connaître les premiers, les seconds sont de moins en moins utilisés.

La découverte de certains plats étrangers a introduit dans la batterie de cuisine des ustensiles nouveaux, tels le tajine marocain, le wok chinois et le *hibachi* (barbecue de table) japonais, sans en oublier d'autres, moins exotiques (plat à paella, poêle à blinis, machine à pâtes). Inversement, des objets traditionnels des campagnes ont tendance à disparaître (poterie de terre, claies, faisselles).

BATTEUR Ustensile de préparation muni d'accessoires rotatifs servant à battre, à mélanger ou à émulsionner. Le batteur simple peut être mécanique : c'est alors une sorte de fouet pour monter les blancs en neige. Le batteur est aujourd'hui plus souvent un appareil électrique (batteur-mixeur), fonctionnant à plusieurs vitesses (trois au maximum : rapide pour les blancs ; moyenne pour les crèmes, la mayonnaise, les veloutés et les potages ; lente pour les sauces, les purées mousselines et les bouillies légères). La gamme de ses accessoires, en plastique ou en métal, est étendue :
– fouets en fil métallique formant des anneaux fermés, pour monter les blancs d'œuf en neige et fouetter la chantilly ;
– fouets en fil métallique formant des rectangles fermés, pour les sauces émulsionnées, la mayonnaise ;
– fouets à spirales ou à crochets, pour mélanger des pâtes assez fluides, pétrir le beurre en pommade ;
– couteaux rotatifs, pour préparer des purées, des veloutés, des bouillies.

Le batteur est souvent lui-même un accessoire du robot ménager.

BATTRE Travailler énergiquement un élément ou une préparation pour en modifier la consistance, l'aspect ou la couleur. Pour donner du corps à une pâte levée, on la bat avec les mains sur un marbre à pâtisserie ; pour monter des œufs en neige, on les bat avec un fouet dans un bol ; pour les mélanger dans une terrine, on les bat en omelette avec une fourchette.

BAUDELAIRE (CHARLES) Poète français (Paris 1821 - *id.* 1867), qui chante notamment « les profondes joies du vin » en vers comme en prose. Quant à la cuisine, il l'aurait voulue voluptueuse, propre à enflammer les sens, alliant « la violence de l'acide prussique et la légèreté volatile de l'éther ».

BAUDRUCHE Partie du gros intestin correspondant au cæcum des diverses espèces animales et constituée d'une fine membrane extensible plus ou moins transparente. La baudruche de bœuf, la plus importante, sert d'enveloppe, après préparation, à divers produits de charcuterie (certains salamis, andouillettes et boudins, langue écarlate, mortadelle…).

BAUMKUCHEN Pièce montée creuse cuite à la broche. D'origine autrichienne, ce curieux gâteau est devenu au XIXe siècle un élément indispensable des fêtes de famille luxembourgeoises. Il se prépare à partir d'une pâte à biscuit, souvent parfumée de cardamome et d'autres épices, de citron râpé, de vanille et de rhum. Cette pâte liquide est versée couche par couche sur un rouleau de forme généralement conique qui tourne à feu ouvert autour de rampes à gaz ou électriques. Les couches restent visibles après la cuisson, donnant au gâteau l'aspect d'un tronc d'arbre coupé, d'où son nom (littéralement « gâteau arbre »). Le baumkuchen doit rester moelleux et se sert dressé verticalement et décoré. Il peut atteindre 1 m de hauteur.

BAVAROIS Entremets froid, fait d'une crème anglaise ou d'une purée de fruit collée à la gélatine, que l'on additionne de crème fouettée et de meringue italienne, et que l'on moule. Des manuels culinaires ont

confondu le bavarois avec un entremets assez proche, le moscovite. De nombreux gâteaux contemporains sont composés de bavarois diversement aromatisés, ce qui permet d'alléger certaines de ces pâtisseries.

Les bavarois rubanés se font avec des compositions de couleurs et de parfums différents, que l'on superpose par couches alternées.

bavarois à la crème : préparation

Mettre 3,5 dl de crème fraîche épaisse et 1,5 dl de lait dans le réfrigérateur. Dissoudre de 10 à 14 g de gélatine dans de l'eau froide. Faire bouillir 6,5 dl de lait avec 1 gousse de vanille. Travailler 8 jaunes d'œuf avec 250 g de sucre en poudre et une pincée de sel. Quand la préparation est parfaitement homogène, verser le lait (sans la gousse de vanille) et bien mélanger ; ajouter la gélatine et mélanger à nouveau. Sur feu doux, remuer sans discontinuer et sans laisser bouillir, jusqu'à ce que l'appareil nappe la cuillère. Puis verser celui-ci dans une jatte et le laisser refroidir, mais sans cesser de vanner. Fouetter à la main la crème fraîche et le lait froids. Dès que la crème commence à adhérer au fouet, lui ajouter 50 g de sucre en poudre, puis l'incorporer au mélange refroidi. Badigeonner un moule à bavarois (ou à savarin) d'huile d'amande douce. L'emplir à ras bord de l'appareil à bavarois. Recouvrir d'un papier sulfurisé et mettre 2 heures au moins au réfrigérateur. Pour démouler le bavarois, passer le fond du moule dans de l'eau chaude ; placer la coupe ou le compotier de service sur le dessus et retourner vivement le tout. Pour parfumer le bavarois, on peut aussi utiliser du café, du chocolat, du citron, de l'orange, de la liqueur (à raison de 2 cuillerées à café), du praliné, etc.

bavarois à la cévenole

Additionner un bavarois à la crème d'un volume égal de purée de marrons glacés parfumée au kirsch. Badigeonner d'huile d'amande douce un moule rond et y tasser la préparation. Faire prendre dans le réfrigérateur, puis démouler sur le plat de service. Garnir à la poche à douille de crème Chantilly et décorer de demi-marrons glacés.

bavarois à la créole

Badigeonner un moule à manqué d'huile d'amande douce. Le remplir de couches alternées de bavarois à la crème parfumé au rhum et de bavarois à l'ananas, en les séparant par un salpicon de bananes macérées au rhum. Faire prendre dans le compartiment à glaçons du réfrigérateur pendant 3 heures. Démouler le bavarois sur un plat rond et le décorer à la poche à douille de chantilly. Parsemer de pistaches effilées.

bavarois aux fruits

Faire tremper 30 g de gélatine dans de l'eau froide ; chauffer 5 dl de sirop (densité 1,2624) et y incorporer la gélatine dissoute. Laisser refroidir dans une jatte. Presser 3 citrons et ajouter le jus dans la jatte, ainsi que 5 dl de purée de fruit (abricot, ananas, cassis, fraise, framboise…). Fouetter à la main 3,5 dl de crème fraîche épaisse et 1,5 dl de lait, froids ; dès que la crème adhère au fouet, y incorporer 50 g de sucre. Achever le bavarois aux fruits comme le bavarois à la crème. Le napper éventuellement d'une sauce au fruit (le même que celui qui le parfume).

bavarois à la normande

Chemiser un moule à bavarois d'une couche de bavarois à la crème parfumé au calvados. Préparer une marmelade de pommes et y incorporer de la gélatine dissoute dans de l'eau. Fouetter de la crème épaisse froide avec du lait et du sucre. Mélanger la marmelade de pommes et la crème fouettée ; en emplir le moule. Achever comme le bavarois à la crème.

bavarois rubané au chocolat et à la vanille

Préparer un appareil à bavarois peu aromatisé ; le diviser en deux parts égales avant d'y incorporer la crème fouettée. Ramollir à chaleur douce 50 g de chocolat et l'ajouter à l'une des moitiés de l'appareil ; mélanger. Terminer séparément chacun des deux appareils en les mélangeant à la crème fouettée. Enduire d'huile d'amande douce un moule à douille. Le remplir, par couches alternées, avec les deux appareils, en ayant soin de ne verser une nouvelle couche que lorsque la précédente est bien prise.

BAVETTE Terme de boucherie désignant les muscles plats de l'abdomen des bovins (voir planche de la découpe du bœuf pages 128 et 129). La bavette d'aloyau est composée de fibres longues dont les faisceaux sont peu serrés ; elle donne des biftecks savoureux et juteux. La bavette de flanchet a des fibres plus serrées et est en général moins tendre. La bavette à pot-au-feu convient aussi pour les bouillis et les daubes ; elle ne figure plus dans les dénominations officielles.

BAZINE Semoule additionnée de levain, cuite à l'eau bouillante avec de l'huile. Dans les pays arabes, cette bouillie, qui a l'aspect d'une pâte élastique, constitue le repas traditionnel du matin pendant le ramadan ; servie avant le lever du soleil, elle est accompagnée de beurre, de miel et de jus de citron.

Mais le bazine fait aussi partie de la cuisine quotidienne : on l'arrose d'une soupe de poisson ou on lui ajoute des raisins secs et des morceaux de viande sautés. On peut aussi cuire la semoule sans levain, dans un bouillon de volaille, et l'accompagner d'œufs brouillés, ou la façonner en boulettes à cuire dans un bouillon.

BÉARN La cuisine béarnaise est riche, solide, avec des accents méridionaux, et elle n'est pas sans rappeler celle du Pays basque. Les spécialités incontournables du pays des Gascons et du roi Henri IV sont la poule au pot et la garbure, une soupe très consistante qui, accompagnée de trébucs (morceaux de confit d'oie ou de porc), constitue un plat unique. Les soupes se déclinent d'ailleurs de multiples façons, avec notamment le cousinat, ou cousinette, dans lequel mijotent des bettes et des carottes subtilement aromatisées, et l'ouillat, une sorte de soupe à l'oignon.

Gibiers et poissons participent aussi à la gastronomie locale, de même que les moutons et les bovins à la saveur si particulière ; les gourmets apprécient ainsi particulièrement les gigots d'agneau et les daubes de bœuf d'Ossau ou de la région de Barèges, sans oublier les confits, les jambons, les saucissons et andouilles d'Oloron, et les pâtés de foie gras d'Orthez.

Des desserts robustes, tels que la broye ou le millas, les pastis ou les galettes aux pruneaux, les feuilletés à la graisse d'oie, terminent les repas arrosés de vins régionaux puissants dont les plus connus portent les noms de jurançon, de pacherenc-du-vic-bihl et de madiran.

BÉARNAISE Sauce émulsionnée, faite de jaunes d'œuf montés à chaud sur une réduction de vinaigre d'alcool ou à l'estragon, additionnée d'estragon haché et à laquelle on incorpore du beurre clarifié.

Elle accompagne surtout les viandes et les poissons grillés. L'ajout d'autres éléments donne des sauces dérivées (arlésienne, Choron, Foyot, paloise, tyrolienne, Valois). Pour remonter une béarnaise qui a tourné, on lui incorpore petit à petit une cuillerée d'eau chaude (si la sauce est froide) ou froide (si la sauce est chaude).

Certains apprêts sont dits « à la béarnaise » bien qu'ils ne soient pas accompagnés de cette sauce : ils sont simplement inspirés de la cuisine du Béarn.

▶ **Recettes** : BOUDIN NOIR, CÈPE, POULE AU POT, SAUCE, TOURTE.

BÉATRIX Nom d'une garniture printanière pour grosses pièces de boucherie, comprenant des morilles fraîches étuvées, des petites carottes tournées glacées, des fonds d'artichaut sautés en quartiers et des pommes de terre nouvelles rissolées ou fondantes.

Cette appellation s'applique aussi à une salade composée, associant blancs de volaille, pommes de terre et pointes d'asperge assaisonnée par une mayonnaise légère et décorée d'une lame de truffe.

BEAUCAIRE Nom donné à diverses préparations (salade composée, soupe, anguille), qui rappellent la cuisine provençale et où le céleri est présent. Ce céleri figure encore à Beaucaire dans la salade traditionnelle du souper de Noël : céleri en branche et céleri-rave en julienne, avec endives, jambon et pommes acides, puis betteraves et pommes de terre en bordure.

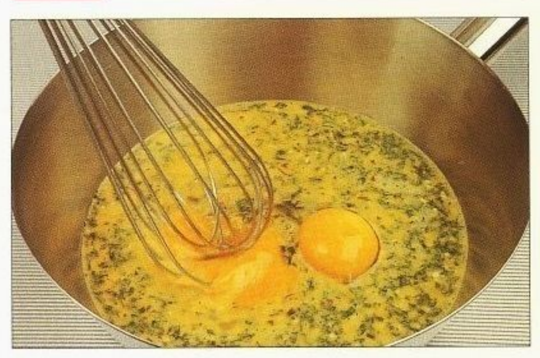
La soupe Beaucaire se compose de chou, de poireau et de céleri (que l'on fait suer au beurre et qui sont ensuite mouillés d'un fond blanc de volaille parfumé au basilic et à la marjolaine) ; on la garnit d'orge perlé et de dés de foie de volaille, et on la sert avec du fromage râpé.

Quant à l'anguille Beaucaire, elle est désossée, garnie d'une farce de poisson, placée sur un lit d'échalotes, d'oignons et de champignons, et braisée dans un peu de vin blanc et de cognac.

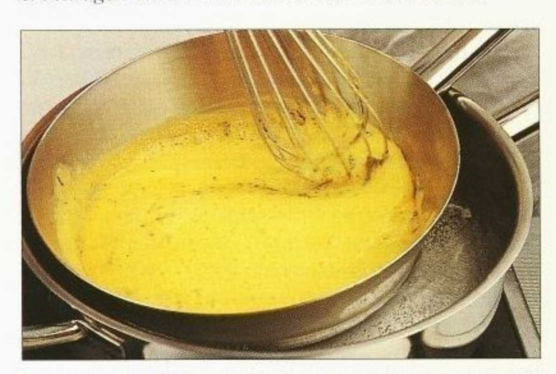
BEAUFORT Fromage AOC de lait de vache cru (48 % de matières grasses), à pâte pressée cuite et à croûte naturelle brossée (voir tableau des fromages français page 496). Sans trous, mais offrant parfois quelques « lainures » (minces fentes horizontales), le beaufort se présente en meules à talon concave pesant de 20 à 70 kg pour 35 à 75 cm de diamètre sur 11 à 16 cm d'épaisseur. Sa saveur fine et fruitée lui vient du lait des vaches de race tarine paissant sur un territoire qui s'étend sur la Maurienne, le Beaufortin, la Tarentaise, en Savoie.

Un label protège le beaufort « haute montagne », affiné pendant six mois en cave fraîche et humide, dans les différentes communes des arrondissements d'Albertville, Saint-Jean-de-Maurienne et Bonneville.

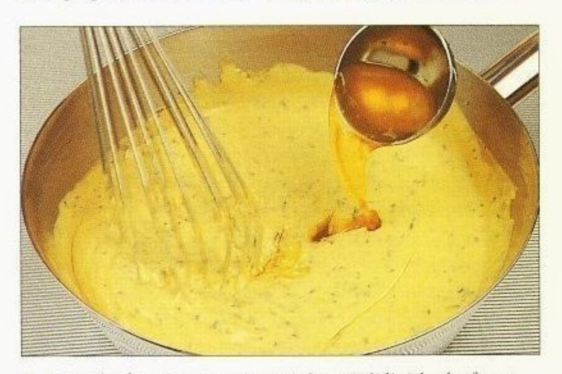
Confectionner une béarnaise



1. *Dans une sauteuse, faire réduire très lentement les échalotes finement ciselées, le vinaigre, la mignonnette et l'estragon haché. La réduction doit rester humide.*



2. *Laisser la réduction refroidir. Ajouter les jaunes d'œuf et bien mélanger au fouet. Amener progressivement cette préparation à 60-65 °C en fouettant constamment.*



3. *Hors du feu, incorporer petit à petit à l'aide du fouet le beurre clarifié et décanté. Passer la sauce au chinois ou à l'étamine et ajouter un peu d'estragon haché.*

Les meilleurs beauforts sont produits pendant la période des « cent jours » – de juin à septembre –, au moment où les vaches broutent l'herbe des alpages.

BEAUHARNAIS Nom d'une garniture pour petites pièces de boucherie, faite de champignons farcis et de quartiers d'artichaut sautés ou étuvés.

On appelle aussi « Beauharnais » un apprêt d'œufs mollets sur fonds d'artichaut.

Quant aux apprêts sucrés baptisés « Beauharnais » (à base de banane et de rhum), ils sont un souvenir direct des origines créoles de la première femme de Napoléon.

▶ **Recettes** : BANANE, TRUITE, VOLAILLE.

BEAUJOLAIS Région viticole située au sud de la Bourgogne et réputée pour ses vins rouges. Leur notoriété est principalement due au beaujolais primeur qui, chaque année, au début du mois de novembre, inonde le marché.

L'engouement pour ce vin jeune, léger et fruité, que l'on servait à l'origine dans les traditionnels bouchons lyonnais quelques semaines après les vendanges, a désormais gagné toutes les capitales européennes, et même le Japon.

Le beaujolais tire son nom de la cité médiévale de Beaujeu, mais, aujourd'hui, Villefranche-sur-Saône et Belleville sont devenues ses véritables capitales.

■ **Zones viticoles et cépages.** Le Beaujolais s'étend sur une zone allant du sud de Mâcon jusqu'à la banlieue lyonnaise, limitée à l'est par la vallée de la Saône. Les vignobles couvrent environ 22 000 hectares, du pied des coteaux jusqu'au sommet boisé des collines. Sous un climat plutôt chaud et sec, les vignes, protégées par ces collines contre les vents d'ouest, montent jusqu'à une altitude de 500 mètres.

La diversité géologique de la région entraîne des différences sensibles de terroir à terroir.

Dans le bas Beaujolais, entre Villefranche-sur-Saône et la vallée de l'Azergues, les terrains sédimentaires argileux et argilo-calcaires conviennent bien aux vins de primeur.

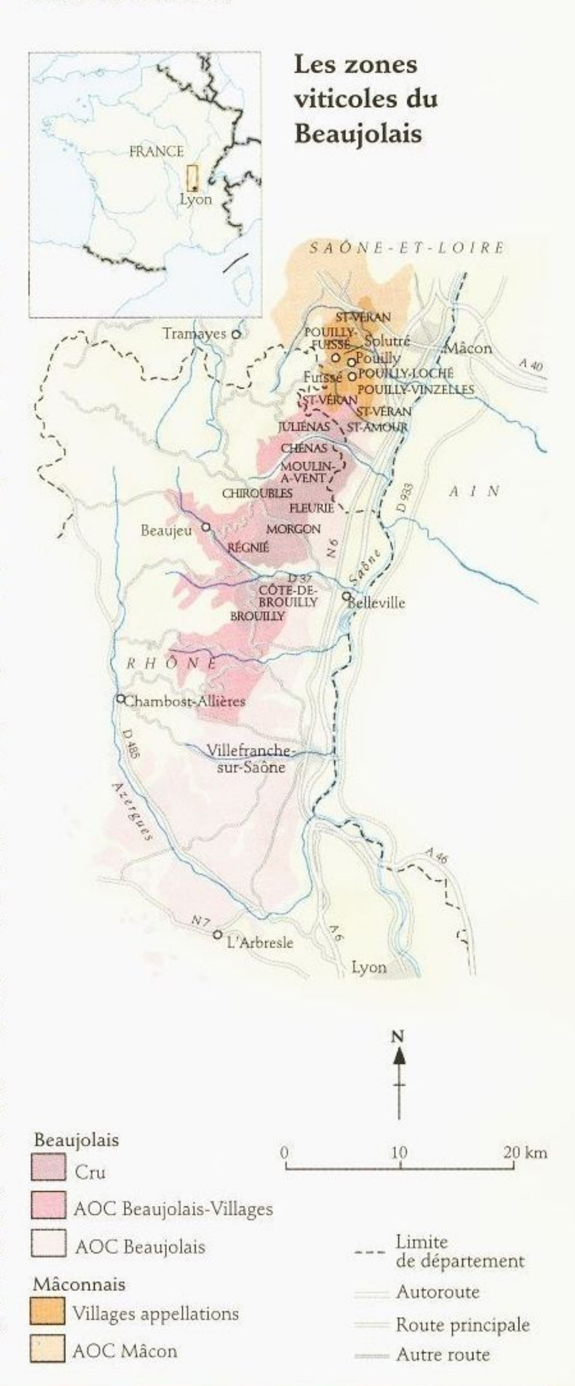
Au nord de Villefranche, le haut Beaujolais est le pays des crus. La terre du bas des coteaux est argileuse, d'aspect « cendreux » : c'est le sol type du chiroubles ou du fleurie, alors que les schistes donnent les terres lourdes du morgon.

À Brouilly, elles sont plus pierreuses et chargées d'oxydes métalliques, de débris calcaires ; enfin, celles du moulin-à-vent sont influencées par la présence de manganèse.

Ces sols si variés sont pourtant tous encépagés presque exclusivement en gamay (à 98 %), un gamay noir à jus blanc, qui débourre précocement, craint les gelées mais peut repousser après le gel.

■ **Vinification et vins.** Le cépage gamay, fruité et juteux, se prête particulièrement bien à la technique tout à fait particulière de vinification du beaujolais. On pratique ici en effet une variante locale de la macération carbonique, appelée méthode du Beaujolais, utilisant des grappes entières de raisin, qui ne sont donc pas vendangées à la machine.

Celles-ci sont versées dans la cuve, qui est ensuite scellée. Le gaz carbonique dégagé se condense au-dessus des grains en fermentation, ce qui ralentit le processus et agit comme un antiseptique. Les grappes du dessus écrasent celles du dessous, et la fermentation se fait dans le jus accumulé au fond de la cuve. Une fois cette première étape terminée, les raisins sont pressés et entament une nouvelle fermentation avec levurage sélectionné et contrôle thermique. Cette technique permet d'extraire le maximum de couleur et d'arômes. Pour les primeurs, la fermentation est réduite au minimum.



En revanche, pour les crus, elle est plus longue et s'effectue à des températures plus élevées, qui facilitent la concentration des tanins. Ainsi, certaines années, le vin fermente lentement dans les cuves jusqu'à une date avancée dans l'hiver ; il est ensuite élevé en fût durant le printemps et l'été, puis mis en bouteilles au mois de septembre de l'année suivante.

L'ensemble de la région a droit à l'AOC beaujolais, ou à la mention « beaujolais supérieur » si le degré d'alcool est plus élevé.

L'AOC beaujolais-villages couvre toute la partie nord du Beaujolais et comprend trente-neuf communes. Les vins qui sont regroupés sous cette appellation sont donc de styles très différents ; généralement, ils n'ont pas les qualités de garde des crus et se consomment entre un et deux ans.

Les grands crus sont situés dans le nord du Beaujolais, sur les monts qui dominent la vallée de la Saône ; seuls dix villages y sont autorisés à donner leur nom à leur vin : brouilly, chenas, chiroubles, côtes-de-brouilly, fleurie, juliénas, morgon, moulin-à-vent, régnié et saint-amour. Ce sont eux qui font la véritable renommée du beaujolais.

BEAUJOLAIS (VIN) Vin léger, désaltérant, bien fruité, le plus souvent rouge, qui se boit jeune et frais. Il trouve son terroir d'élection sur le sol granitique du Beaujolais (**voir** BEAUJOLAIS).

BEAUJOLAIS-VILLAGES Vin fruité plus charnu et plus alcoolisé que le beaujolais (**voir** BEAUJOLAIS).

BEAUNE Ville de résidence des anciens ducs de Bourgogne, située au cœur de la côte de Beaune, et mondialement connue pour la vente annuelle du vin de ses « hospices ».

Les hospices de Beaune furent édifiés en 1443 par le chancelier de Bourgogne, Nicolas Rolin, et son épouse, Guigone de Salin, afin d'accueillir les malades de la région.

Cette œuvre charitable reçut, au cours des siècles, de nombreuses donations, qui représentent aujourd'hui 43 hectares de vignes d'appellations réputées (aloxe-corton, savigny-lès-beaune, beaune, pommard, monthélie, auxey-duresses, meursault...).

Les vins sont rentrés chaque année dans les cuveries de l'hôtel-Dieu, mais ils ne sont pas distribués par les hospices : ils sont vendus aux enchères le troisième dimanche de novembre, au cours de l'une des plus importantes ventes de charité du monde (**voir** BOURGOGNE).

BEAUVILLIERS (ANTOINE) Cuisinier français (Paris 1754 - *id.* 1817). Il débuta en 1782 en fondant, rue de Richelieu, *la Grande Taverne de Londres,* qui fut le premier véritable restaurant de Paris. Le succès fut tel que Beauvilliers, à la veille de la Révolution, ouvrit un autre restaurant, à son nom, dans la galerie de Valois du Palais-Royal. Son renom, après une brève éclipse sous la Terreur, se maintint sous l'Empire et la Restauration, et l'établissement ne ferma ses portes qu'en 1825. Ayant été chef de cuisine du comte de Provence, Beauvilliers recevait ses clients l'épée au côté, en uniforme d'« officier de bouche de réserve ». Il écrivit en 1814 *l'Art du cuisinier* et collabora avec Antonin Carême à la rédaction de la *Cuisine ordinaire.*

BEAUVILLIERS Nom donné, en l'honneur du célèbre restaurateur du Palais-Royal, à une garniture pour grosses pièces de boucherie braisées, faite de salsifis étuvés avec du beurre, de petites tomates évidées, garnies de purée de cervelle et gratinées, et de cromesquis aux épinards. La sauce d'accompagnement est constituée par le fond de braisage.

▶ **Recette** : CROÛTE.

BEAUVILLIERS (GÂTEAU) Gâteau très consistant fait d'amandes pilées et de sucre mélangés avec du beurre, des œufs et beaucoup de farine (de froment et de riz). Après cuisson, le beauvilliers est enveloppé dans du papier d'étain, qui lui assure une bonne conservation : c'est le plus ancien des gâteaux dits « de voyage ».

Un autre biscuit de voyage comparable, le bonvalet, porte, lui aussi, le nom d'un célèbre pâtissier et restaurateur.

BÉCASSE Échassier migrateur de 60 cm d'envergure, de la famille des scolopacidés, au bec long et flexible, aux pattes courtes. La bécasse, gibier très estimé, se chasse en mars-avril et d'octobre à novembre (époque où elle est la plus grasse et la plus tendre). Assez rare et difficile à repérer, car elle a un plumage feuille-morte, elle jouit depuis longtemps d'une grande réputation gastronomique ; toutefois, sa commercialisation est interdite.

Dans la cuisine classique, on la laisse faisander de quatre à huit jours, et on en fait des salmis, des terrines ou des mousses. Dans les apprêts modernes, on la préfère fraîche et on la cuisine le plus souvent rôtie et non vidée.

bécasse : préparation

Contrairement aux volailles et aux autres gibiers à plume, la bécasse ne se bride pas, elle se trousse : le long bec pointu traverse les deux cuisses, et les pattes sont relevées et maintenues ensemble. Il est de coutume de lui retirer les yeux et de ne pas la vider, sauf le gésier ; les intestins, après cuisson, servent éventuellement à tartiner un canapé.

bécasse en casserole à la périgourdine

Garnir l'intérieur d'une bécasse d'une farce composée de ses intestins hachés, de foie gras et de truffe coupés en dés, le tout additionné de sel, de poivre, de quatre-épices et d'un filet d'armagnac. Trousser l'oiseau, le raidir au beurre dans une cocotte, l'assaisonner, l'arroser d'un petit verre d'armagnac et le mettre au four préchauffé à 275 °C, à couvert, de 15 à 18 min. Le retirer de la cocotte et déglacer celle-ci avec très peu de fumet de gibier ou de bouillon. Réchauffer et servir la bécasse dans son récipient de cuisson, après avoir ajouté de petites truffes.

bécasse en cocotte à la crème
Préparer et cuire une bécasse comme dans la recette précédente. L'arroser d'un filet de cognac, d'armagnac ou de calvados et de quelques cuillerées de crème fraîche. La mettre dans le four chaud et laisser réchauffer.

RECETTE DE LÉOPOLD MOURIER

bécasse froide à la Diane
« Faire rôtir la bécasse en la tenant saignante, puis la découper en filets. Piler la carcasse et l'intérieur avec une noix de foie gras et une noisette de beurre, muscade et fine champagne. Passer le tout au tamis, assaisonner de haut goût. Dresser cette farce sur de larges lames de truffe crues, macérées à la fine champagne. Reformer la bécasse en soudant les tranches avec les lames de truffe farcies et napper le tout avec une gelée de gibier très corsée. Faire bien refroidir (dans le réfrigérateur) avant de servir. »

bécasse Riche
Préparer 1 tasse de farce à gratin. Trousser une bécasse et la mettre au four préchauffé à 250 °C de 10 à 12 min. Dorer une tranche de pain de mie assez grande pour recevoir la bécasse et la tartiner largement de farce à gratin. Chauffer 1 verre à liqueur de fine champagne, l'enflammer et verser immédiatement dans le récipient de cuisson pour le déglacer. Ajouter alors 30 g de foie gras réduit en purée avec 30 g de beurre. Bien remuer pour homogénéiser la préparation. Dresser la bécasse sur le canapé et la napper de la sauce onctueuse.

bécasse sautée à l'armagnac
Cuire la bécasse à la cocotte de 10 à 12 min. La découper et placer les morceaux dans une casserole ou dans une terrine basse, beurrée, en les disposant en pyramide. Couvrir et tenir au chaud sans laisser bouillir. Déglacer d'un petit verre d'armagnac flambé (ou de fine champagne, de calvados, de whisky, etc.) le fond de cuisson de la bécasse ; hacher les intestins, presser la carcasse et les parures, ajouter au hachis le jus produit par ce pressage, 1 cuillerée de fumet de gibier et 1 filet de jus de citron. Relever de poivre de Cayenne. Verser ce coulis sur la bécasse. Réchauffer doucement, sans laisser bouillir.

bécasse sautée Brillat-Savarin
Cuire la bécasse en casserole. La défaire en morceaux et dresser ceux-ci dans une croûte à flan (en pâte à foncer et cuite à blanc). Garnir d'un salpicon de truffes et de foie gras lié de sauce demi-glace réduite, additionnée du jus de cuisson de la bécasse. On peut ajouter un salpicon de ris d'agneau ou de veau et de champignons sautés.

bécasse truffée rôtie
Mélanger à de la farce à volaille de petits dés de truffe passés au beurre. En farcir une bécasse vidée. Glisser quelques fines lames de truffe entre la peau et la chair de l'oiseau. Le trousser et le mettre au frais pendant 48 heures. Envelopper alors la bécasse de papier sulfurisé beurré ; ficeler. Mettre au four préchauffé à 275 °C de 18 à 20 min. Faire frire une tranche de pain, la tartiner avec les intestins et y dresser la bécasse. Déglacer le plat de cuisson d'un filet de cognac ou d'armagnac et verser sur la bécasse.

bécasses à la fine champagne
Cuire des bécasses à la casserole ou en cocotte, les découper et tenir les morceaux au chaud dans le plat de service. Presser complètement les carcasses et les piler aussi fortement que possible ; hacher très finement les parures (intestins, foies, cœurs, etc.). Déglacer à la fine champagne le plat de cuisson ; y verser le jus des carcasses pilées et passées au tamis, et le hachis de parures. Ajouter 1 filet de jus de citron et un soupçon de poivre de Cayenne. Verser sur les bécasses et servir chaud.

salmis de bécasse → SALMIS

BÉCASSINE Échassier migrateur de la famille des scolopacidés, plus petit que la bécasse (50 cm d'envergure), qui séjourne dans les marais, les étangs et les prés humides.

On chasse la bécassine d'août à avril (mais elle est meilleure en automne). Son plumage est brun-noir sur la tête et le dos, blanc dessous. Ses apprêts sont les mêmes que ceux de la bécasse.

▶ **Recette** : PÂTÉ.

BECFIGUE Nom donné à divers petits passereaux du type fauvette (famille des sylviidés). Au cours de leur migration d'automne, les becfigues traversent la France vers le sud au moment où les figues sont mûres (d'où leur nom), de même que le raisin, dont ils sont très friands.

Anthelme Brillat-Savarin fut leur chantre, mais ils étaient déjà très appréciés des Romains. Chassés abusivement, ils sont aujourd'hui protégés.

BÉCHAMEIL (LOUIS DE) Financier français (1630 - 1703). Fermier général, surintendant de la maison du duc d'Orléans, et en outre intendant de Bretagne, Louis de Béchameil, marquis de Nointel, acquit la charge de maître d'hôtel de Louis XIV.

Il est peu vraisemblable qu'il ait créé lui-même la sauce qui porte son nom, déformé en « béchamel » (on écrit une « sauce Béchamel » ou une « béchamel ») ; elle est plutôt sans doute le perfectionnement d'une recette plus ancienne, apporté par un cuisinier de la bouche du roi, qui dédia sa découverte au financier.

BÉCHAMEL Sauce blanche faite avec un roux et du lait, qui fut d'abord une réduction d'un velouté très crémé et qui doit son nom au marquis de Béchameil. Elle est largement utilisée pour les apprêts d'œufs, de légumes, de coquilles garnies, de gratins. L'ajout d'autres ingrédients donne des sauces dérivées (voir AURORE, MORNAY, SOUBISE).

▶ **Recettes** : BETTE, MAÏS, SAUCE.

BECQUETER Terme de fauconnerie, signifiant « frapper avec le bec », qui a pris le sens populaire de « manger », par simplification de son orthographe en « becter ». Familièrement, il veut dire aussi « manger du bout des dents », « chipoter », à la manière des oiseaux qui picorent.

BEIGLI Pâtisserie hongroise, faite d'une pâte légèrement briochée et garnie de cerneaux de noix ou de graines de pavot. Cette spécialité typique se prépare surtout lors des fêtes de Noël et de Pâques.

BEIGNE Pâtisserie québécoise traditionnelle, à base de pâte levée (farine, œufs, lait et beurre), souvent en forme d'anneau, que l'on cuit à grande friture. Le beigne se mange chaud ou à température ambiante, nature ou saupoudré de sucre glace. Le beigne soufflé, ou croquignole, est fait de pâte à choux. Le terme « beigne » désigne aussi le doughnut glacé au sucre, de fabrication industrielle, qui fait partie du fast-food en Amérique du Nord.

BEIGNET Préparation composée d'une pâte, renfermant ou non un ingrédient cuit ou cru, que l'on fait frire dans l'huile. Selon sa composition, le beignet se sert en hors-d'œuvre, en entrée ou en entremets, presque toujours chaud, voire brûlant, et poudré de sel fin ou de sucre. La pâte utilisée diffère selon la nature de l'aliment à enrober. Le bain de friture doit toujours être abondant, car les éléments commencent par tomber au fond de la bassine, puis remontent à la surface sous l'action de la chaleur, qui allège et fait gonfler la pâte. Les beignets se retournent à mi-cuisson. Le principe du beignet est simple, mais les apprêts varient beaucoup en goût et en forme.

• Beignets en pâte à frire. Certains aliments riches en eau ont besoin, pour être frits, d'un enrobage. Il peut s'agir d'un simple farinage ou d'une panure anglaise, mais il faut de la pâte à frire pour obtenir des beignets. L'apprêt, salé ou sucré, se fait avec de très nombreux éléments crus (mais taillés menu et de cuisson rapide) ou cuits (marinés ou non).

Les beignets aux fleurs étaient particulièrement appréciés au Moyen Âge (violette, sureau, lys) ; aujourd'hui, on n'utilise pratiquement plus que les fleurs d'acacia et les fleurs de courge.

• Beignets en pâte à choux. Selon qu'elle est salée ou sucrée, la pâte à choux permet de préparer les beignets en hors-d'œuvre ou en entremets, qui sont alors dits « soufflés ». Salée, la pâte à chou peut être additionnée de fromage râpé, de dés de jambon, d'amandes, etc. ; sucrée, elle donne les pets-de-nonne.

• Beignets en pâte à brioche ordinaire. Ils sont dits « viennois » ou « dauphine », et se composent de rondelles de pâte, éventuellement fourrées de confiture, plongées dans de l'huile bouillante. Une fois bien gonflés et dorés, les beignets sont poudrés de sucre.

• Beignets en pâte à gaufre. Ils sont moulés dans des gaufriers de formes diverses (en étoile, en barquette, en cœur, en rose), emmanchés sur une longue tige. Ces beignets se consomment alors tels quels, mais servent surtout de croustades à garnir.

Les beignets figurent parmi les plus anciens des entremets régionaux. Réalisés dans une pâte spéciale aromatisée, ils sont souvent associés à une fête : bugnes lyonnaises, oreillettes de Montpellier, beugnons du Berry, bignes d'Auvergne, roussettes de Strasbourg, tourtisseaux d'Anjou, bottereaux nantais, etc.

pâte à beignets

250 g de farine, 3 jaunes d'œuf, 5 g de sel fin, 2,5 dl de bière, 1 cuillerée à café d'huile, 3 blancs d'œuf, 30 g de sucre.

Dans une terrine, disposer en fontaine la farine tamisée. Ajouter les jaunes d'œuf, le sel et la bière. Bien mélanger pour obtenir une pâte lisse. Couvrir d'une fine pellicule d'huile et laisser reposer 1 heure environ. Au moment de l'emploi, incorporer à la spatule les blancs d'œuf battus en neige très ferme.

BEIGNETS SALÉS

beignets d'aubergine

Peler des aubergines, les détailler en rondelles, les faire mariner 1 heure avec de l'huile, du jus de citron, du persil haché, du sel et du poivre. Les écraser. Mélanger à la fourchette ou au mixeur des jaunes d'œuf durs, un peu de beurre et du persil haché. Incorporer cette préparation aux aubergines et rouler le tout en paupiettes. Les tremper dans de la pâte à frire. Plonger dans de la friture chaude. Dresser sur une serviette. (On procède de même avec les brocolis, les cardons, le céleri, les courgettes, le chou-fleur, les fleurs de courge, les salsifis, les tomates, les topinambours et les vrilles de vigne.)

beignets de cervelle

Pocher des cervelles d'agneau ou de veau au court-bouillon ; les escaloper. Les faire mariner avec de l'huile, du persil haché et du jus de citron. Les tremper dans de la pâte à frire et procéder comme pour les beignets d'aubergine. (La fraise de veau, préalablement cuite dans un blanc, et les amourettes s'accommodent de la même façon.)

beignets à la florentine

Préparer une purée d'épinard et la faire dessécher doucement en la tournant sur le feu à la spatule de bois ; en mélanger 250 g à 2 dl de béchamel bien réduite. Incorporer 50 g de gruyère râpé et laisser refroidir complètement. Diviser l'appareil en une quinzaine de portions, les rouler dans de la farine, puis dans de la pâte à frire. Plonger en pleine friture chauffée à 180 °C ; laisser dorer. Égoutter, éponger sur du papier absorbant, poudrer de sel fin et servir brûlant.

RECETTE DE MARC MENEAU

beignets de foie gras (cromesquis)

« La veille, préparer la sauce Villeroy. Faire réduire dans une casserole à feu vif, en deux temps, 2,5 dl de porto rouge ; ajouter 7,5 dl de crème liquide et porter à frémissement. Ramollir 8 feuilles de gélatine dans de l'eau

froide de 4 à 5 min, puis les égoutter. Hors du feu, les incorporer à la crème frémissante avec 100 g de foie gras cuit passé en purée. Saler, poivrer ; réserver au réfrigérateur. Tapisser de film alimentaire une plaque creuse de 20 cm sur 15 environ, puis y étaler la moitié de la sauce Villeroy sur une épaisseur de 1/2 cm. Faire prendre 20 min au froid. Saupoudrer ensuite de 100 g de foie gras taillé en petits dés et de 20 g de truffes hachées. Recouvrir du reste de sauce Villeroy et réserver toute la nuit au réfrigérateur. Le lendemain, renverser la plaque de sauce sur une planche. À l'aide d'un couteau dont la lame a été trempée dans l'eau chaude, tailler des petits cubes de 1,5 cm de côté : ce sont les cromesquis. Les rouler dans 25 g de farine, puis les secouer pour en enlever l'excès. Battre 3 œufs entiers, y tremper les cromesquis, puis les rouler dans 100 g de chapelure. Recommencer l'opération pour obtenir un double panage. Au dernier moment, chauffer à feu vif 7,5 dl d'huile dans une casserole. Sortir les cromesquis du réfrigérateur et les passer une nouvelle fois dans la chapelure fine. Les plonger deux par deux dans la friture et cuire de 2 à 3 min. Les égoutter, les sécher sur du papier absorbant et les tenir au chaud sur la porte du four. Quand ils sont tous prêts, servir aussitôt. Il ne faut pas les croquer, mais les presser avec la langue sur le palais. »

beignets de foie de raie
Pocher le foie de raie au court-bouillon pendant 6 min, puis l'égoutter et le laisser refroidir. Préparer une pâte à frire. Escaloper le foie, puis le faire mariner avec du sel, du poivre, de l'huile et un peu de jus de citron pendant 30 min à 1 heure. Égoutter les escalopes, les passer dans la pâte et les plonger en pleine friture (180 °C). Les égoutter, les éponger, les poudrer de sel fin et les servir avec des demi-citrons cannelés.

beignets d'huître
Pocher des huîtres dans leur eau, les laisser refroidir dans leur cuisson, puis les égoutter et les éponger. Les faire macérer 30 min dans un mélange d'huile, de jus de citron, de sel et de poivre, puis les tremper dans de la pâte à frire. Les plonger dans l'huile très chaude jusqu'à ce qu'ils soient bien gonflés. Les égoutter, les éponger sur du papier absorbant ; poudrer de sel fin et servir avec des quartiers de citron.

beignets de langoustine
Décortiquer les queues de 12 langoustines moyennes. Les faire mariner 30 min dans un mélange composé de 3 cuillerées à soupe d'huile d'olive, de 1,5 cuillerée à soupe de jus de citron, de 1 cuillerée à soupe de persil haché, de 1 gousse d'ail épluchée et hachée, de 1 cuillerée à café d'herbes de Provence, de sel, de poivre et d'un soupçon de poivre de Cayenne. Préparer de la pâte à frire. Y tremper les queues de langoustine et les dorer en pleine friture. Les égoutter, les éponger sur du papier absorbant ; les servir avec des demi-citrons historiés et de la sauce tartare.

beignets de ris de veau
Escaloper des ris de veau blanchis, parés et refroidis sous presse ; les fariner, les tremper dans une pâte à frire légère et les plonger dans un bain de friture à 180 °C ; les dorer sur les deux faces, les égoutter et les éponger ; les servir avec des quartiers de citron et une fondue de tomate ou une mayonnaise aux herbes.

beignets de salsifis
Détailler en tronçons des salsifis cuits (frais ; ou en conserve, s'ils sont assez fermes). Les éponger, les fariner, les tremper dans de la pâte à frire. Terminer comme pour les beignets d'aubergine.

beignets soufflés
Préparer 250 g de pâte à choux sans sucre. À l'aide d'une cuillère, diviser cette pâte en boules de la grosseur d'une noix. Plonger dans de la friture chaude et cuire jusqu'à ce que les beignets soient bien dorés. Égoutter, assaisonner et dresser en buisson sur une serviette. Les beignets soufflés salés peuvent être aromatisés à l'anchois, au fromage, à l'oignon.

beignets soufflés à la toscane
Mélanger avec 300 g de pâte à choux un peu de noix de muscade râpée, 50 g de parmesan, 50 g de jambon cuit coupé en salpicon et un peu de truffe hachée. Façonner en boulettes. Cuire les beignets dans une friture bouillante et les servir très chauds en entrée.

BEIGNETS SUCRÉS

RECETTE D'ALAIN SENDERENS

beignets d'ananas sauce pinacolada
« Préparer une pâte à frire avec 1/4 de litre de bière, 200 g de farine, 15 à 20 g de levure de boulanger et 1 pincée de sel ; la laisser reposer 1 heure à la température ambiante. Éplucher 1/2 ananas, le couper en tranches, et détailler celles-ci en trois. Éponger chaque morceau sur du papier absorbant. Dans un cul-de-poule, fouetter 25 à 50 g de sucre avec 6 jaunes d'œuf jusqu'à ce qu'ils blanchissent. Verser 1/4 de litre de pulpe d'ananas et 1/4 de litre de lait de coco chaud. Cuire cette pinacolada comme une crème anglaise. Ajouter 0,5 dl de rhum et laisser refroidir. Préparer un sorbet en mélangeant 1/2 litre de pulpe d'ananas avec 150 à 300 g de sirop à 30 ° [1,2624] (1/2 litre d'eau pour 500 g de sucre). Faire turbiner. Passer les morceaux d'ananas dans la pâte à frire, puis les plonger dans de l'huile très chaude. Les glacer au sucre glace avec un chalumeau. Dresser la pinacolada dans des assiettes, mettre une boule de sorbet au centre et les beignets autour. »

beignets de banane
Peler des bananes et les couper en longueur ; les faire macérer 1 heure dans du rhum additionné de sucre. Les tremper dans de la pâte à frire et les plonger en pleine friture chaude. Égoutter, éponger, poudrer de sucre fin et dresser sur une serviette.

RECETTE DU RESTAURANT *LE CERF*, À MARLENHEIM

beignets de fleurs de sureau au miel
« Disposer 250 g de farine tamisée en fontaine dans une terrine. Ajouter 5 g de sel, 20 g de sucre, 4 jaunes d'œuf, et incorporer délicatement 3,3 dl de bière blonde pour obtenir une pâte homogène, mais sans la travailler. La laisser reposer 1 heure dans un endroit frais. Chauffer un bain d'huile de friture à 180 °C. Fouetter 4 blancs d'œuf en neige et les incorporer délicatement à la préparation. Tremper dans cette pâte les fleurs de 24 grappes de sureau, en les tenant par la tige. Les tourner entre les doigts pour éliminer l'excès de pâte et les frire tête vers le bas. Les égoutter sur du papier absorbant. Saupoudrer les beignets de sucre glace et les arroser d'un filet de miel d'acacia. Servir chaud, avec une glace à la vanille bourbon. »

beignets à l'imbrucciata
Disposer 500 g de farine tamisée en fontaine dans une terrine. Incorporer 3 œufs, 1 pincée de sel, 1 petit paquet de levure chimique et 2 cuillerées à soupe d'huile d'olive. Ajouter 1 bol d'eau et mélanger pour obtenir une pâte lisse. Couvrir d'un linge et laisser reposer 3 heures à température ambiante. Couper du broccio frais en tranches. Enrober celles-ci d'un peu de pâte, puis les plonger dans une friture brûlante ; les égoutter et les poudrer de sucre.

beignets Nanette
Détailler en tranches rondes une brioche rassise. Préparer une crème pâtissière et l'additionner d'un salpicon de fruits confits macérés au kirsch ou au rhum. Masquer les tranches de brioche d'un peu de cette préparation et les coller deux à deux. Les arroser d'un peu de sirop de sucre parfumé de la même eau-de-vie. Les tremper dans la pâte à frire et procéder comme pour les beignets à l'ananas.

beignets de pomme
Évider des pommes avec un vide-pomme, les éplucher et les détailler en rondelles épaisses de 4 mm. Les citronner et les faire macérer 30 min dans du cognac ou du calvados. Les égoutter, les tremper dans la pâte à frire et les plonger dans de l'huile bien chaude. Les sortir et les éponger. Les poudrer de sucre fin.

beignets soufflés fourrés aux cerises
Équeuter et dénoyauter des cerises et les cuire au sirop. Les égoutter et faire réduire le sirop jusqu'à ce qu'il nappe la spatule de bois. Le parfumer au kirsch. Remettre les cerises dans le sirop réduit pour bien les enrober. Préparer des beignets de pâte à choux – pets-de-nonne –, les fendre tout chauds sur un côté et les garnir de cerises. Les dresser dans une coupe ou dans un compotier en les poudrant de sucre glace.

beignets viennois
Tamiser 500 g de farine, en disposer le quart en fontaine. Mettre 20 g de levure de boulanger au centre, la délayer avec un peu de lait, puis ajouter suffisamment d'eau tiède pour obtenir, en pétrissant, une pâte un peu molle. Façonner ce levain en boule, l'inciser en croix sur le dessus, la mettre dans une terrine, la couvrir et la placer dans un endroit tiède. Disposer le reste de la farine en fontaine sur le plan de travail. Mettre au centre 4 œufs et 2 cuillerées d'eau tiède. Travailler la pâte en la rompant plusieurs fois. Dissoudre 25 g de sucre et 15 g de sel dans très peu d'eau et les mélanger à la pâte. Ramollir 200 g de beurre et l'incorporer à son tour. Ajouter 2 œufs, l'un après l'autre, sans cesser de mélanger. Rompre la pâte plusieurs fois, puis l'étaler sur le plan de travail. Placer le levain au centre et mélanger le tout en travaillant bien. Mettre cette pâte dans une terrine, la couvrir d'un linge et la laisser lever 5 ou 6 heures dans un endroit tiède. La rompre à nouveau et attendre encore un peu. La diviser alors en deux moitiés et les abaisser sur 0,5 cm. Disposer sur une des abaisses, à intervalles réguliers, des petites masses de confiture d'abricot. Mouiller d'eau la pâte autour de ces masses et recouvrir le tout avec la seconde abaisse. Bien appuyer sur les bords et découper avec un emporte-pièce uni de 5 cm. Étaler un linge sur une plaque, le parsemer de farine, y ranger les beignets et laisser lever 30 min. Plonger les beignets dans de la friture très chaude (180 °C). Lorsqu'ils ont gonflé et blondi sur un côté, les retourner. Les égoutter, les dresser sur une serviette et les poudrer de sucre glace.

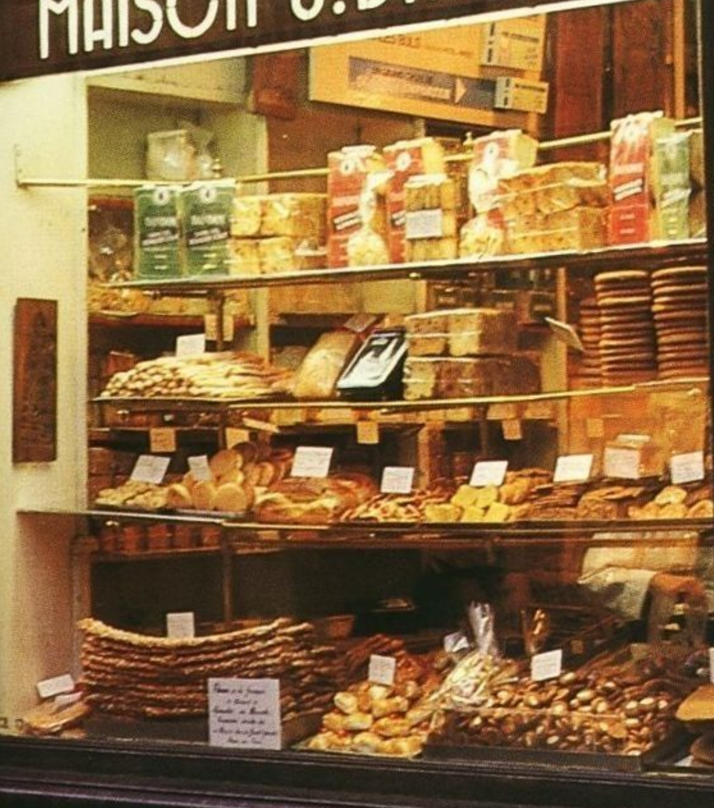
crème frite en beignets → CRÈMES DE PÂTISSERIE
petits choux amandines en beignets → CHOU

BEL PAESE Fromage italien de lait de vache (45 % de matières grasses). Fabriqué industriellement en Lombardie, le Bel Paese se présente en papier d'aluminium, sous la forme de meules de 20 cm de diamètre. Doux et moelleux, jaune crème, le Bel Paese (« beau pays », en italien) est apprécié dans le monde entier.

BELGIQUE Pays partagé entre deux cultures dominantes, la Belgique s'affirme avant tout comme une terre du bien-vivre et du bien-manger.

Les Belges avouent avoir un bel appétit et apprécier les mets les plus simples comme les plus raffinés. Bruxelles, dont ils disent volontiers qu'elle compte davantage d'étoiles culinaires que Lyon, est aussi ville de contrastes. Partout, les échoppes proposent des cornets de frites, des caricoles (bigorneaux), des ballotins de pralines ou des gaufres sucrées.

▸
Belgique. Biscuiterie bruxelloise.
Elle propose aux gourmands spéculos, sablés, biscottes, pains d'épice, gâteaux secs…


31
J. DANDOY
DANDOY
biscottes-spéculaus
pains à la grecque
MAISON J. DANDOY



Bruxelles

■ **Grands classiques.** Sur ce territoire réduit, les particularités locales, voire familiales, sont légion (flamiche dinantaise, tarte *al djote* brabançonne, tarte au sucre et à la cannelle wallonne, genièvre liégeois, élixir anversois).

Mais la cuisine belge a aussi ses grands classiques, comme le hochepot, le waterzoi et les *vogels zonder kop* (littéralement, « oiseaux sans tête »).

Les pommes de terre et les endives *(witloof)* dominent le répertoire des légumes, sans oublier les asperges, les jets de houblon du printemps, denrée rare particulièrement prisée dans les meilleurs restaurants, et les choux de Bruxelles.

Les poissons sont très appréciés, notamment les anguilles (« au vert », mais aussi en pâté, en meurette, en matelote, en daube), le merlan, en papillote ou au vin blanc, et le hareng sous toutes ses formes.

■ **Influences étrangères.** Les vicissitudes de l'histoire ont laissé leur empreinte dans la gastronomie, comme en témoignent le poisson à l'escabèche et l'oie à l'instar de Visé (cuite au pot, puis découpée en morceaux enrobés de chapelure et rôtis, servis avec une sauce à l'ail et à la crème), apprêts inspirés de la cuisine espagnole du XVIe siècle.

Quant au fameux jambon des Ardennes, il se vendait déjà du temps de l'Empire romain sur les marchés de Lugdunum (Lyon), d'où les Flamands auraient rapporté les couques, inspirées, peut-être, d'une recette gallo-romaine.

■ **Pâtisseries.** Elles sont aussi riches que le reste de la gastronomie : gaufres de Namur et de Bruxelles, brioches de Verviers au sucre candi, cramiques aux raisins secs, spéculos, moques de Gand, pains d'amande et pains d'épice, et la célèbre flamiche de Dinant, ruisselante de beurre fondu.

■ **Bières.** Avec près de 120 brasseries encore en activité, la Belgique est bien le pays de la bière, aux goûts particulièrement variés.

De toutes, la gueuze reste la plus populaire ; elle est obtenue après plusieurs années de vieillissement du lambic. Celui-ci est une bière non moussante préparée en hiver par ensemencement d'une levure spécifique de la région de Bruxelles. La kriek et la framboise sont respectivement élaborées grâce à la macération de ce même lambic sur un lit de cerises ou de framboises.

Quant aux bières trappistes, qui portent le nom de leur abbaye d'origine, (Chimay, Orval, Rochefort, Westmalle et West-Vleteren), elles ne doivent pas être confondues avec les bières d'abbaye, comme la Leffe ou la Maredsous, souvent moins caractéristiques. D'autres encore, blondes, rousses ou brunes, sont tout aussi intéressantes.

La bière, parfois concurrencée par les vins français, sert aussi à cuisiner plusieurs spécialités : les carbonades, le lapin aux pruneaux, les choesels, le brochet à la gueuze, les filets de sole à la bière ou le ris de veau des trappistes.

BELLE-HÉLÈNE Nom donné vers 1864 à divers apprêts par plusieurs chefs de restaurant des Grands Boulevards, d'après le titre d'une célèbre opérette d'Offenbach.

Les tournedos grillés Belle-Hélène sont garnis de pommes paille, de bouquets de cresson et de fonds d'artichaut emplis de béarnaise. Les suprêmes de volaille sautés Belle-Hélène sont dressés sur des croquettes de pointes d'asperge, surmontées d'une lame de truffe. Les grosses pièces sautées Belle-Hélène sont entourées de champignons grillés garnis de tomate concassée, de petits pois frais au beurre, de carottes tournées et glacées, et de pommes croquettes. Enfin, l'entremets Belle-Hélène se compose de fruits – classiquement, des poires williams – pochés au sirop, refroidis, égouttés, dressés sur de la glace à la vanille et nappés de sauce au chocolat chaude.

BELLET Vin niçois, provenant des collines qui dominent la vallée du Var, regroupant des rouges délicats, des rosés légers et des blancs nerveux au parfum très frais (voir PROVENCE).

BELLEVUE (EN) Se dit de divers apprêts froids où la chair du crustacé, du poisson ou de la volaille cuisinés est mise en valeur par un lustrage de gelée.

La chair du homard et de la langouste est escalopée en médaillons, qui sont décorés et lustrés, puis disposés sur la carapace (voir PARISIENNE [À LA]).

Les petits oiseaux (bécasse, caille, grive) sont désossés, farcis, pochés dans un fond de gibier, refroidis, nappés de sauce chaud-froid brune, décorés et lustrés à la gelée.

BÉNÉDICTINE Liqueur de plantes, de couleur jaune ambré, titrant 43 % Vol. Elle dérive d'un très vieil élixir dont la recette, attribuée à un bénédictin italien, fut retrouvée en 1863 par le négociant Alexandre Le Grand. Celui-ci mit au point la formule et commercialisa la liqueur, qu'il baptisa Bénédictine en inscrivant sur la bouteille la devise des bénédictins, D.O.M. *(Deo Optimo Maximo)*.

Le cycle de fabrication de la Bénédictine s'étend sur trois années. Il fait appel à cinq préparations de base, utilisant 27 plantes différentes (dont l'hysope, la mélisse, l'angélique, la coriandre, le clou de girofle, la noix de muscade, le thé, la myrrhe). Celles-ci sont vieillies séparément, puis mélangées, édulcorées avec du sucre et du miel, et enfin colorées au safran.

BÉNÉDICTINE (À LA) Se dit de divers apprêts où intervient soit une purée de morue et de pomme de terre, soit de la brandade. La morue est, par tradition, un poisson de carême, mais l'allusion « monastique » de l'appellation n'est souvent plus justifiée, plusieurs de ces apprêts étant enrichis de truffe.

▶ **Recettes** : BOUCHÉE SALÉE, MORUE.

BÉNICHON (LA) Grande fête populaire du canton de Fribourg (Suisse), célébrée le deuxième dimanche d'octobre en montagne, quand les troupeaux sont rentrés des alpages, pour fêter la fin des travaux d'été. À l'origine, la Bénichon marquait l'anniversaire de la dédicace d'une église. Aujourd'hui, elle donne lieu à des bals publics et surtout à de grandes réjouissances gastronomiques.

BÉNINCASE Plante d'Extrême-Orient, de la famille des cucurbitacées, dont le fruit ressemble à une courge. Son goût, qui rappelle un peu celui du concombre, en fait un légume très apprécié en Asie du Sud-Est et en Chine. La bénincase se cuit à l'eau et se conserve dans du vinaigre.

BERCHOUX (JOSEPH) Avocat français (Saint-Symphorien-de-Lay 1765 - Marcigny 1839). Son nom reste attaché à un long poème en quatre chants, intitulé *Gastronomie ou l'Homme des champs à table*, publié en 1801, qui connut un immense succès.

Toute la philosophie de l'auteur tient dans ces vers : « Un poème jamais ne valut un dîner » et « Rien ne doit déranger l'honnête homme qui dîne ». C'est lui qui introduisit le mot « gastronomie » dans le vocabulaire français. Plusieurs recettes, qui n'ont guère de points communs, lui ont été dédiées.

BERCY Nom donné à divers apprêts à base de vin et d'échalote. Le quartier de Bercy, à Paris, qui abrita longtemps le plus vaste marché de vins d'Europe, a donné son nom à des plats cuisinés en sauce au vin dans les petits restaurants qui se multiplièrent, dès 1820, dans les parages ; on y mangeait fritures, matelotes et grillades préparées ainsi (comme la fameuse « entrecôte Bercy »).

► **Recette** : BEURRE COMPOSÉ.

BERGAMOTE Fruit du bergamotier, du groupe des agrumes, surtout cultivé en Calabre, en Corse et en Chine. Ressemblant à une petite orange jaune, à saveur acide, la bergamote a une écorce contenant une huile essentielle, utilisée en parfumerie et en confiserie ; son zeste s'emploie en pâtisserie.

La bergamote est aussi un sucre d'orge carré, couleur de miel, aromatisé à l'essence naturelle de bergamote. Spécialité de la ville de Nancy depuis 1850, elle a été la première confiserie française à recevoir un label.

La bergamote est enfin une variété de poire, presque ronde, à peau jaunâtre et à chair fondante, très sucrée et parfumée.

BERGERAC Commune de Dordogne, réputée depuis le Moyen Âge pour son vignoble et pour la qualité de ses blancs, bien que celui-ci produise également des rouges et quelques rosés (**voir** PÉRIGORD).

BERLINGOT Bonbon de sucre aromatisé (le plus souvent à la menthe, parfois aux fruits), en forme de tétraèdre, rayé de bandes alternativement cristallines et opaques.

La formule actuelle fut mise au point sous Louis XVI, par une certaine M[me] Couet, qui la transmit à ses descendants. En 1851, à Carpentras, Gustave Eysséric reprit la recette en utilisant comme arôme la menthe poivrée cultivée dans le Vaucluse. C'est elle qui donne au berlingot de cette ville sa saveur particulière, avec l'utilisation de sirops de sucre ayant servi à la préparation des fruits confits. Nantes (depuis 1780), Saint-Quentin et Caen sont également connues pour leurs berlingots.

La fabrication des berlingots consiste à enfermer un boudin de sucre cuit, aromatisé et coloré, dans un réseau continu faisant alterner des bandes de sucre transparent et des bandes de sucre battu. Le boudin est ensuite étiré, puis taillé dans une berlingotière (machine rotative à quatre couteaux) ou une presse à couronne.

Par extension, le mot désigne aussi un emballage en carton et de forme tétraédrique pour le lait.

BERNIQUE Mollusque marin de la famille des patellidés, mesurant de 3 à 7 cm de diamètre, dont l'épaisse coquille conique est gris terne à l'extérieur et jaune-orangé à l'intérieur (**voir** planche des coquillages page 323). La bernique abonde sur les rochers du littoral atlantique (où on l'appelle aussi « chapeau chinois », « patelle » ou « bernicle ») ; chez la bernique de Méditerranée, ou arapède, l'intérieur de la coquille est bleu irisé. Les berniques se mangent crues, avec du jus de citron ou de la vinaigrette, ou grillées, avec un peu de beurre ; hachées, elles s'utilisent comme farce.

BERNIS (PIERRE DE) Diplomate français (Saint-Marcel-d'Ardèche 1715 - Rome 1794). Ce protégé de M[me] de Pompadour, devenu cardinal, fut aussi ambassadeur à Venise, puis à Rome auprès du Saint-Siège. Dans tous ses postes, il se montra un remarquable défenseur de la cuisine française. Les cuisiniers ont donné son nom à divers apprêts d'œufs, où interviennent les asperges.

► **Recette** : ŒUF MOLLET.

BERNY Nom d'un apprêt de pommes de terre en croquettes, panées avec des amandes effilées, puis frites. La garniture du même nom comprend, en plus de ces croquettes, des tartelettes emplies de purée de lentilles ; elle accompagne le gibier.

BERRICHONNE (À LA) Se dit d'apprêts régionaux du Berry. Les grosses pièces de boucherie garnies à la berrichonne sont servies avec des choux verts braisés (farcis ou non), des marrons pochés, des petits oignons glacés et des tranches de lard maigre ; le jus est légèrement lié. La fricassée de poulet à la berrichonne est accompagnée de carottes nouvelles, et les pommes de terre à la berrichonne sont cuites avec des oignons et des lardons.

BERRY La cuisine berrichonne est influencée par l'élevage du porc, des volailles et surtout du mouton, comme le prouvent ses apprêts de viande les plus typiques : gigot braisé à la sept-heures, saupiquet, sagourne, pâté de Pâques (au porc et aux œufs durs), sanguette, dindon noir rôti, poulet en barbouille. La gastronomie de cette ancienne province française se caractérise par la simplicité savoureuse et parfois rustique de ses préparations à cuisson lente.

La soupe et la potée (aux fritons, dits « grignaudes ») y jouent un grand rôle, avec les légumes du potager, les « tartouffes » (pommes de terre) et la citrouille (utilisée aussi en gâteau) ; châtaignes et champignons de cueillette sont très employés.

Les ressources en poissons de rivière ont inspiré des recettes de carpe (à l'étuvée), de lamproie et de saumon (braisés).

Dans cette région vinicole, qui produit des vins d'appellation (châteaumeillant, reuilly, sancerre, quincy, ménetou-salon) et des vins gris, le vin est largement utilisé en cuisine : œufs au vin rouge, daubes et matelotes.

La plupart des fromages sont des chèvres (valençay, pouligny, chavignol, selles-sur-cher, levroux).

La culture des arbres fruitiers – cerisiers (production de kirsch), poiriers, noyers et noisetiers – explique la présence des fruits dans les entremets sucrés (poirat, citrouillat, sanciaux, beignets) et les « lichouneries » (confiseries) : forestines de Bourges (aux noisettes), massepains, sucres d'orge et croquets.

BÉRUDGE Petite prune rouge fardée de violet. Ce fruit, essentiellement destiné à la distillation, donne une délicieuse eau-de-vie.

BÉRYX Poisson de la famille des bérycidés, de couleur rouge-orangé. On distingue le béryx long, mesurant 35 cm environ, et le béryx commun, au corps plus épais et atteignant 40 cm. Ils se pêchent dans l'Atlantique nord, de l'Irlande à la Norvège, à 600 mètres de profondeur, et sont essentiellement vendus en filets, plus rarement entiers, frais ou congelés, sous le nom de « dorade rose ». Leur chair est très appréciée.

BESSET (JULES) Auteur albigeois (1813-1893) d'un *Art culinaire* qui connut un grand succès, et pour lequel il reçut un diplôme d'honneur de l'Académie de cuisine. Il s'adresse aussi bien aux professionnels qu'aux amateurs, et fait une large place à l'emploi de l'huile d'olive, particularités rares à l'époque.

BÊTISE Bonbon de sucre cuit, parfumé à la menthe, dont la fabrication remonte à 1850. Bien que la maison Afchain, de Cambrai, se soit longtemps déclarée « seul inventeur » des bêtises, on ne connaît pas les circonstances exactes de leur mise au point.

La petite histoire a retenu la maladresse d'un apprenti qui aurait mal dosé les ingrédients (sucre, glucose et menthe), mais peut-être s'agit-il du trait de génie d'un confiseur qui eut l'idée d'insuffler de l'air dans la pâte : c'est en effet l'air incorporé en bulles microscopiques dans la masse encore chaude de sucre cuit qui donne au bonbon sa légèreté, tout en le rendant opaque.

Les bêtises, qui restent une spécialité de Cambrai, ont été imitées par les « sottises » de Valenciennes.

BETTE Plante potagère de la même espèce que la betterave (famille des chénopodiacées), mais dont on ne consomme que les feuilles. La bette est également connue sous les noms de « blette », « poirée » ou « joutte ». Les parties vertes ont un goût moins prononcé que les épinards et se préparent comme eux ; les nervures principales, larges et tendres, nommées « côtes » ou « cardes », constituent un légume délicat, s'apprêtant comme les cardons.

■ **Emplois.** Moins riche en fer que les épinards, la bette est un légume tonique et rafraîchissant. Elle figure dans divers apprêts familiaux et surtout régionaux (et notamment dans le Lyonnais et en Corse) : tartes, farces, soupes pour les feuilles vertes ; gratins, garnitures au jus pour les cardes. La tourte aux feuilles de bette est un dessert niçois.

bettes : préparation

Retirer la partie verte des bettes, puis casser les côtes (sans les couper au couteau) pour ôter les filandres. Diviser ces cardes en tronçons de 6 à 8 cm de long. Les cuire à l'eau salée ou, mieux, dans un blanc pour légumes. Pour les parties vertes, les laver, les blanchir 5 min à l'eau bouillante, salée ou non, les égoutter, les passer sous l'eau froide, les égoutter et les éponger.

bettes à la béchamel

Égoutter 750 g de cardes de bette cuites au blanc. Les mettre dans une sauteuse avec 4 dl de béchamel fluide et étuver à couvert pendant 5 min. Ajouter 50 g de beurre, mélanger et dresser en légumier.

bettes au beurre

Cuire complètement 1 kg de cardes, au blanc ou à l'eau salée. Les égoutter, les mettre dans une sauteuse avec 75 g de beurre frais et laisser étuver de 15 à 20 min sur feu doux, à couvert. Les dresser en légumier, les arroser de leur beurre de cuisson et les parsemer de persil ciselé. On peut aussi blanchir des cardes 5 min à l'eau salée, puis les égoutter, les rafraîchir et terminer leur cuisson dans une sauteuse avec 75 g de beurre et 2 dl d'eau. Les dresser en légumier et les arroser de leur cuisson.

bettes à la crème

Égoutter 750 g de cardes de bette cuites au blanc. Les faire étuver 5 min avec 25 g de beurre. Les mouiller de 3 dl de crème fraîche chaude et laisser cuire jusqu'à réduction de moitié. Dresser en légumier et napper avec la cuisson.

bettes à l'italienne

Égoutter 750 g de cardes de bette cuites au blanc. Préparer suffisamment de sauce italienne pour en recouvrir presque à hauteur les tronçons de bettes. Mettre les bettes et la sauce dans une sauteuse, laisser mijoter, mélanger, rectifier éventuellement l'assaisonnement. Au moment de servir, parsemer de beaucoup de basilic frais ciselé.

bettes au jus

Égoutter 750 g de cardes de bette cuites au blanc. Les mettre dans une sauteuse avec 3 dl de jus brun de veau ou de bouillon et laisser mijoter à couvert pendant 10 min au moins. Ajouter 80 g de beurre découpé en petits morceaux. Dresser les bettes en légumier et arroser avec le jus.

gratin de bettes au verjus → GRATIN
tourte aux feuilles de bette → TOURTE

BETTERAVE Plante à racine charnue, de la famille des chénopodiacées, dont il existe plusieurs variétés. Certaines sont cultivées pour l'industrie sucrière et la distillerie, d'autres pour le fourrage. Seule la betterave potagère, dont la chair est fine et fortement colorée en rouge, est utilisée comme légume.

■ **Emplois.** Riche en sucre, en vitamines et en calcium, la racine de la betterave se mange crue (râpée), mais surtout cuite, le plus souvent froide (en hors-d'œuvre), parfois chaude (en garniture, de gibier notamment, ou dans des soupes). Elle est particulièrement représentative des cuisines flamande et slave (voir BORCHTCH, BOTVINIA).

Les variétés à racine allongée sont plus parfumées et plus sucrées que les variétés à racine ronde, qui sont cependant les plus cultivées (voir tableau). Toutes sont en général vendues cuites, mais on peut aussi les cuire soi-même (au four ou dans de l'eau salée), ce qui demande au moins deux heures. Les toutes petites betteraves se conservent également au vinaigre (surtout en Allemagne, où elles accompagnent les viandes bouillies).

▶ **Recettes :** CRÈME-POTAGE, POTAGE, SALADE.

BEUCHELLE Tourte tourangelle créée au début du XXe siècle par Édouard Nignon et faite de rognons et de ris de veau mélangés, additionnés de champignons (morilles, cèpes, shiitakes), de crème et de beurre.

RECETTE DE JEAN BARDET

beuchelle à la tourangelle

« La veille, mettre 1 pomme de ris de veau de 200 g environ à dégorger dans de l'eau froide au réfrigérateur. Le jour même, l'égoutter, la dépouiller et la débarrasser soigneusement des nerfs et des graisses qui l'entourent, puis l'éponger. Éplucher 1 carotte moyenne, 1 oignon moyen et 1 branche de céleri, et les détailler en dés. Dans une sauteuse, chauffer 2 cuillerées à soupe d'huile et 1 noix de beurre. Saler et poivrer le ris de veau, le dorer vivement sur chaque face et l'égoutter. Faire suer les dés de légumes dans la sauteuse. Remettre le ris de veau avec 1 brin de thym, 1/2 feuille de laurier, 1 gousse d'ail écrasée avec la peau ; bien mélanger ; verser 1 dl de vin blanc sec (vouvray) et 2 dl de bouillon de volaille. Saler, poivrer et cuire à couvert 20 min environ. Égoutter le ris de veau et le tenir au chaud entre deux assiettes. Tamiser le jus de braisage au-dessus d'une petite casserole. Porter sur le feu, ajouter 2 dl de crème fraîche épaisse et laisser réduire jusqu'à consistance d'une sauce onctueuse. La lier enfin avec 1 noix de beurre en parcelles, et y remettre le ris de veau ; ajouter une pointe d'ail écrasée. Éliminer la queue des shiitakes et les essuyer soigneusement. Couper le chapeau en tranches de 3 mm. Les dorer dans une poêle au beurre moussant, les saler et les poivrer. Les égoutter et les mettre dans la casserole. Enlever la partie grasse et nerveuse d'un rognon de veau et le couper cru en tranches de 3 mm. Mettre une noix de beurre dans une poêle ; quand il mousse, y jeter les tranches de rognon, les saler et les poivrer ; les retourner une par une, les assaisonner de nouveau. Éteindre le feu aussitôt et les égoutter. Couper le ris de veau en tranches de 3 mm, les disposer harmonieusement avec les tranches de rognon et napper de la sauce aux shiitakes. »

BEURRE Substance grasse (82 % de matières grasses) obtenue par barattage de la crème du lait, puis lavée et malaxée pour la rendre onctueuse. Le beurre durcit au froid et se liquéfie à la chaleur. Sa couleur varie du blanc crème au jaune d'or, selon l'alimentation des vaches laitières (riche en carotène dans les herbages).

■ **Histoire.** Le beurre était connu des Anciens, et les Scythes l'auraient fait découvrir aux Grecs. Ces derniers, comme plus tard les Romains, le considéraient cependant surtout comme un remède (cicatrisant, en particulier) et consommaient essentiellement de l'huile. Les Gaulois fabriquaient du beurre, mais ce sont les Normands qui, ayant appris leur science des Danois, ont définitivement assis la réputation de ce produit de leur pays.

Au Moyen Âge, la fabrication fermière et artisanale du beurre était devenue pratique courante. Les grosses mottes, parfois enveloppées de feuilles d'oseille ou de verdure, étaient vendues sur les marchés, puis conservées dans des pots de grès, recouvertes d'eau salée.

La réputation du beurre des Charentes (AOC) date des années 1880. Cette région, originellement vouée à la culture de la vigne, fut ravagée par le phylloxéra, et certains agriculteurs entreprenants décidèrent de remplacer les vignobles par des herbages. La qualité du beurre charentais est aussi renommée que celle du beurre normand ; les grands crus respectifs sont Saint-Varent, Échiré et Surgères (dont on vante le goût

Caractéristiques des différentes variétés de betteraves rouges

variétés	provenance	époque	forme
rouge globe	Loiret	juin - mi-nov.	ronde
(Bikorès, Bolivar, Darka, Monopoly,	Nord-Pas-de-Calais	mi-mai - mi-nov.	ronde
Rubidus, Tardel)	Bretagne	mi-juill.- mi-nov.	ronde
rouge noire des Vertus ou rouge crapaudine	toute la France	juin - nov.	ronde, conique

de « violette ») pour le premier, Isigny (AOC), Gournay, Sainte-Mère-Église, Neufchâtel-en-Bray et Valognes pour le second (voir tableau page 109).

La pratique de l'élevage des bovins explique la répartition géographique du beurre en Europe. Très apprécié dans les pays scandinaves, aux Pays-Bas, en Allemagne, en Angleterre et en France, il est progressivement remplacé par l'huile (ou par le saindoux, ou par la graisse d'oie) au fur et à mesure que l'on descend vers le sud. (Notons néanmoins l'emploi du smeun dans les pays d'Afrique du Nord.)

■ **Diététique.** Le beurre possède toutes les propriétés nutritionnelles de la matière grasse laitière.
– Consommé cru, il est particulièrement digeste en raison de sa teneur élevée en acides gras à chaînes courtes et moyennes ; en revanche, il ne supporte pas un chauffage prolongé, qui le rend toxique.
– Sous un faible volume, c'est une source d'énergie rapidement utilisable, donc intéressante pour les enfants et les sportifs.
– Il participe à la construction du cerveau chez le fœtus et durant l'enfance.
– Il est riche en vitamine A : une ration journalière de 25 g couvre 30 % des besoins de l'organisme humain.
– Il n'est pas plus gras que la margarine (82 % de matières grasses) et moins que l'huile (100 %).

■ **Beurre et autres produits.** En Europe, le beurre est exclusivement fait avec du lait de vache ; en Afrique et en Asie, il est préparé avec du lait de bufflonne, de chamelle, de chèvre, de yack, de brebis, de jument ou d'ânesse.

L'industrie alimentaire a par ailleurs mis au point des produits de substitution, notamment la margarine, mais aussi le *bregott* suédois (crème et huile végétale) et la *butterine* australienne (beurre et huile végétale). Mais, légalement, le beurre est un « produit laitier de type émulsion d'eau dans la matière grasse, obtenu par des procédés physiques et dont les constituants sont d'origine animale ».

■ **Fabrication et conservation.** Le lait est d'abord écrémé, puis la crème est pasteurisée et mise dans une cuve de maturation avec des levains sélectionnés (qui donneront au beurre son arôme). Le barattage agglomère ensuite les globules gras et élimine le babeurre. Le beurre est enfin lavé, puis malaxé.

À température ambiante, un bon beurre ne doit être ni cassant, ni grumeleux, ni collant. Son arôme est délicat, dit « de noisette » ou « noiseté ». Il existe du beurre salé : de 0,5 à 3 % de sel pour le beurre demi-sel, plus de 3 % pour le beurre salé.

Son conditionnement est très variable : mottes de beurre parfois fermier, détaillé à la demande ; mottillons, paniers ou bassets de 1 kg ; rouleaux ou plaquettes de 500 g, 250 g ou 125 g ; mini-doses individuelles de 7 à 30 g.

L'emballage se fait dans du papier sulfurisé, sous papier doublé d'aluminium, qui le protège bien de la lumière, ou en boîte de matière plastique.

Le beurre se conserve très bien au réfrigérateur : il faut cependant le placer dans un compartiment spécial ou dans un beurrier hermétique, car il est très perméable aux odeurs.

Il se garde mieux dans du papier doublé d'aluminium que dans du papier sulfurisé. En l'absence de réfrigérateur, un beurrier spécial en grès, empli d'eau salée, est nécessaire.

■ **Emplois.** Frais et cru, le beurre se tartine sur toasts, canapés et sandwichs ; il accompagne la charcuterie, les fruits de mer et les fromages. On le présente alors en petits beurriers individuels.

Découpé à l'aide d'un couteau coquilleur (frise-beurre) ou en petites rondelles, il se sert avec les viandes et les poissons grillés, les légumes « à l'anglaise », les pâtes et le riz. Il permet de préparer des beurres composés.

Il est surtout un ingrédient de base de la cuisine. Corps gras idéal pour les poêlages, les sautés, les rôtis, voire les braisés, il est cependant plus délicat à utiliser que l'huile ou le saindoux, car il brûle plus facilement (voir tableau p. 109). Il est indispensable pour les sauces émulsionnées chaudes (béarnaise, hollandaise) et les roux, ainsi que pour beurrer les potages et effectuer les liaisons. Il est à la base de la pâtisserie (qualifiée de « pur beurre » lorsqu'elle n'emploie pas d'autre matière grasse), en particulier pour les brioches, croissants, sablés, pâtes à biscuit et à chou, gâteaux secs et mokas, tartes, ainsi que pour les crèmes au beurre qui servent de fourrage. Clarifié ou fondu, il sert à beurrer les moules, à badigeonner ou à arroser divers apprêts. Il intervient en outre en confiserie pour la confection des truffes, fudges, caramels, beurre de pomme et lemon curd.

■ **Conseils d'utilisation.** Ils doivent être respectés pour garder au beurre ses qualités culinaires.
– Un beurre très froid, râpé en copeaux, s'amalgame mieux à la pâte à tarte.
– Le beurre sucré, pour la pâtisserie, se conserve encore mieux que le beurre salé (le pétrir avec 20 à 25 % de sucre en poudre).
– Un beurre qui grésille ne fera pas de projections si l'on a mis d'abord du sel dans la poêle.

beurre à la broche

Additionner 250 g de beurre en pommade, de cerfeuil, d'estragon et de ciboulette, hachés,et de jus de citron ; le façonner en forme de ballottine, le piquer sur une broche en bois et le mettre au réfrigérateur ; lorsqu'il est bien pris, le paner à l'anglaise à trois reprises, et le mettre devant un feu très vif en l'arrosant de beurre fondu ; cuire de 8 à 10 min en le tournant régulièrement jusqu'à ce que la croûte soit bien colorée, et servir aussitôt. Cette façon originale de présenter le beurre fondu avec un poisson ou des légumes était très employée autrefois.

beurre Chivry

Blanchir 3 min dans de l'eau bouillante 150 g de feuilles de persil, d'estragon, de cerfeuil, de ciboulette et, si possible, de pimprenelle, ainsi que 20 g d'échalote épluchée et ciselée. Égoutter, rafraîchir aussitôt sous l'eau froide, éponger. Hacher très finement (ou piler au mortier), ajouter 200 g de beurre, malaxer, saler, poivrer et passer au tamis.

Caractéristiques des différentes catégories de beurre

catégories	taux de matières grasses	composition	durée de conservation	utilisations
cru ou de crème crue	82 %	crème ou lait cru	DLC* : 30 j max. à 3-4 °C	sauces émulsionnées stables (il est plus acide)
concentré	99,8 %	crème pasteurisée, avec traces de vanilline ou de carotène	DLUO** : 9 mois à 15-20 °C : (idéal 18 °C)	professionnelle : pâtisserie (feuilletage, croissants, crème au beurre) ou graissage des moules ; remplace le beurre 82 % clarifié
de cuisine ou de cuisinier	96 %	crème pasteurisée, avec traces de vanilline ou de carotène	DLC* : 60 j à 3-4 °C	professionnelle : brioche, quatre-quarts, madeleine, car son point de fusion est bas (30-32 °C)
extra-fin	82 %	crème pasteurisée (non congelée, non surgelée)	DLC* : 24 mois à -14 °C	tel quel, pour pâtes, crèmes, sauces, liaisons, beurres composés, caramélisation des fruits, gratins minute
fin	82 %	crème pasteurisée (30 % max.) et/ou congelée ou surgelée	DLC* : 60 j à 3-4 °C DLC* : 24 mois à -14 °C	en parcelles, sur sauces et crèmes en attente, pour éviter le « croûtage » ; clarifié, pour graisser les moules
allégé (produit allégé)	41-65 %	crème pasteurisée, avec gélatine, amidon ou fécule	DLUO** : 7-8 sem. à 0-6 °C	tel quel, pour sandwichs, toasts, canapés, plats chauds (purées, sauces, potages) ; cuit, pour poêlées, pâtisseries
spécialité laitière à tartiner	20-40 %	suivant la laiterie, précisée sur l'emballage	DLUO** : 7-8 sem. à 0-6 °C	tel quel, froid pour sandwichs, toasts, canapés ; chaud et juste fondu (temps de cuisson et d'émulsion plus courts que ceux du beurre 82 %)

** DLC : date limite de conservation à partir du conditionnement notifié sur l'emballage*
*** DLUO : date limite d'utilisation optimale*

Comportement du beurre à la cuisson (source : CIDIL)

Cuisson à	40 °C	56 °C	100 °C	165 °C	200 °C
phénomène physico-chimique	rupture de l'émulsion ; goût proche de celui du beurre non chauffé	coagulation des protéines ; développement du goût et texture onctueuse, coloration laiteuse	hydrolisation des protéines	condensation des acides et des sucres ; coloration et goût du beurre noisette	destruction des molécules qui font le goût du beurre
applications culinaires	beurre clarifié : sauce béarnaise ; graissage des moules ; solvant pour herbes, épices, aromates	beurre blanc et dérivés ; sauces émulsionnées chaudes	stade transitoire avant le beurre noisette	beurre noisette : accompagnement des poissons, légumes, abats blancs ; pâtisserie	autrefois beurre noir, interdit aujourd'hui à la consommation
conseils d'utilisation	pour les sauces émulsionnées, incorporer le beurre lentement	finition des sauces pour plus de légèreté, de moelleux	stade à ne pas dépasser, pour éviter une coloration trop rapide des aliments	filtrage possible pour l'utiliser comme un beurre « clarifié », dont le goût noisette sera accentué	déconseillé

beurre maître d'hôtel
Travailler 200 g de beurre à la spatule en bois jusqu'à ce qu'il soit réduit en pommade ; y ajouter 6 g de sel fin, 1 pincée de poivre fraîchement moulu, un filet de jus de citron et 1 cuillerée à soupe de persil ciselé.

beurre manié
Mélanger en parties égales du beurre travaillé en pommade à la spatule de bois et de la farine. Le beurre manié, incorporé au fouet en petites noisettes à certaines préparations (les matelotes, par exemple) et sauces, permet de les lier.

beurre marchand de vin
Éplucher et hacher finement des échalotes. En ajouter 30 g à 3 dl de vin rouge et laisser réduire de moitié. Ajouter 3 dl de consommé de bœuf et faire réduire presque à sec. Travailler 150 g de beurre en pommade et y incorporer la réduction. Ajouter 1 cuillerée à dessert de persil finement ciselé et le jus de 1/4 de citron. Saler et poivrer. Mettre au réfrigérateur.

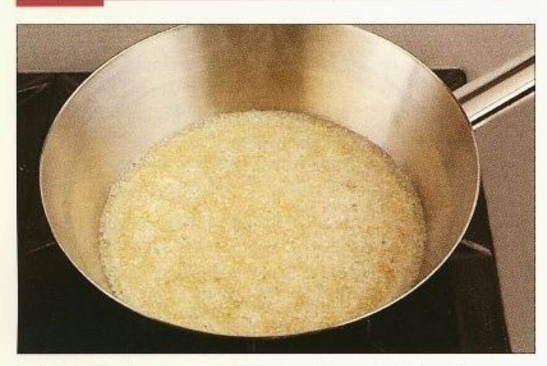
beurre noisette
Chauffer doucement du beurre dans une poêle jusqu'à ce qu'il soit doré et dégage une odeur de noisette, en veillant à ce qu'il ne noircisse pas. Servi mousseux, il accompagne cervelle d'agneau ou de veau, laitances de poisson, légumes (cuits à l'eau et bien égouttés), œufs, raie pochée au court-bouillon, etc.

BEURRE BLANC Réduction de vinaigre et d'échalotes à laquelle on ajoute du beurre. C'est l'accompagnement classique des brochets et des aloses. Le pays nantais et l'Anjou se disputent la paternité de cette sauce réputée. On rapporte qu'une cuisinière nantaise, nommée Clémence, voulant un jour faire une béarnaise pour accommoder le brochet de son maître, le marquis de Goulaine, aurait oublié d'y mettre des œufs. Ce fut néanmoins une réussite. Clémence ouvrit par la suite un petit restaurant à la Chebuette, près de Nantes ; c'est là que la « mère Michel » apprit le secret du beurre blanc, avant d'ouvrir son célèbre restaurant de la rue Rennequin, à Paris.

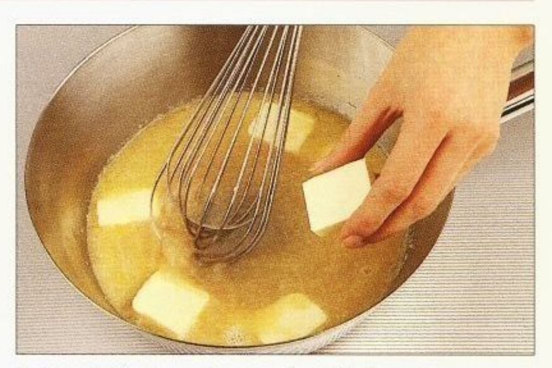
beurre blanc
Éplucher et hacher 5 ou 6 échalotes. Les mettre dans une casserole avec 1/4 de litre de vinaigre de vin, 1/3 de litre de bouillon de poisson et du poivre moulu ; laisser réduire des deux tiers. Couper 250 g de beurre très froid, et de préférence demi-sel, en petits morceaux. Écarter la casserole du feu, y jeter le beurre d'un seul coup et fouetter énergiquement avec un fouet à main jusqu'à obtention d'une pommade lisse et non mousseuse. Saler et poivrer. (On stabilise l'émulsion en ajoutant au beurre blanc 1 cuillerée à soupe de crème double ; on obtient alors un « beurre nantais ».)

brochet au beurre blanc → BROCHET

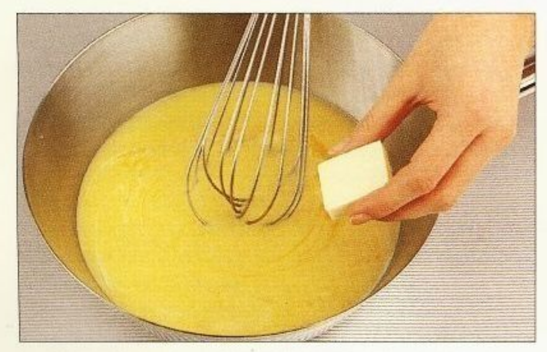
Confectionner un beurre blanc



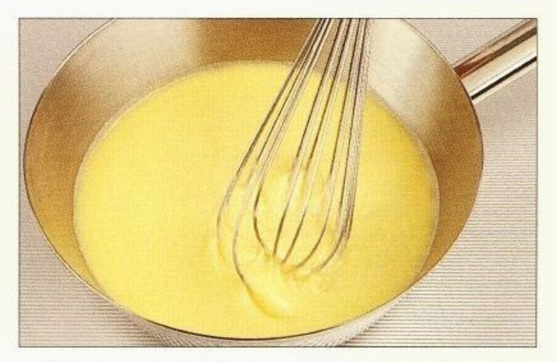
1. *Faire fondre dans du vinaigre blanc et du bouillon, sur feu très doux, des échalotes finement ciselées.*



2. *Hors du feu, incorporer au fouet du beurre bien froid coupé en morceaux.*



3. *Bien mélanger en faisant tourner la sauteuse pour que le beurre forme une masse lisse, sans mousser.*



4. *Terminer le beurre blanc en fouettant énergiquement, dans un large mouvement tournant.*

BEURRE DE CACAO Matière grasse naturelle que l'on extrait de la pâte de cacao. Relativement ferme, d'un blanc jaunâtre, le beurre de cacao rend notamment les couvertures de chocolat suffisamment fluides pour bien enrober les confiseries et les pâtisseries.

BEURRE COMPOSÉ Beurre additionné, à froid ou à chaud, d'aromates et de divers ingrédients. On obtient ainsi des préparations de couleurs et de goûts variés ; froides, elles accompagnent viandes et poissons grillés, et servent à réaliser allumettes, canapés, etc. ; chaudes, elles interviennent surtout dans la finition de certaines sauces.

Les beurres composés, modelés en rouleaux et enveloppés dans du papier sulfurisé ou d'aluminium, se conservent plusieurs jours au réfrigérateur ; ils seront ensuite détaillés en rondelles de 1 cm d'épaisseur.

– Beurre composé froid avec ingrédients crus : ceux-ci sont tamisés, pilés, hachés, ciselés, râpés ou réduits en purée, puis incorporés au beurre en pommade.

– Beurre composé froid avec ingrédients cuits : ceux-ci sont cuits, réduits et refroidis, puis incorporés au beurre en pommade.

– Beurre composé chaud : des carapaces de crustacés sont pilées puis incorporées au beurre, qui est fondu au bain-marie, puis écumé, tamisé et solidifié.

beurre composé : préparation

Quelle que soit la composition envisagée, il faut commencer par travailler le beurre en pommade à la spatule de bois. On peut aussi utiliser un appareil électrique, mais celui-ci exige que l'on traite une quantité plus importante de produits. Les ingrédients de complément figurant dans les recettes suivantes correspondent à 250 g de beurre.

asperges en buisson au beurre d'orange → ASPERGE

beurre d'ail

Éplucher 100 g de gousses d'ail et les blanchir 7 ou 8 min ; les éponger, les réduire en purée. Les ajouter au beurre ramolli. Le beurre d'ail complète certaines sauces et parfait la garniture de hors-d'œuvre froids. On prépare de la même façon le beurre d'échalote et le beurre de raifort.

beurre d'amande

Monder 125 g d'amandes douces et les réduire en pâte au mortier ou au mixeur, en ajoutant 1 cuillerée à soupe d'eau froide. Ajouter au beurre ramolli et passer au tamis. Ce beurre entre dans la préparation de petits-fours et de gâteaux.

beurre d'anchois

Dessaler complètement 125 g d'anchois, lever les filets et les réduire en purée, au mortier ou au mixeur. Assaisonner, ajouter éventuellement un filet de citron et incorporer au beurre ramolli. Ce beurre entre dans la préparation de bouchées, de canapés, de hors-d'œuvre, et accompagne des poissons et des viandes grillées, ou des viandes blanches froides.

beurre Bercy

Pocher à l'eau salée 500 g de moelle de bœuf coupée en dés, l'égoutter. Ajouter 1 cuillerée à soupe d'échalotes hachées à 2 dl de vin blanc sec et réduire de moitié. Laisser tiédir. Ramollir 200 g de beurre et l'ajouter à la réduction, ainsi que la moelle, 1 cuillerée à soupe de persil ciselé, le jus de 1/2 citron, 8 g de sel fin et un bon tour de poivre du moulin. Ce beurre sert à napper des viandes ou des poissons grillés ; il peut aussi être servi dans une saucière.

beurre de citron

Blanchir le zeste d'un citron, le hacher le plus finement possible et l'ajouter à du beurre ramolli, en même temps qu'un filet de son jus, du sel et du poivre. Ce beurre sert à garnir des hors-d'œuvre froids.

beurre de crabe ou de crevette

Piler finement au mortier ou passer au mixeur 250 g de crevettes décortiquées ou de chair de crabe (cuit au court-bouillon et débarrassé de ses cartilages). Ajouter au beurre ramolli. Ce beurre sert à garnir des canapés, des hors-d'œuvre ou des poissons froids, et à achever des sauces de poisson ou de crustacés. On prépare de la même façon le beurre de homard, avec les parties crémeuses, le corail et les œufs.

beurre de cresson

Blanchir 150 g de feuilles de cresson, les rafraîchir, les éponger et les réduire finement en purée. Ajouter au beurre ramolli ; saler et poivrer. Ce beurre sert essentiellement à garnir des canapés ou des sandwichs. On prépare de la même façon le beurre d'estragon.

beurre pour escargots

Hacher très finement 35 g d'échalote et 1 cuillerée à soupe de persil ; réduire en pâte 2 gousses d'ail épluchées. Ajouter à 350 g de beurre ramolli avec 15 g de sel et 2 g de poivre.

beurre hôtelier

Additionner du beurre ramolli d'un volume égal de persil ciselé, de jus de citron et de duxelles de champignons. Ce beurre accompagne des poissons et des viandes grillés.

beurre de laitance

Réduire en purée, au tamis ou au mixeur, 150 g de laitance de hareng saur ou de laitance de carpe pochée, refroidie et égouttée. Ajouter au beurre ramolli, avec du sel et du poivre. Ce beurre sert à achever la préparation de certaines sauces maigres, destinées à des poissons grillés ou pochés.

beurre de Montpellier

Laver et blanchir à l'eau salée 10 g de feuilles de persil plat, 10 g de feuilles de cerfeuil, 10 g de feuilles de cresson, 10 g de feuilles d'estragon, 10 g de brins de ciboulette, 10 g de feuilles d'épinard et 20 g d'échalote. Rafraîchir, éponger. Passer le tout au mixeur avec 1 cornichon, 1 cuillerée à café de câpres, 1 filet d'anchois dessalé, 1 petite gousse d'ail et

1 jaune d'œuf dur. Ajouter au beurre ramolli, saler et poivrer largement. Ce beurre sert à accompagner de gros poissons froids. On y ajoute parfois, pour le rendre plus souple, 1 jaune d'œuf cru très frais et 8 cl d'huile d'olive.

beurre de piment
Épépiner un gros poivron vert ou rouge, le couper en dés et le faire étuver tout doucement dans du beurre, jusqu'à ce qu'il puisse se réduire en purée. Incorporer au beurre ramolli, saler, poivrer, ajouter une pointe de poivre de Cayenne et passer au tamis. Ce beurre s'emploie pour compléter certaines sauces ou garnir des hors-d'œuvre.

beurre de roquefort
Réduire 150 g de roquefort en purée avec 1 cuillerée à soupe de cognac ou de marc, et éventuellement 1 cuillerée à dessert de moutarde blanche. Ajouter au beurre ramolli. Ce beurre sert à garnir des canapés, des bouchées, des feuilletés, ou à accompagner des légumes crus.

écrevisses grillées au beurre d'ail → ÉCREVISSE
langouste grillée au beurre de basilic → LANGOUSTE
médaillon de lotte au beurre de poivron rouge → LOTTE DE MER

BEURRE DE GASCOGNE Mélange de graisse fine de veau fondue et assaisonnée, et de purée d'ail. Ce condiment, qui porte mal son nom puisqu'il ne comporte pas de beurre, accompagne les grillades, les apprêts panés, les légumes à l'anglaise.

BEURRECK Beignet turc au fromage, servi en amuse-gueule. Les beurrecks sont réalisés avec une béchamel bien serrée additionnée de katshkawalj, un fromage de lait de brebis commun à tout l'Orient, qui peut être remplacé par du gruyère ou de l'emmental (en petits dés ou râpé). Le mélange est façonné à froid en fines quenelles, que l'on enroule dans de la pâte à nouilles abaissée sur 2 mm et découpée à l'emporte-pièce en ovales de 10 cm sur 5 environ. Ces petits cigares sont soudés à l'œuf et plongés dans un bain de friture pendant 8 à 10 min ; lorsqu'ils sont cuits, ils remontent à la surface.

BEURRER Incorporer du beurre à une préparation ; enduire de beurre un ustensile ou du papier sulfurisé ; étaler du beurre sur du pain. En ajoutant de petits morceaux de beurre au moment de la finition à une sauce ou un potage, on l'assaisonne en corps gras. En beurrant une pâte, on la rend plus riche ; en beurrant une ganache, on la rend plus moelleuse. En enduisant de beurre fondu, à l'aide d'un pinceau, le fond d'un plat, l'intérieur d'un moule ou la surface d'une plaque à pâtisserie ou d'une feuille de papier sulfurisé, on empêche les éléments d'attacher pendant la cuisson et on facilite le démoulage. En étalant du beurre ramolli en pommade avec un couteau à bout arrondi ou une spatule en métal, on tartine des tranches de pain.

BEURRIER Récipient en verre, en faïence ou en acier inoxydable, destiné à conserver le beurre (dans ce cas, il comporte un couvercle) ou à le servir à table. (Les beurres composés se servent plutôt dans des saucières ou dans des raviers.)

BHUJIA Beignet indien de légumes (pomme de terre, aubergine, chou-fleur, oignon), qui sont frits dans une pâte à base de farine de pois chiches.

BIARROTE (À LA) Se dit de petites pièces de boucherie dressées sur des galettes en appareil à pommes duchesse et entourées de cèpes grillés. Cette dénomination s'applique également à une recette de poulet sauté au vin blanc.

BICARBONATE DE SOUDE Poudre alcaline (sel disodique de l'acide carbonique) entrant dans la composition de tablettes et de pastilles destinées à faciliter la digestion en calmant l'acidité gastrique. En cuisine, le bicarbonate de soude sert à adoucir l'eau de cuisson des légumes secs et à conserver une couleur vive aux légumes verts.

BICHOF Boisson ancienne, préparée avec du vin, des agrumes et des épices, que l'on servait chaude ou glacée. Le bichof a aujourd'hui été remplacé par la sangria et par les cocktails aux fruits.

bichof au vin du Rhin
Cuire 5 min sur le feu, dans 3 dl d'eau, 250 g de sucre semoule, les zestes de 1 orange et de 1 citron, 2 clous de girofle et 1 bâton de cannelle. Ajouter 75 cl de vin du Rhin. Chauffer jusqu'à ce qu'une légère mousse blanche se forme à la surface du liquide. Passer au chinois. Servir en pot ou dans un grand bol à punch.

BIDON Récipient à couvercle, en fer étamé, en acier inoxydable, en aluminium ou en matière plastique, d'une contenance de 20 litres en général, utilisé pour la collecte du lait dans les fermes.

BIÈRE Boisson alcoolisée, obtenue par la fermentation d'un moût sucré, à base de céréales germées (orge principalement), additionné de houblon.

Les lois française et belge autorisent un pourcentage plus ou moins important de maïs et de riz, alors que l'Allemagne, régie plus sévèrement dans ce domaine par la « loi de pureté » (qui date de 1516), interdit cette pratique.

■ **Histoire.** La bière est la boisson la plus répandue dans le monde et la plus ancienne connue. C'est à Jéricho (Jordanie) qu'ont été retrouvées les premières traces de la fabrication d'une boisson fermentée à partir de céréales, 8 000 ans av. J.-C.

Les Mésopotamiens et les Égyptiens furent les plus gros consommateurs de « bière » de l'Antiquité ; ils la buvaient tiède. Elle provenait de la macération de pain d'orge émietté dans l'eau, fermenté dans du jus de datte aromatisé de cumin, de myrte, de gingembre et de miel.

Les Gaulois, les Celtes et les Saxons fabriquaient la cervoise, qui ne comportait pas encore de houblon : celui-ci ne fut introduit qu'au XIIIe siècle, par des moines bavarois. L'ancienneté de la fabrication de la bière en Europe (essentiellement dans le Nord et dans l'Est, tandis que le Sud, y compris la France, découvrait le vin), puis sa diffusion dans le monde sont liées à la valeur de ses matières premières : pureté de l'eau, qualité de l'orge (Moravie et Alsace étaient les meilleurs « crus ») et finesse du houblon.

■ **Fabrication.** L'orge est une céréale riche en amidon, mais qui ne fermente pas naturellement en présence de levure (au contraire du sucre contenu dans les pommes ou le raisin). Il faut donc obtenir un moût, en faisant subir à l'orge plusieurs transformations.

• MALTAGE. Les grains sont trempés et mis à germer, puis séchés (touraillage), chauffés et broyés.

• BRASSAGE. Ce malt subit une mouture puis est mélangé à de l'eau chaude ; ses enzymes libèrent le sucre de l'amidon, puis le moût est chauffé jusqu'à ébullition, additionné des fleurs de houblon qui donnent à la bière son amertume et une partie de son arôme. Après refroidissement, on ajoute la levure.

La fermentation détermine ainsi trois types de bière.

– La fermentation basse (7 jours, à une température de 7 à 8 °C) donne les bières les plus courantes (pils ou lager), désaltérantes et où prédominent les arômes de malt et de houblon.

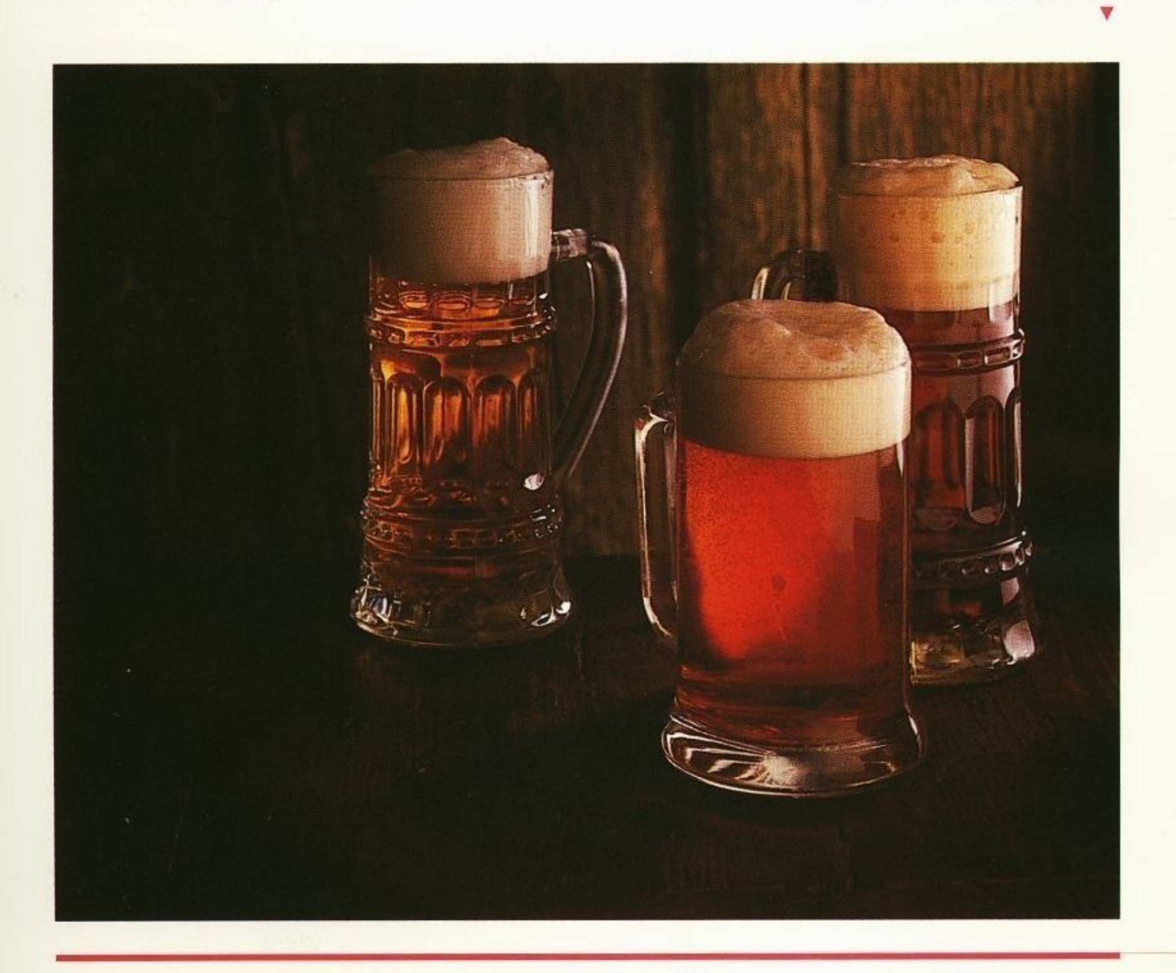
– La fermentation haute (3 jours, à une température de 14 à 25 °C) donne des bières plus fruitées, aux arômes souvent complexes. Ce sont les bières trappistes ou d'abbaye belges, les bières de garde du nord de la France, les ales et les stouts britanniques, ou encore les Weissenbier et les Altbier allemandes.

– La fermentation spontanée (plusieurs semaines, voire plusieurs mois, en fûts) est une technique archaïque (sans adjonction de levure), encore pratiquée dans la région de Bruxelles, en Belgique, pour obtenir le lambic et la gueuze.

Après la fermentation, la bière jeune (dite aussi « bière verte ») va faire l'objet d'une maturation, la garde, pendant une période allant de deux à trois semaines à plusieurs mois. Puis elle sera filtrée et conditionnée (en bouteilles, en boîtes ou en fûts), et souvent pasteurisée.

■ **Couleur et degré.** La couleur, indépendante de la durée de fabrication, est liée au chauffage plus ou moins intensif du malt, qui fait apparaître des caramels ; ceux-ci colorent la bière en brun et lui donnent un goût spécial. Les bières blondes, plus ou moins pâles, se distinguent par leur amertume.

Bières. Des couleurs pour tous les goûts.
Blonde (à gauche), rousse, brune (à droite) : les amateurs ont leurs préférences. ▼



Le degré, pour la bière, est un rapport de quantité, exprimant le pourcentage d'extraits que contenait le malt avant sa fermentation (degré Plato). Le taux d'alcool définitif n'est plus que le tiers ou le quart de ce chiffre : de 2 à 3 % Vol. pour les bières « de table » ; de 4 à 5 % Vol. pour les bières « de luxe » ; de 5 à 7 % Vol. pour les bières « spéciales ».

La bière contient du sucre non fermentescible (que l'on élimine dans les bières « allégées » à basses calories), des matières azotées, des sels minéraux et des vitamines. Un litre de bière apporte 500 Kcal environ.

■ **Bières françaises et étrangères.** Le type de fabrication et les traditions locales ont engendré de nombreux styles de bière.

– En France, la majorité de la production est dominée par les bières blondes de fermentation basse, produites industriellement en Alsace-Lorraine (Mützig, Kronenbourg, Kanterbraü, Heineken) et dans le Nord (33 Export, Pelforth). Plutôt neutres de goût, ce sont avant tout des bières de désaltération. Les bières spéciales (1664, Gold, Old Lager) se caractérisent par un arôme plus intense et un degré d'alcool supérieur.

À côté de ces industries survivent et se développent des brasseries artisanales, produisant des bières beaucoup plus typées : bières de garde du nord de la France (Jenlain, Ch'ti, Trois Monts, Épi de Facon, etc.) et bières de spécialités d'Alsace (Schützenberger, Adelshoffen, Météor, etc.).

– La Belgique offre le plus large choix : aux côtés des pils classiques (Stella, Jupiter, Maës), on trouve lambics et gueuzes (dont la célèbre Mort Subite) à l'acidité particulière, et leurs variantes aux fruits (kriek, framboise) ; bières trappistes (toutes élaborées par des moines) et d'abbaye, souvent fortes et très aromatiques ; bières blanches désaltérantes, à base de froment et d'épices ; bières denses de fermentation haute (Duvel, Martin's, De Koninck) ; bières rouges comme la Rodenbach, vieillie deux ans en fût de chêne.

– En Grande-Bretagne, c'est dans les pubs que l'on découvre les ales traditionnelles, refermentées en fût (Bass, Burton, Newcastle, Fuller's, Youngs), offrant de grandes variations aromatiques. Mais il existe aussi des stouts et des porters qui se conservent très bien en bouteilles, parfois pendant plusieurs années (Thomas Hardy). L'Irlande, avec la Guinness et la Murphy's, a popularisé les stouts complètement noires, à forte amertume mais moyennement alcoolisées.

– En Allemagne, les bières blondes amères, produites par des centaines de brasseries dans le pays, ne doivent pas faire oublier d'autres types plus originaux : Munich de Bavière, rondes et douces ; Altbier, de fermentation haute (Cologne, Düsseldorf) ; Weissenbier de Bavière et de Berlin, à base de froment ; bière fumée de Bamberg.

– En Suisse, si le style allemand est le plus représenté (Hürlimann, Feldschlösschen), coexistent à la fois les plus anciennes bières sans alcool et la bière la plus forte du monde, la Samichlaus (14 % Vol.), brassée une fois par an le jour de la Saint-Nicolas.

– C'est de Tchécoslovaquie que proviennent les pils les plus authentiques (Pilsen Urquell, Staropramen), obtenues grâce à la grande qualité des orges, des houblons, et à une composition chimique particulière de l'eau de brassage. Elles sont aujourd'hui imitées dans le monde entier.

– Au Canada, aux côtés de grands groupes à l'américaine (Molson, Labatt), sont apparus de petits brasseurs indépendants, comme Unibroue (« Fin du Monde ») qui collabore avec le chanteur Robert Charlebois.

Dans le reste du monde, où la bière blonde de fermentation basse exerce une domination presque sans partage, on appréciera la finesse et l'amertume des bières danoises (Carlsberg, Tuborg) ou néerlandaises (Amstel), mais aussi la grande qualité de fabrication des bières japonaises (Sapporo, Kirin).

Aux États-Unis, où dominent les bières légères, peu aromatiques et peu amères (Budweiser, Miller), se développent depuis quelques années des bières artisanales de grande qualité (San Francisco Steam Beer, Samuel Adams, Brooklyn, Chicago Legacy).

■ **Emplois.** La bière est une boisson de table, et elle sert en outre à préparer des cocktails et à cuisiner de nombreux mets (soupes, poissons, telle la carpe, ragoûts et carbonades), auxquels elle donne de l'onctuosité et une certaine amertume. Elle peut également accompagner certains fromages (gouda, maroilles) et entre dans la préparation des pâtes à crêpes et à beignets, où elle remplace la levure.

■ **Dégustation.** Une bière est caractérisée par plusieurs facteurs : son amertume (qui ne doit jamais aller jusqu'à l'âcreté), produite par les tanins et le houblon ; sa brillance, résultant de sa limpidité et de sa transparence, qui prouve qu'elle a été bien travaillée et bien filtrée ; et enfin sa mousse (que les Allemands appellent la « fleur »), qui doit être stable et de bonne tenue, son corps, sa pétillance et, bien sûr, son goût.

En dehors des repas, la bière se boit selon un cérémonial de dégustation que respectent les connaisseurs. La bière blonde se sert entre 7 et 9 °C : pour apprécier pleinement sa « mâche », il ne faut jamais la boire glacée ; la bière brune se boit chambrée. Les bouteilles doivent être conservées debout ; lorsqu'elles sont ouvertes, la bière s'évente très rapidement.

Les verres ballons à pied et les gobelets cylindriques conviennent bien aux bières courantes. Les bières mousseuses s'apprécient dans des verres tulipes, ou dans des flûtes. Les chopes en grès gardent la fraîcheur des bières allemandes. Pour la contenance, on distingue le bock (12,5 cl), le demi (25 cl), le distingué (50 cl), le parfait (1 litre), le sérieux (2 litres) et le formidable (3 litres). Les chopes contiennent en général 33 cl.

La bière à déguster se sert en dirigeant le jet vers le fond du verre, pour former de la mousse, puis en versant le long d'un côté, pour éviter l'excès de mousse, et enfin en redressant le verre, pour former le « faux col ».

▶ **Recettes** : CARPE, SOUPE.

BIFIDUS Nom public du *bifidobacterium*, une bactérie spécifique de l'intestin des enfants nourris au lait maternel. Ce ferment lactique appartient à la famille des lactobacilles. Il a donné naissance, seul ou en association avec d'autres bactéries, à de nouveaux produits laitiers : lait fermenté, yaourt (**voir** ce mot) ou fromages au bifidus, qui seraient bons pour la santé.

BIFTECK Tranche de viande de bœuf – et, par extension, de cheval – peu épaisse, pesant de 100 à 200 g, que l'on cuit au gril ou à la poêle. Par abréviation, on l'appelle aussi steak. Si le filet est souvent préparé en tournedos, le faux-filet, le rumsteck et l'aiguillette fournissent des biftecks de premier choix (voir planche de la découpe du bœuf pages 128 et 129). Les biftecks que l'on tire de la tende-de-tranche, ainsi que de la poire et du merlan, sont presque aussi tendres, tout comme ceux de l'araignée. La bavette, la hampe, la macreuse, la tranche sont des morceaux particulièrement « goûteux », alors que l'onglet est réputé saignant.

BIGARADE Fruit du bigaradier, du groupe des agrumes, cultivé localement dans le Midi. Cette orange amère à l'écorce verte rugueuse sert essentiellement à faire des marmelades, des gelées et des confitures. La fleur du bigaradier permet d'obtenir l'eau de fleur d'oranger. La substance très parfumée que renferme l'épaisse écorce des bigarades est utilisée en distillerie dans la fabrication du curaçao, du Cointreau et du Grand Marnier, et c'est traditionnellement « à la bigarade » que l'on apprête le canard ou le caneton poêlé nappé d'une sauce à l'orange amère.

▶ **Recettes** : CANARD SAUVAGE, CANETON.

BIGNON (LOUIS) Restaurateur français (Hérisson 1816 - Macau 1906). Ayant débuté à Paris comme garçon au *Café d'Orsay*, puis au *Café de Foy*, il devient propriétaire de ce dernier, qu'il cède à son frère en 1847. Louis Bignon prend alors la direction du *Café Riche*, dont il fait l'une des premières tables de Paris. Ses activités s'étendent à la viticulture et à l'agriculture. Membre fondateur de la Société des agriculteurs de France, il fut le premier restaurateur à porter la rosette de la Légion d'honneur.

BIGORNEAU Petit mollusque marin de la classe des gastropodes mesurant de 2 à 3 cm, que l'on ramasse sur les côtes normandes et bretonnes (voir planche des coquillages page 324). Il a une coquille brune ou noire, à spire régulière finement striée.

Le bigorneau se mange froid, sans son opercule, en amuse-gueule, avec du pain de seigle et du beurre salé, après pochage de 5 min dans de l'eau salée (il faut pouvoir l'extraire entier de sa coquille à l'aide d'une épingle ; or une cuisson trop longue le rend cassant). On en fait aussi une salade. Selon les régions, on l'appelle « vignot » (ou « vigneau »), « brelin », « littorine », « escargot de mer » ou « guignette ».

BIGOS Plat polonais, appelé aussi « ragoût du chasseur », fait de couches alternées de choucroute et de viandes cuites. Le bigos se sert avec des petites saucisses grillées ; on le présente avant le potage.

bigos

Laver 4 kg de choucroute crue en changeant l'eau plusieurs fois. La mettre dans un fait-tout et la couvrir d'eau froide. Porter à ébullition. Peler, épépiner et couper en dés 4 pommes ; les citronner. Hacher 2 gros oignons épluchés. Égoutter la choucroute, y ajouter les pommes et les oignons. Faire fondre 4 cuillerées à soupe de saindoux dans une marmite et y mettre une couche de choucroute assez épaisse, puis une couche de viandes cuites (canard, bœuf, jambon, agneau, petit salé, voire chevreuil) coupées en morceaux. Continuer de remplir la marmite en alternant viandes et choucroute, en terminant par celle-ci et en rajoutant un peu de saindoux de temps à autre. Mouiller de bouillon à hauteur, couvrir et cuire sur feu doux 1 h 30. Préparer alors un roux blanc mouillé avec du jus de cuisson. Verser sur le bigos et cuire encore 30 min.

BILLOT Bloc de bois massif, à dessus plan, qui sert de support pour détailler les viandes au couperet. Autrefois, le billot était posé sur trois pieds de bois ; aujourd'hui, il est encastré dans un châssis fixe.

BILLY BY Potage composé de moules cuites au vin blanc avec des oignons, du persil, du céleri et du fumet de poisson. Il est servi lié avec de la crème fraîche, chaud ou glacé, accompagné de moules et de paillettes au parmesan.

Il aurait été créé par le chef de *Maxim's*, Barthe, à l'intention d'un habitué, amateur de moules, surnommé Billy. Selon d'autres sources, le billy by, ou bilibi, serait né en Normandie à l'époque du débarquement, en 1944, à l'occasion d'un dîner d'adieu offert à un officier américain prénommé Bill, d'où l'appellation *Billy, bye bye*, devenue « billy by ».

BIOTECHNOLOGIE Ensemble des techniques utilisant des micro-organismes vivants pour transformer une substance organique en une ou plusieurs autres. Le procédé peut être naturel, telle la fermentation de la bière, du pain, du fromage, du vin ou de la choucroute.

Mais, aujourd'hui, la biotechnologie s'appuie de plus en plus sur le génie génétique. Ainsi, au Canada, on récoltera bientôt des tomates (dont le génome a été modifié) qui, au lieu d'être cueillies vertes, pourront mûrir sur le plant sans ramollir. De même, la modification des caractères agronomiques des plantes renforce leur résistance aux agressions. Une hormone de croissance, la STB (somatropine bovine), augmente désormais la production de lait des vaches.

Toute la biotechnologie fait l'objet d'une surveillance étroite des pouvoirs publics et des associations de consommateurs.

BIRCHER-BENNER (MAXIMILIAN OSKAR) Médecin suisse (Aarau 1867 - Zurich 1939), promoteur du régime qui porte son nom et dont l'élément le plus connu est le Birchermuësli. Dans sa clinique, il proposa à ses patients une alimentation strictement végétarienne.

À une époque où les malades mis à la diète consommaient des aliments cuits et des bouillons de viande, Bircher-Benner insistait sur la nécessité de consommer des fruits et des légumes crus (sans toutefois rejeter les laitages et les œufs) pour retrouver une bonne santé et la conserver. Sa méthode connut un grand succès dans le monde entier.

BIRCHERMUËSLI Mélange de céréales, de fruits secs et de fruits frais, que l'on arrose de lait et de sucre. Mis au point au début du XIXe siècle par un nutrionniste suisse du nom de Bircher-Benner (*Muësli* signifie « mélange »), ce repas de régime équilibré a ensuite été popularisé comme petit déjeuner nutritif en Suisse, en Allemagne et dans les pays anglo-saxons, où il a été commercialisé sous diverses marques, mais toutes les variantes sont possibles. Une formule classique consiste à mélanger flocons d'avoine, germes de blé, amandes, raisins secs et pommes crues râpées, que l'on arrose de lait sucré et de jus de citron.

On peut ajouter à volonté rondelles de banane, voire carottes râpées, noix et noisettes, lait concentré ou yaourt liquide, jus d'orange ou de pamplemousse, miel et extrait de malt. Dans tous les cas, il est préférable de préparer le Birchermuësli à l'avance, pour qu'il soit bien gonflé.

BIRDSEYE (CLARENCE) Homme d'affaires et inventeur américain (New York 1886 - *id.* 1956). Au cours d'un voyage au Labrador en 1920, il avait observé que le poisson pêché par les Esquimaux, exposé à l'air libre, se congelait rapidement et restait ainsi comestible pendant plusieurs mois. De retour aux États-Unis, Clarence Birdseye réussit à mettre au point une technique mécanique de congélation ultrarapide. Cependant, la grande crise économique de 1929 le contraignit à vendre son procédé et son propre nom à une firme alimentaire.

BIREWECK Gâteau alsacien, également appelé « pain de fruits », fait de pâte levée parfumée au kirsch, à laquelle on incorpore des fruits frais, des fruits secs et des fruits confits. Habituellement façonné en petites boules, il peut aussi être cuit en une seule grosse pièce et consommé en tranches.

bireweck

Éplucher, épépiner ou dénoyauter 500 g de poires, 250 g de pommes, 250 g de pêches, 250 g de figues sèches et 250 g de pruneaux ; mélanger 1 kg de farine tamisée et 30 g de levure de boulanger avec un peu d'eau de cuisson des fruits, pour obtenir une pâte souple ; laisser lever 2 heures. Pendant ce temps, détailler en petits dés 100 g de cédrat et 50 g d'angélique confits. Quand la pâte a levé, la rompre ; y ajouter les dés de fruits confits, 250 g de raisins de Málaga, 125 g de noisettes, 125 g d'amandes, 125 g de cerneaux de noix, tous décortiqués, 50 g de julienne de zeste d'orange blanchi, 125 g de dattes dénoyautées et les fruits cuits égouttés. Mélanger. Ajouter 2 dl de kirsch et bien mélanger. Diviser la pâte en portions de 200 g (une trentaine). Les façonner en forme de petits pains et lisser la surface à l'eau. Mettre au four préchauffé à 160 °C et cuire 1 h 45 environ.

BIRIANI Mélange indien de riz basmati et de crevettes, aromatisé au safran, cuit avec des épices, des raisins secs et des noix de cajou. Dans cette spécialité très populaire des régions de l'Inde du Nord, les crevettes sont parfois remplacées par du poulet, de l'agneau ou des légumes.

BISCÔME Pain d'épice qui se mange traditionnellement à Lucerne (Suisse) le jour de la Saint-Nicolas, célébrée le 6 décembre.

Le point culminant de la fête est la traversée de la ville par un grand cortège. Précédés de deux hérauts s'avancent saint Nicolas, chargé d'une immense hotte pleine de biscômes, et les pères Fouettard, censés punir les enfants qui n'ont pas été sages dans l'année.

BISCOTTE Tranche d'un pain spécial, dont la pâte à base de farine, d'eau, de sel et de levure est enrichie en sucre pour mieux griller ensuite, et en matières grasses qui resserrent la mie.

Les biscottes, qui apportent essentiellement des glucides (de 75 à 80 %), fournissent environ 420 Kcal pour 100 g.

Ce produit de panification industrielle est un aliment de consommation courante typiquement français, mais certaines spécialités étrangères, comme le *Zwieback* allemand ou le toast rond hollandais, lui sont apparentées. Le pain est d'abord cuit en moule, puis découpé en tranches, lesquelles, une fois rassises, sont grillées au four, ce qui leur donne une coloration dorée. Elles doivent avoir une texture friable et finement alvéolée.

À l'origine, la biscotte, spécialité artisanale de la ville de Bruxelles, fut considérée comme un produit de luxe, puis de régime. Aujourd'hui, elle est consommée couramment au petit déjeuner et aux repas. Sa composition peut être modifiée en fonction de certains régimes (biscottes sans sel, enrichies en gluten, en son). La biscotterie moderne a également mis sur le marché du « pain grillé », en tranches oblongues, moins riche en matières grasses et en sucre que les biscottes, ainsi que du pain braisé » et divers produits pour le petit déjeuner.

Les biscottes sont parfois utilisées en cuisine, imbibées de lait pour une farce, ou réduites en chapelure.

BISCOTTE PARISIENNE Pâtisserie légère, cuite (une seule fois et non pas deux comme les biscottes proprement dites) au four. La pâte, faite d'amandes, de jaunes d'œuf, de blancs en neige et de fécule, est aromatisée au kirsch, puis couchée à la poche sur une plaque beurrée.

BISCUIT Pâtisserie généralement allégée par de la levure chimique ou des blancs d'œuf battus en neige. Il s'agit à l'origine d'une pâte de farine spéciale très dure, peu levée et très cuite, présentée sous diverses formes et destinée à être conservée. Il en existe de nombreuses variantes, les plus connues étant la génoise, le biscuit de Savoie, le biscuit roulé, le manqué et le quatre-quarts.

Biscuit mousseline à l'orange,
coulis de cassis et de framboise
Recette voir page 118.



Ces pâtisseries sont souvent enrichies d'amandes, parfumées de zeste de citron, de vanille, de liqueur, etc., et peuvent se garnir de confiture ou d'une crème au beurre.

Aujourd'hui, le biscuit est également un produit de biscuiterie, c'est-à-dire un gâteau sec, salé ou sucré, à haute valeur calorique (de 420 à 510 Kcal pour 100 g).

En principe, le biscuit, comme son nom l'indique, devrait être cuit deux fois ; il est seulement cuit de manière plus complète que le pain.

■ **Histoire.** Si l'on ignore la date de la création du biscuit, on sait que les Romains le connaissaient, mais aussi les armées vénitiennes et les Turcs. Il fut pendant des siècles l'aliment de base du soldat et du marin. Le biscuit fut ainsi le pain spécial dont faisaient provision les navigateurs, d'où l'expression « ne pas s'embarquer sans biscuits » lorsqu'on se lance dans une entreprise longue et périlleuse. Chateaubriand écrit dans ses souvenirs de voyage : « Toujours réduit à une existence solitaire, je soupais d'un biscuit de vaisseau, d'un peu de sucre et de citron. »

C'est dans ce sens que l'on parla, jusqu'au XIX[e] siècle, des biscuits « de garde » ou « de voyage », pâtisseries consistantes, que l'on enveloppait de papier d'étain et qui se conservaient assez longtemps, comme le beauvilliers et le bonvalet.

En France, le biscuit ne commença à être fabriqué que sous le règne de Louis XIV (1643-1715). En 1894, le biscuit de troupe – ou pain de pierre – fut remplacé par le pain de guerre, à base d'amidon, de sucre, d'eau, de matières azotées, de cendres et de cellulose ; l'appellation « biscuit de soldat » ne disparut que lorsque les troupes, même en campagne, furent approvisionnées en pain.

Jadis, on préparait des biscuits « animalisés », au jus de viande, dits reconstituants ; la Seconde Guerre mondiale vit apparaître des biscuits vitaminés, distribués dans les écoles.

Aujourd'hui, certains produits diététiques ou de régime se présentent sous forme de biscuits enrichis en vitamines, diversement aromatisés.

pâte à biscuit : préparation

500 g de sucre semoule, 25 g de sucre vanillé, 10 jaunes d'œuf, 125 g de farine tamisée, 125 g de fécule de maïs, 10 blancs d'œuf, 1 pincée de sel.

Travailler à la spatule, dans une terrine, le sucre, le sucre vanillé et les jaunes d'œuf jusqu'à ce que le mélange fasse le ruban. Battre les blancs d'œuf en neige ferme avec 1 pincée de sel. Les incorporer au mélange avec la farine et la fécule. (On peut réaliser une pâte à biscuit moins fine avec 250 g de sucre semoule, 8 œufs, 125 g de farine tamisée et 1 pincée de sel.)

biscuit aux amandes

Incorporer à une pâte à biscuit 200 g d'amandes mondées (et éventuellement 4 ou 5 amandes amères), pilées avec 2 blancs d'œuf, ainsi que quelques gouttes d'eau de fleur d'oranger. Beurrer un moule à biscuit, le poudrer de sucre semoule. Y verser la pâte sur les deux tiers de sa hauteur. Cuire au four préchauffé à 180 °C. Démouler sur une grille et laisser refroidir. Couper le biscuit en 3 disques de même épaisseur. Garnir le disque inférieur de marmelade d'abricot, le disque intermédiaire de gelée de framboise. Reformer le biscuit et abricoter le dessus et le tour. Le glacer de fondant parfumé à la vanille et le garnir d'amandes hachées.

biscuit à l'italienne

Travailler à la spatule, dans une terrine, 500 g de sucre semoule et 10 g de sucre vanillé avec 10 jaunes d'œuf. Battre les blancs en neige très ferme avec 1 pincée de sel et les incorporer délicatement à la préparation. Ajouter rapidement en pluie 125 g de farine et 125 g de fécule tamisées ensemble. Beurrer puis poudrer de sucre semoule et de fécule un moule à charlotte. Y verser le mélange ; il ne doit emplir le moule qu'aux deux tiers. Cuire au four préchauffé à 175 °C.

biscuit mousseline à l'orange

Préparer une pâte à biscuit. Beurrer (avec du beurre clarifié chaud) un moule à charlotte et le poudrer largement de sucre glace. Verser la pâte dans le moule : elle ne doit l'emplir qu'aux deux tiers. Cuire dans le four préchauffé à 180 °C. Démouler sur une grille et laisser tiédir. Couper le biscuit en 2 disques d'égale épaisseur. Verser un peu de curaçao sur le disque inférieur et le recouvrir d'une bonne couche de marmelade d'orange. Recouvrir avec le second disque. Glacer avec du fondant légèrement parfumé au curaçao. Décorer de motifs en écorce d'orange confite et servir avec un coulis de cassis et de framboise. (Voir photographie page 117.)

biscuit roulé

Préparer une pâte à biscuit en divisant par deux les quantités de la recette de base. Tapisser la plaque du four de papier sulfurisé et enduire celui-ci au pinceau à pâtisserie de beurre clarifié. Étaler régulièrement la pâte avec une spatule métallique, sur 1 cm environ. Cuire 10 min au four préchauffé à 180 °C : le dessus du biscuit doit juste blondir. Pendant ce temps, préparer un sirop avec 100 g de sucre et 1 dl d'eau, y ajouter 1 cuillerée à café de rhum. Griller légèrement 125 g d'amandes effilées. Sortir le biscuit du four, le retourner sur un torchon et l'arroser de sirop. Y étaler de la marmelade d'abricot ou de la gelée de framboise, selon le goût. En s'aidant du torchon, rouler le biscuit. Trancher les deux extrémités, en biais ; abricoter tout le gâteau et le décorer éventuellement d'amandes grillées.

RECETTE DU RESTAURANT *FELLINI*, À PARIS

biscuits à l'anis

« Mélanger 600 g de farine tamisée avec 350 g de sucre, 5 g de bicarbonate de soude, 5 œufs entiers, 200 g d'amandes mondées et 50 g d'anis vert. Étaler cette pâte sur une plaque à pâtisserie légèrement graissée et dorer quelques minutes au four préchauffé à 160 °C. Couper en morceaux et repasser au four pour faire sécher. Ces biscuits doivent être très durs. »

RECETTE DE PHILIPPE BERZANE

biscuits au gingembre

« Blanchir 110 g de beurre fondu et 110 g de sucre. Incorporer 110 g de golden sirup (sirop de sucre de canne), 110 g de farine et 4 g de gingembre. Bien mélanger ; coucher la préparation à la poche sur une plaque, en petites masses espacées. Mettre au four préchauffé à 180 °C de 7 à 8 min. Sortir les biscuits et les tourner autour d'un petit bâton en appuyant sur la jonction pour qu'ils ne se déroulent pas. »

RECETTE DE *LA MAISON RIGUIDEL*, À QUIBERON

galettes bretonnes

« Dans une terrine, mélanger 1 jaune d'œuf et 3 œufs entiers avec 600 g de sucre parfumé de cannelle. Ajouter 750 g de beurre breton demi-sel à température ambiante et en morceaux, et mélanger longuement pour obtenir une préparation homogène. En cours d'opération, mettre un peu de rhum brun agricole, d'extrait de vanille et d'huile essentielle de bergamote. Tamiser 1 kg de farine de froment et une bonne pincée de levure chimique, et commencer à les mélanger avec la préparation au beurre, puis verser le tout sur un linge fariné. Pétrir à l'aide du linge pendant 3 min, en farinant de temps en temps. Réserver toute la nuit la pâte dans son linge, au frais mais pas au réfrigérateur, car le froid durcirait le beurre. Le lendemain, diviser la pâte en 5 pâtons de 500 g environ, les aplatir dans des plats à tarte, les dorer à l'œuf battu avec un peu de lait et les décorer de quelques motifs tracés à coups de fourchette. Cuire au four préchauffé à 210 °C pendant 20 min environ, en surveillant la couleur et l'odeur, qui ne doit pas devenir acide. »

BISCUIT ANGLAIS Biscuit sec et peu sucré largement exporté par les Anglais à partir de 1860. Les biscuits anglais gagnèrent rapidement les colonies britanniques, mais aussi la France, et toutes les régions où l'on apprécie le thé. C'est en 1862 qu'Honoré-Jean Olibet, fils d'un boulanger de Bordeaux, importa dans son pays les procédés de la fabrication anglaise.

BISCUIT AU CHOCOLAT SANS FARINE Biscuit composé d'œufs, de sucre et de chocolat fondu, enrichi éventuellement de poudre de cacao, de pâte d'amande et de beurre. Il se consomme nature ou sert de base d'entremets ; cuit à four moyen, il se distingue par sa texture assez humide et très moelleuse.

BISCUIT À LA CUILLÈRE Petit biscuit en forme de languette bombée, fait avec une pâte semblable à celle du biscuit de Savoie, mais encore plus légère. Ces biscuits servent souvent à chemiser des moules à entremets froids ou glacés. Ils se conservent de deux à trois semaines dans une boîte métallique.

BISCUIT DACQUOISE Biscuit composé notamment de blancs d'œuf et d'un mélange de sucre glace et de sucre semoule, sec à l'intérieur, moelleux à l'extérieur, comme un macaron lisse (macaron gerbet). Traditionnellement enrichi d'amandes, il peut l'être aussi de noisettes, de pistaches, de noix de coco ou d'épices. Ce biscuit est très utilisé aujourd'hui, notamment comme support des mousses d'entremets.

BISCUIT GLACÉ Entremets glacé de couches alternées de glaces à plusieurs parfums et d'un appareil à bombe, mis à glacer dans un moule en forme de briquette (voir TRANCHE NAPOLITAINE).

Le biscuit glacé est aussi un gâteau composé d'un fond de biscuit ou de meringue et de crème glacée (ou encore de sorbet, de parfait ou d'appareil à bombe). On le sert décoré de crème Chantilly, de fruits confits ou au sirop, de vermicelles en chocolat.

Le biscuit comtesse-Marie se fait dans un moule spécial carré, du même nom, chemisé de glace à la fraise ; l'intérieur est garni de chantilly vanillée.

BISCUIT À L'HUILE Biscuit italien onctueux, préparé avec de l'huile d'olive et non pas du beurre. De saveur très douce, il est souvent utilisé comme base d'entremets ; il se consomme également sous forme de gâteau aux fruits ou de gâteau au chocolat.

BISCUIT JOCONDE Biscuit composé de farine, de sucre, de beurre, de jaunes d'œuf, de blancs montés en neige et de poudre d'amande. Facile à étaler en fines couches, il est très utilisé en pâtisserie comme base ou comme entourage de nombreux gâteaux.

BISCUIT DE REIMS Petit biscuit rectangulaire léger et croquant, poudré de sucre. À l'origine, il était blanc ; plus tard seulement, les biscuitiers imaginèrent de le teinter de carmin et de le parfumer à la vanille. Le biscuit de Reims a été créé pour accompagner la dégustation du champagne, autrefois très sucré.

BISCUIT DE SAVOIE Gâteau à base de pâte à biscuit, très léger grâce aux nombreux œufs battus en neige qu'il contient. Il aurait été réalisé pour la première fois par le maître queux d'Amédée VI de Savoie, vers 1348. Depuis, la petite ville d'Yenne, près du lac du Bourget, s'est faite la gardienne de cette spécialité.

Ce biscuit ne doit pas être confondu avec le gâteau de Savoie, nom que l'on donne parfois à la brioche de Saint-Genix, autre spécialité savoyarde.

BISCUITERIE Fabrication industrielle des biscuits et gâteaux secs, d'origine britannique (voir BISCUIT ANGLAIS). Devenue très active, la biscuiterie, s'inspirant des recettes traditionnelles, utilise des farines diverses, des matières grasses végétales – sauf pour les spécialités « pur beurre » –, du sucre (saccharose, mais aussi glucose et maltose), de la fécule, du lait, des œufs, de la poudre levante. La fabrication est entièrement automatisée. Cependant, en France, certaines spécialités régionales sont encore fabriquées d'une façon artisanale (croquets, macarons, biscuits à l'anis, bretzels).

Salés ou sucrés, les différents biscuits sont généralement classés en trois grandes catégories, selon la consistance de leur pâte.

• PÂTES DURES OU SEMI-DURES. Elles comprennent les petits-beurre, les biscuits pour goûters (fourrés ou non) et pour petits déjeuners, les sablés et les galettes, ainsi que tous les crackers et biscuits à apéritif, salés et aromatisés. Ces biscuits, les plus consommés, contiennent environ 70 % de farine et pas d'œufs.

• PÂTES MOLLES. Elles donnent des biscuits soit secs (boudoirs, cigarettes, tuiles, palets, langues-de-chat, palmiers), soit moelleux (biscuits à la cuillère, nonnettes, madeleines, macarons, rochers, petits-fours, congolais, croquignoles).

• PÂTES LIQUIDES. Elles donnent les gaufrettes. La teneur en liquide (eau ou lait) de ces biscuits est forte, tandis que les matières grasses sont réduites, de même que la proportion de farine.

■ **Emplois.** Les biscuits et les gâteaux secs se servent généralement avec une boisson, un entremets ou une glace, et leur choix dépend de ce qu'ils accompagnent. Certains d'entre eux s'utilisent pour confectionner des gâteaux (charlotte, moka, etc.). Les biscuits sont particulièrement consommés dans les pays anglo-saxons et en Europe du Nord.

BISE (MARIUS) Restaurateur français (Annecy 1894 - Talloires 1969). Son père, ancien maître d'hôtel sur les bateaux du lac d'Annecy, acheta, en 1902, un petit restaurant à Talloires, sur l'une des rives du lac. L'établissement s'appelait alors *le Petit Chalet*, et l'on y servait de la friture, du lavaret et de l'omble chevalier. Un jour, Paul Cézanne offrit de payer son repas avec une toile, ce qui lui fut refusé.

Au lendemain de la Première Guerre mondiale, Marius, après avoir fait ses classes à Paris, succéda à son père. Il confia les fourneaux à sa femme, Marguerite, remarquable cuisinière. En 1928, *le Petit Chalet*, agrandi, fut rebaptisé *la Petite Auberge* et devint un haut lieu gastronomique, connu sous le nom d'« Auberge du Père Bise ».

BISON Grand ruminant sauvage des plaines d'Amérique du Nord, de la famille des bovidés. Symbole d'abondance et de prospérité pour les Indiens (qui utilisaient sa viande, sa graisse, son cuir, ses cornes, etc.), il fut l'objet de massacres systématiques à partir de la fin du XIXe siècle. Des troupeaux reconstitués vivent aujourd'hui dans des réserves en vue du maintien de la race, d'autres sont élevés dans des ranches pour la boucherie.

■ **Emplois.** La chair du bison, maigre et juteuse, a un goût marqué ; elle est surtout consommée dans l'ouest des États-Unis et du Canada. La bosse et la langue ont toujours été des morceaux de choix. Le bison n'ayant pas de viande sur les membres postérieurs, il a été croisé avec la vache afin d'obtenir une viande plus charnue, le *beefalo*.

Autrefois, Indiens et métis réduisaient la chair séchée en poudre, puis la mélangeaient à de la moelle, de la graisse et des baies ; ils compressaient le tout pour obtenir le pemmican, très nourrissant.

Aujourd'hui, en France, un millier de bisons d'Amérique vivent dans des parcs solidement clôturés. On importe aussi de la viande de bison du Canada et de Pologne ; elle est apprêtée généralement comme du bœuf, et parfois comme du gibier.

BISQUE Coulis de crustacés condimenté, relevé de vin blanc et de cognac, et additionné de crème fraîche, qui se sert en potage. La chair de l'élément principal est taillée en salpicon pour la garniture, et la carapace participe à la confection de la purée initiale.

Ce terme n'est employé dans son sens culinaire que depuis le milieu du XVIIe siècle. À l'origine, la bisque était très différente ; il s'agissait d'un potage de pigeonneau, relevé de champignons, ris de veau, crêtes de coq, fonds d'artichaut et jus de mouton, cuits séparément, tamisés et liés. Ce plat fut servi, le 25 août 1690, chez le ministre Louvois, qui recevait Louis XIV pour la Saint-Louis.

bisque d'écrevisse

Faire fondre 5 ou 6 cuillerées à soupe de mirepoix dans 40 g de beurre. Préparer 1,25 litre de consommé (ou de fumet de poisson). Cuire 75 g de riz rond dans 1/2 litre de consommé. Châtrer 18 belles écrevisses, les laver. Les ajouter à la mirepoix avec du sel, du poivre du moulin, un beau bouquet garni, et les faire sauter jusqu'à ce qu'elles aient rougi. Chauffer 3 cuillerées à soupe de cognac dans une petite louche, le verser brûlant sur les écrevisses et flamber en remuant bien. Ajouter 1 dl de bon vin blanc sec et laisser réduire des deux tiers. Mouiller de 1,5 dl de consommé, laisser cuire doucement pendant 10 min. Décortiquer les écrevisses refroidies ; couper la chair des queues en petits dés et les réserver pour la garniture. Piler au mortier (ou broyer dans un robot ménager) les carapaces, le riz cuit et le fond de cuisson des écrevisses. Passer le tout au tamis très fin, en pressant bien. Mettre cette purée dans une casserole avec le reste de consommé et faire bouillir 5 ou 6 min. Au moment de servir, ajouter une pointe de poivre de Cayenne, 1,5 dl de crème fraîche, puis, en une seule fois, 60 g de beurre divisé en petites parcelles. Vanner la bisque. Ajouter les dés de queue et servir brûlant.

BITTER Boisson aromatisée, de saveur amère, alcoolisée ou non. (L'adjectif *bitter*, en anglais comme en allemand, signifie « amer ».) La plupart des bitters viennent d'Italie (Campari, Fernet-Branca). À base de vin ou d'alcool, ils sont généralement parfumés de gentiane et d'écorce d'orange.

BLAGNY Vin AOC rouge de la côte de Beaune, produit sur les communes de Meursault et de Puligny-Montrachet (voir BOURGOGNE).

▶
Bisque d'écrevisse, croûtons frits



BLANC (GEORGES) Cuisinier français (Bourg-en-Bresse 1943), dont l'arrière-grand-père créa, en 1872, une auberge à Vonnas (Ain), près du champ de foire. Son fils Adolphe s'y installa en 1902 avec sa femme Élisa, qui deviendra célèbre pour ses talents culinaires et sera surnommée la Mère Blanc, « la meilleure cuisinière du monde », écrivit Curnonsky en 1933. L'année suivante, elle fut remplacée par son fils aîné Jean et sa femme Paulette. Puis c'est Georges qui prit la direction de la maison familiale. En 1981, il obtint une double consécration : la troisième étoile Michelin.

BLANC (À) Se dit de la cuisson d'une croûte vide, faite de pâte brisée ou à foncer, destinée à être garnie d'un appareil qui risquerait de détremper le fond, ou de fruits délicats qui ne subissent pas de cuisson. Le mot désigne aussi une cuisson sans coloration.

▶ **Recettes** : CROÛTE, RIS, SAUCE, SUPRÊME.

BLANC (AU) Se dit de la cuisson d'éléments dans un court-bouillon d'eau et de farine (voir BLANC DE CUISSON) ou dans un fond blanc, en particulier lorsqu'il s'agit d'une volaille ou de veau.

▶ **Recettes** : BOUILLON, FOND, FRAISE DE VEAU, POULARDE, RIZ.

BLANC (VIN) Vin élaboré à partir de raisins blancs ou rouges, toujours pressés et débarrassés de leurs peaux, qui sont les agents de coloration, avant fermentation. L'un des plus grands vins blancs secs est issu du cépage chardonnay en Bourgogne, tandis que le chenin blanc ou le sémillon donnent des vins plus ou moins secs selon la maturité du raisin et la concentration des jus due à l'attaque de pourriture noble *(Botrytis cinerea)*. Il en est de même pour les riesling et gewurztraminer.

Certains raisins noirs (pinot noir, meunier) donnent d'excellents vins blancs servant de base au champagne.

BLANC DE BLANCS Désignation de vins blancs issus exclusivement de raisins blancs comme le chardonnay, le sauvignon, le chenin blanc.

BLANC DE CUISSON Mélange d'eau et de farine, additionné de jus de citron (ou de vinaigre blanc lorsque les quantités sont importantes).

BLANCHAILLE Nom donné à diverses espèces de petits poissons très répandus le long des côtes et à l'embouchure des fleuves, qui se préparent en friture.

BLANCHE Qualificatif désignant une bière qui comporte une certaine quantité de froment, voire d'avoine. Peu alcoolisée et acidulée, la bière blanche est apéritive et désaltérante. En Belgique, et notamment dans le Brabant, elle est trouble, car non filtrée, et aromatisée. En Allemagne, les Weissenbier, pour leur part filtrées, viennent de Bavière, mais aussi de Berlin.

BLANCHIR Terme désignant trois opérations.
– Soumettre des aliments crus à l'action de l'eau bouillante, nature, salée ou vinaigrée, puis les rafraîchir et les égoutter, ou simplement les égoutter, avant de les cuire vraiment. Ce blanchiment a des buts différents : raffermir, épurer, éliminer l'excès de sel, enlever de l'âcreté, faciliter l'épluchage, réduire le volume de légumes. Dans certains cas, les éléments sont immergés dans de l'eau froide et amenés à ébullition : pommes de terre, lardons, abats blancs préalablement dégorgés, volaille, viande et os, riz (par exemple pour éliminer l'amidon et faciliter la cuisson, du riz au lait). Dans d'autres cas, ils sont plongés directement dans l'eau bouillante : chou vert et laitue notamment.
– Travailler vigoureusement au fouet un mélange de jaunes d'œuf et de sucre semoule, jusqu'à ce qu'il devienne mousseux et clair.
– Plonger dans un premier bain de friture certains apprêts de la pomme de terre afin d'obtenir une cuisson sans coloration. La consistance croustillante et la couleur dorée se réalisent au cours d'un deuxième passage en friture, à une température plus élevée.

BLANC-MANGER Sorte de gelée aux amandes, qui est l'un des plus anciens entremets sucrés. Au Moyen Âge, ce nom désignait soit une gelée de viande blanche, faite avec de la chair de chapon ou de veau pilée, soit un entremets sucré au miel et aux amandes.

RECETTE DU RESTAURANT *APICIUS*,
JEAN-PIERRE VIGATO, À PARIS

blanc-manger

« Ramollir 10 feuilles de gélatine dans de l'eau glacée. Les mettre dans 1 litre de lait d'amande chauffé. Laisser refroidir. Incorporer 100 g d'ananas et 100 g de fraises, tous deux taillés en brunoise, 10 belles feuilles de menthe hachées, puis 1 litre de crème fleurette fouettée à la spatule. Disposer dans de petits moules à savarin individuels et mettre au réfrigérateur de 2 à 3 heures. Démouler les blancs-mangers sur des assiettes ; mettre au centre du coulis d'abricot et autour du coulis de framboise. Décorer de feuilles de menthe, de fruits et d'amandes glacées. »

BLANC DE NOIRS Désignation de vins blancs issus de raisins noirs comme le pinot noir. Les raisins sont pressés très tôt pour que les jus puissent fermenter sans les peaux, agents de coloration.

BLANC DE VOLAILLE Morceau de chair blanche attenant au bréchet sur une volaille cuite et découpée. Le blanc se présente sous une forme allongée, sans os, dans le prolongement de l'aile. Lorsqu'il est truffé, servi en chaud-froid ou nappé d'une sauce, il prend le nom de « suprême ». Les blancs de volaille sont surtout utilisés détaillés en dés ou émincés.

BLANQUETTE Apprêt de viandes blanches (veau, volaille, lapin, agneau), mais aussi de poissons, voire de légumes, cuits dans un fond blanc ou simplement à l'eau avec une garniture aromatique.

blanquette : préparation
Détailler la viande ou le poisson en cubes de 5 cm de côté environ. Les raidir dans du beurre, sans les laisser colorer. Les mouiller à hauteur de fond blanc ou de bouillon, assaisonner, faire partir à plein feu, écumer. Ajouter alors 1 ou 2 oignons épluchés, dont 1 piqué de girofle, 1 ou 2 carottes moyennes pelées et coupées en quatre et 1 bouquet garni. Cuire à petite ébullition (15 min pour la lotte, 45 min pour la volaille, 1 h 15 pour le veau). Égoutter les morceaux, les parer, les mettre dans un plat à sauter, au chaud, avec des petits oignons et des champignons cuits au blanc. Au dernier moment, lier la cuisson avec de la crème et des jaunes d'œuf. Aciduler d'un peu de jus de citron. Dresser en timbale, parsemer de persil ciselé et garnir de croûtons taillés en forme de cœur et frits au beurre. Servir en garniture du riz à la créole.

RECETTE DE ROGER VERGÉ

blanquette d'agneau aux haricots et pieds d'agneau
« Découper en gros cubes une épaule d'agneau. Couvrir d'eau glacée et conserver 12 heures dans le réfrigérateur en changeant l'eau une ou deux fois. Faire tremper des haricots (flageolets, cocos, lingots, pamiers, au choix) une douzaine d'heures à l'eau froide avec 1 oignon piqué de girofle, 4 carottes entières, 1 poireau et 1 bouquet garni ; les mettre à cuire en écumant fréquemment et saler après 15 min. Frotter 3 pieds d'agneau au jus de citron, les blanchir 10 min à l'eau bouillante, les rafraîchir sous l'eau froide, les parer. Les faire cuire pendant 2 heures environ à l'eau bouillante citronnée, avec une cuillerée à soupe de farine délayée (blanc de cuisson), 2 carottes, 1 oignon, 1 bouquet garni et du poivre en grains. Égoutter les morceaux d'agneau. Les mettre à cuire à l'eau froide. Ajouter alors 1 cube de bouillon de bœuf, 2 carottes, 1 oignon, 1 bouquet garni, du poivre en grains et un peu de sel. Quand les pieds sont cuits, les égoutter, les débarrasser de leurs cartilages, couper la chair en dés. Égoutter les morceaux d'agneau, les disposer dans un plat de service, faire réduire leur cuisson à 1 litre. À part, délayer 3 dl de crème double avec 3 cuillerées à soupe de moutarde de Dijon et 4 jaunes d'œuf. Verser la cuisson réduite sur ce mélange après l'avoir passée au chinois. Faire chauffer doucement, en remuant sans arrêt. Saler et poivrer. Au premier bouillon, passer le mélange et en napper les morceaux d'agneau. Égoutter les flageolets, les mélanger à la blanquette ainsi que les dés de chair de pieds. »

BLANQUETTE DE LIMOUX Vin AOC blanc effervescent, produit dans le département de l'Aude, aux environs de la ville de Limoux, près de Carcassonne (voir LANGUEDOC).

BLAYAIS Vignoble situé sur la rive droite de la Gironde, en face du Médoc, connu pour les appellations côtes-de-blaye et premières côtes-de-blaye (voir BORDELAIS).

BLÉ Céréale annuelle de la famille des graminées, dont les grains servent à fabriquer la farine et la semoule, mais se mangent aussi cuits, germés, concassés, etc. (voir tableau des céréales page 229). Les grains de blé sont formés d'une double enveloppe, le tégument, garnie de poils durs et serrés, le son, et d'une amande renfermant un germe, riche en azote et en graisse. Ils contiennent du phosphore, du calcium et d'autres sels minéraux, ainsi que de nombreuses vitamines.

■ **Histoire.** Le blé est cultivé depuis le néolithique (IXe-IVe millénaire av. J.-C.). Il a d'abord été consommé sous forme de galettes et de bouillies. Les Égyptiens, puis les Grecs et les Romains en firent une céréale panifiable, et c'est surtout sous la forme de pain qu'il a été utilisé en Europe septentrionale et occidentale. Aujourd'hui, les préoccupations diététiques lui ont redonné son rôle d'aliment naturel.

■ **Emplois.** Le blé entre dans la composition de la farine, avec laquelle on fait du pain, des biscuits, des pâtisseries ; il permet également de fabriquer des pâtes alimentaires et des boissons fermentées. Moulus, ses grains servent encore à préparer des bouillies, des boulettes, des croquettes, des biscuits, etc. Le blé germé est riche en acides aminés, en sels minéraux et en vitamines C, notamment (voir BOULGHOUR, PILPIL).

– Le blé dur est concassé et réduit en semoule pour donner les pâtes alimentaires et le couscous.

– Le blé tendre (froment) est moulu pour donner des farines panifiables, dites « complètes » si elles contiennent une partie de leur son.

– Le blé noir désigne le sarrasin, le blé de Guinée, le sorgho ou gros mil, le blé de Turquie, le maïs.

blé germé
Mettre les grains de blé dans un récipient plat et les laisser tremper 24 heures dans de l'eau. Les rincer puis les remettre 24 heures dans le récipient, mais sans eau ; ils ne doivent cependant pas se dessécher. Les laver de nouveau. Les grains présentent alors un petit point blanc (le germe) et sont prêts à l'emploi, le jour même. On les consomme nature, ou séchés et moulus puis incorporés aux aliments (potages, salades).

BLÉ D'INDE Nom québécois du maïs (voir tableau des céréales page 229), que les Européens découvrirent quand ils mirent pied en Amérique et qu'ils nommèrent, se croyant en Asie, blé d'Inde. L'« épluchette de blé d'Inde » est une réunion entre amis, au moment de la récolte, pour déguster, avec du beurre et du sel, des épis de maïs cuits à l'eau bouillante sur un feu de camp. Chez les Acadiens, le blé d'Inde lessivé se prépare avec des grains séchés ; ils sont trempés dans l'eau froide, puis bouillis avec de la perlache (bicarbonate de soude) pour faire éclater leur enveloppe, puis attendris dans plusieurs eaux.

BLENDER Appareil électrique permettant de mélanger les différents éléments de certains cocktails. Le barman y met de la glace concassée, les ingrédients (généralement des morceaux de fruits), l'alcool de base et les jus de fruits. Il le fait ensuite fonctionner à petite ou grande vitesse selon la consistance désirée. Le cocktail ainsi obtenu est plus homogène, et la mousse légère qui le coiffe est très agréable à la dégustation.

BLENNIE Petit poisson de rivière, de la famille des blennidés, à la peau épaisse et visqueuse, sans écailles, de couleur fauve. Pouvant atteindre 15 cm, la blennie est bien connue dans le Midi, où on la mange en friture sous le nom de « caguette ».

BLEU Nom générique des fromages de lait de vache à pâte molle et persillée produits surtout en Auvergne, en Savoie et dans le Jura. Quand les bleus sont faits de lait de brebis, l'étiquette doit le spécifier.

Ils sont tous fabriqués sur le même principe. Le caillé est découpé en cubes, égoutté et moulé ; au cours de la coagulation ou, plus souvent, du moulage, on incorpore (sauf dans le bleu de Termignon) des spores de *Penicillium glaucum*, un champignon qui fait naître les veinures bleues. Le caillé moulé est ensuite salé, puis perforé avec de longues aiguilles pour favoriser le développement du pénicillium, et enfin affiné plus ou moins longtemps à sec, en cave humide, cet affinage atténuant l'amertume.

Un bon bleu a une pâte de couleur ivoire ou crème, ferme et souple, et une croûte naturelle, éventuellement grattée.

Hors de France, on trouve également de nombreux fromages à moisissures internes, tels le gorgonzola italien, le danablu danois, le gammelost norvégien, l'Edelpilz allemand, le stilton, le blue cheshire et le blue cheddar en Grande-Bretagne, sans compter les imitations américaines de bleus français et anglais.

■ **Emplois.** Les bleus se servent en fin de repas, seuls ou après les autres fromages, pour que leur saveur soit mieux appréciée. Ils sont fréquemment employés comme garniture de canapés (avec du beurre, des noix hachées, du céleri, etc.), et ils sont les ingrédients de salades composées et de soupes régionales ou de fondues. Ils condimentent certains plats de viande (bifteck haché, paupiettes, lapin) et sont utilisés dans des soufflés, des feuilletés ou des croustades.

BLEU (AU) Se dit de la cuisson d'un poisson (truite, carpe ou brochet) plongé, sinon vivant, du moins rigoureusement frais, dans un court-bouillon vinaigré, salé et aromatisé. Le corps de la truite vire au bleu et prend une position arquée caractéristique.

▶ **Recette** : TRUITE.

BLEUET Fruit d'une airelle, de la famille des éricacées, dont la couleur rappelle celle de la myrtille. Au Québec, la culture en est très répandue, mais les

Caractéristiques des différentes variétés de bleus

variétés	provenance	taux de matières grasses	diamètre et épaisseur	aspect et saveur
bleu d'Auvergne (AOC)	Cantal, Puy-de-Dôme, Haute-Loire	45 %	10 - 20 cm 8 - 10 cm	pâte ferme, grasse, bien persillée, à forte odeur, à saveur un peu piquante
bleu de Bresse	Ain	50 %	10 cm 4,5 - 6,5 cm	croûte fine, lisse, bleutée, et pâte souple, à saveur moyenne à prononcée
bleu des Causses (AOC)	Rouergue	45 %	20 cm 8 - 10 cm	pâte ferme et grasse, à odeur forte, à saveur affirmée
bleu de Corse	Corse	45 %	20 cm 10 cm	pâte persillée, claire, ferme, à odeur forte, à saveur prononcée, voire piquante
bleu de Gex ou du haut Jura (AOC)	Ain, Jura	50 %	30 cm 8 - 9 cm	pâte souple à veinures denses, à saveur légèrement amère et prononcée
bleu de Laqueuille	Auvergne	45 %	20 - 22 cm 8 - 10 cm	pâte tendre, à odeur pénétrante, à saveur relevée
bleu de Loudes ou bleu du Velay	Auvergne	25 - 33 %	12 cm 12 - 15 cm	pâte ferme à cassante avec l'âge, à saveur très prononcée
bleu du Quercy	Aquitaine	45 %	18 - 20 cm 9 - 10 cm	pâte ferme et grasse, à odeur forte, à saveur affirmée
bleu de Sainte-Foy	Savoie	40 - 45 %	16 - 20 cm 8 - 10 cm	pâte lisse et cassante, à saveur très prononcée
bleu de Sassenage	Dauphiné	45 %	30 cm 8 - 9 cm	pâte souple, croûte claire, à odeur fine, à saveur relevée, un peu amère
bleu de Thiézac	Cantal	45 %	18 - 20 cm 9 - 10 cm	pâte grasse et odorante, à saveur forte, due au salage à chaud

bleuets sauvages ont un goût plus délicat. Ils se consomment volontiers frais en saison, ou cuits, dans des tartes, des gâteaux ou des puddings.

BLINI Petite crêpe salée épaisse, faite d'une pâte levée associant, en principe, de la farine de froment et de la farine de sarrasin. Dans la cuisine russe, les blinis se servent avec de la crème aigre et du beurre fondu pour accompagner hors-d'œuvre, caviar ou poisson fumé. On les cuit dans une petite poêle spéciale à fond épais et à bord haut. Il existe plusieurs variantes de blinis : à la crème de riz (avec un mélange de farine de gruau et de farine de riz), aux œufs (on ajoute des œufs durs hachés à la pâte classique), à la semoule et au lait (à la place du sarrasin et de l'eau), aux carottes en purée incorporées à la pâte.

blinis à la française

Délayer 20 g de levure de boulanger et 50 g de farine de froment tamisée dans 1/2 litre de lait et laisser lever 20 min dans un endroit tiède. Ajouter 250 g de farine tamisée, 4 jaunes d'œuf, 3 dl de lait tiède et 1 grosse pincée de sel. Bien mélanger, mais sans trop lisser. Incorporer au dernier moment 4 blancs d'œuf battus en neige ferme et 1 dl de crème fouettée. Laisser reposer la pâte pendant 1 heure environ, puis cuire les blinis au beurre, dans leur petite poêle.

BLONDE Qualificatif désignant, en raison de sa couleur, la bière la plus répandue dans le monde, de type « pils » et généralement de fermentation basse, donc assez légère et très désaltérante. Mais il existe aussi des blondes de fermentation haute. Elles peuvent être sans alcool ou atteindre 12 % Vol. (bière du Démon). Leur brillance, signe de qualité, est garantie si on les maintient à l'abri de la chaleur et de la lumière.

BLONDE D'AQUITAINE Race bovine issue des trois rameaux Garonne, Quercy, Pyrénées (voir tableau des races de bœufs page 126). Depuis 1980, son élevage s'est largement étendu, notamment dans les Régions Pays de la Loire et Poitou-Charentes. Avec leur robe unicolore froment, les animaux se caractérisent par leurs muscles puissants et un poids élevé ; leur viande est appréciée pour la finesse de son grain.

BLONDIR Colorer légèrement une substance en la faisant rissoler doucement dans un corps gras. L'opération concerne surtout les oignons et les échalotes, mais on « blondit » également la farine dans du beurre fondu pour confectionner un roux blond.

BLOODY MARY Cocktail long drink composé de jus de tomate, de vodka, de jus de citron et d'assaisonnement (Worcestershire sauce, tabasco, sel de céleri) et servi avec de la glace (voir COCKTAIL).

BOCAL Récipient en verre à goulot large, fermé hermétiquement par un couvercle métallique vissé ou par un couvercle en verre muni d'un joint de caoutchouc et maintenu par une agrafe métallique. Les bocaux servent à la conservation des aliments stérilisés et des fruits au sirop, au vinaigre ou à l'alcool ; on entrepose les produits en bocaux de préférence dans l'obscurité.

Pour les confitures de fabrication ménagère, les bocaux ne sont pas fermés par un couvercle, mais par une feuille de plastique spécial, qui adhère aux parois du récipient, ou par une pellicule de paraffine, coulée à chaud à la surface de la confiture et protégée par une coiffe de papier sulfurisé.

BOCK Verre à bière muni d'une anse, généralement d'une contenance de 1,25 dl.

En France et en Belgique, la «bière bock» est une bière légère et de densité moyenne. Dans les pays anglo-saxons et en Allemagne, en revanche, elle est très forte, souvent brune. La *Bockbier*, originaire de la ville d'Einbeck, en Basse-Saxe, fut autrefois exportée en Bavière. Le Bavarois prononçait Einbeck «Oanbock», d'où *Bock*, qui signifie par ailleurs «bouc», animal qui illustra bientôt les étiquettes. La «double bock» désigne, en Bavière notamment, une bière encore plus forte en alcool.

BOCUSE (PAUL) Cuisinier français (Collonges-au-Mont-d'Or 1926), descendant d'une lignée de restaurateurs installés sur les bords de la Saône depuis 1765. C'est son père, Georges Bocuse, qui acheta l'*hôtel-restaurant du Pont* à Collonges ; le jeune homme, après un apprentissage chez Fernand Point, à Vienne, puis chez *Lucas-Carton* et *Lapérouse*, à Paris, débute en 1942 dans un établissement lyonnais, et s'installe enfin en 1959 dans le restaurant familial, dont il fait un haut lieu de la gastronomie. Il renouvelle les spécialités culinaires de sa région sans pour autant adhérer aux nouvelles modes. Il devient bientôt, grâce à des conférences et des cours de cuisine à l'étranger, un des ambassadeurs de la gastronomie française.

BŒUF Bovin mâle castré destiné à la consommation. En boucherie, le terme s'applique à la viande de tous les gros bovins : génisse, vache, bœuf et bouvillon, taureau et taurillon.

■ **Histoire.** Nos lointains ancêtres de la préhistoire chassaient déjà l'aurochs pour s'en nourrir, et son descendant, le bœuf, domestiqué depuis plus de quarante siècles, est l'animal de boucherie par excellence.

Au Moyen Âge, les plats « nobles » étaient préparés avec ses meilleurs morceaux, dont le modèle fut l'aloyau. Le tournedos, le chateaubriand, le filet en croûte, la côte à l'os sont de grands classiques. Sous Charles V (1338-1380), le défilé du bœuf gras – un animal choisi pour sa qualité – était une des plus belles fêtes de Paris. Cette tradition se perpétue encore dans certaines régions de France.

■ **Morceaux.** En France, on abat chaque année quatre millions et demi de gros bovins, soit une production de un million et demi de tonnes de carcasses. Cette quantité suffirait largement aux besoins – en moyenne 18 kg par personne et par an – si les consommateurs n'étaient, en majorité, attirés par les morceaux dits « nobles ».

Une demi-carcasse comporte un quartier avant et un quartier arrière, dont la viande doit être rouge vif et brillante, ferme et élastique, et rassise pour être tendre ; la graisse, blanche ou légèrement jaune, forme un réseau plus ou moins serré ; on dit que la viande est « persillée » ou « marbrée » si les dépôts graisseux sont visibles entre les muscles. C'est le quartier arrière qui fournit la plupart des pièces « nobles », à cuisson rapide.

Pour satisfaire la demande intérieure, il faut importer des quartiers arrière, notamment d'Amérique du Sud, d'Australie et de Nouvelle-Zélande, tout en exportant des quartiers avant, vers les États-Unis et le Japon.

La viande de bœuf est riche en fer et en zinc, et aussi en vitamines de qualité, notamment PP et B12.

aiguillette de bœuf en gelée

Mettre 1 pied et quelques os de veau dans une casserole avec de l'eau, les porter à ébullition, puis les rafraîchir et les éponger. Éplucher 750 g de carottes nouvelles et 1 gros oignon, les détailler en rondelles. Couper 2 tomates en quartiers. Éplucher 2 petites gousses d'ail. Préchauffer le four à 180 °C. Dans une cocotte, dorer de tous les côtés, avec 3 cuillerées à soupe d'huile, 1,250 kg d'aiguillette de bœuf lardée, puis ajouter les rondelles de carotte et d'oignon, le pied et les os de veau ; les faire blondir. Retirer l'huile avec une petite louche, puis ajouter les quartiers de tomate, 1 bouquet garni, 1 petit morceau d'écorce d'orange, 1 pincée de gros sel, du poivre du moulin, un soupçon de poivre de Cayenne, 2,5 dl de vin blanc sec et 1/2 litre d'eau ; couvrir ; porter à ébullition, puis enfourner la cocotte pour 2 h 30 environ, en retournant la viande au moins une fois. Peler 30 petits oignons grelots et les mettre dans une sauteuse avec 20 g de beurre, 1 cuillerée à dessert rase de sucre semoule, 1 pincée de sel et juste assez d'eau pour recouvrir les oignons. Cuire à découvert et rouler les petits oignons dans le caramel qui s'est formé. Quand l'aiguillette est cuite, la disposer dans un plat creux ou une terrine avec les rondelles de carotte et les petits oignons, et la laisser refroidir. Passer au chinois la cuisson, ajouter le pied de veau désossé et coupé en cubes, et faire bouillir 10 min. Mettre la viande dans le réfrigérateur. Délayer 1/2 paquet de gelée en poudre avec très peu d'eau, verser le jus de cuisson et 1 dl de madère. Laisser la gelée prendre un peu. Napper l'aiguillette de gelée et remettre dans le réfrigérateur.

RECETTE D'ANTONIN CARÊME

aloyau d'Albufera

« Après avoir préparé, braisé, glacé et dressé votre aloyau […], vous versez autour un ragoût composé ainsi : mettez une partie de la glace de la cuisson de la grosse pièce et un peu de beurre frais dans la sauce indiquée “ à la tortue ”. Mêlez-y une escalope de ris de veau sautée, une escalope de langue écarlate et des champignons, une assiettée de chaque ; donnez une seule ébullition à ce ragoût et le servez ; posez autour une garniture d'escalopes de filets de lapereau à la Horly ; placez sur la grosse pièce 10 hâtelets composés chacun de cette manière : placez d'abord une belle crête double, une escalope de lapereau à la Horly, une crête, une grosse truffe glacée, une crête et une truffe noire glacée. Servez du ragoût dans deux saucières. »

bavette à l'échalote

Hacher des échalotes épluchées. Saisir à la poêle des tranches de bavette à bifteck, au beurre, à feu vif. Ajouter les échalotes et les faire revenir. Saler et poivrer. Sortir les biftecks et déglacer la cuisson au vinaigre, puis faire réduire. Verser sur la viande échalotes et jus.

bœuf bourguignon

Détailler 150 g de poitrine de porc fraîche en gros lardons ; les faire revenir à l'huile dans une cocotte, puis les retirer. Couper 1 kg de bœuf à braiser en cubes

Caractéristiques des différentes races de bœufs

races	provenance	couleur de la robe	aspect de la chair
races bouchères			
blonde d'Aquitaine	toute la France	crème, roux léger	peu grasse, grain très fin
charolaise	Centre est, Vendée	blanc ou crème	peu grasse, intense
limousine	Limousin, Europe, Amérique du Nord	roux, auréoles claires	persillée, grain fin
Maine-Anjou	basse Loire	rouge et blanc	beau persillé, belle couleur
normande	Normandie, Bretagne, pays de Loire	marron, avec taches noires	marbrée de gras, tendre et savoureuse
parthenaise	Centre ouest	roux assez prononcé	peu grasse
races rustiques			
Aubrac	sud du Massif central	blond foncé, froment	rouge assez foncé
gasconne	Pyrénées	blanc-gris	rouge assez foncé
Salers	Massif central	rouge foncé	persillée, rouge foncé

de 5 cm de côté et les dorer dans la cocotte sur toutes les faces. Ajouter 2 carottes et 2 gros oignons pelés et émincés, les faire suer et dégraisser au maximum. Saupoudrer d'un peu de farine et faire pincer au four quelques minutes. Mouiller à hauteur de 6 dl de vin de Bourgogne et de fond de veau. Ajouter 1 gousse d'ail pelée et écrasée, 1 cuillerée à soupe de concentré de tomate, 1 bouquet garni, et cuire à couvert, tout doucement, de 2 h 15 à 2 h 30. Sortir les morceaux de bœuf, dégraisser, faire éventuellement réduire le fond et le passer au chinois sur la viande. Ajouter les lardons, 12 petits oignons grelots glacés à brun et 200 g de champignons de Paris poêlés. Réchauffer et servir, comme en Bourgogne, avec des tranches de pain poêlé à l'ail.

bœuf braisé à la gardiane

Larder et ficeler un morceau d'aiguillette de 1,250 kg. Éplucher et émincer 250 g d'oignons. Faire chauffer de l'huile d'olive dans une cocotte et y mettre la viande à dorer de tous les côtés. Ajouter les oignons émincés, 5 ou 6 gousses d'ail épluchées, 2 clous de girofle, 1 pincée de muscade en poudre et autant de basilic, de laurier, de romarin, de sarriette et de thym. Couvrir et laisser mijoter à feu très doux 2 h 30 au moins. Servir l'aiguillette coupée en tranches et nappée de sa cuisson.

bœuf braisé porte-maillot

Tailler 100 g de lard gras en bâtonnets fins et les faire mariner 12 heures dans un mélange composé de 2/3 d'huile et 1/3 de cognac, de fines herbes et d'ail hachés, de sel et de poivre ; en piquer 1,5 kg d'aiguillette de bœuf parée. Braiser la viande dans une cocotte avec 2 dl de vin blanc et autant de bouillon, en ajoutant les éléments de la marinade. Faire glacer 250 g de petits oignons, 250 g de petits navets et 500 g de carottes nouvelles après les avoir épluchés. Cuire des haricots verts en les gardant un peu fermes, puis les égoutter. Après 2 h 45 de cuisson du bœuf, ajouter dans la cocotte oignons, carottes et navets, et cuire encore 10 min. Dresser la viande dans un plat long chauffé et disposer la garniture autour, en bouquets. Tenir au chaud. Dégraisser le fond de cuisson, le passer et le faire réduire. Parsemer la garniture de persil ciselé et présenter la sauce à part, en saucière.

bœuf du Brandebourg

Saler et poivrer 1 kg de plat de côtes découvert découpé en gros dés. Chauffer 30 g de saindoux dans une cocotte et y dorer la viande sur toutes les faces ; la retirer. Mettre à la place 800 g d'oignons épluchés et émincés et les faire fondre, sans coloration. Ajouter 1 feuille de laurier, 2 clous de girofle écrasés et 4 verres d'eau froide. Dès l'ébullition, remettre la viande dans la cocotte et laisser mijoter à couvert 1 h 30. Égoutter la viande et la disposer dans le plat de service, couvert. Incorporer à la cuisson 2 tranches de pain d'épice rassis émietté, 1 cuillerée à soupe de câpres égouttées, le jus et le zeste d'un citron, du poivre du moulin. Faire réduire 5 min. Arroser la viande de la sauce et servir brûlant, avec une purée de céleri.

RECETTE DE JEAN CHANRION,
AU VIN DES RUES, À PARIS

bœuf à la ficelle

« Mettre 2 kg d'os de veau dans un plat à rôtir avec 4 gros oignons non épluchés et coupés en deux et 1 bon verre d'eau, et saupoudrer d'un peu de sucre semoule. Faire colorer à four chaud. Mettre le tout dans une cocotte avec 6 litres d'eau. Bien déglacer les sucs du plat et les mettre dans la cocotte avec 4 grosses carottes pelées, le vert de 8 poireaux, 1 tête d'ail pelée et écrasée, les queues de 1 botte de persil, 1 branche de thym, 2 feuilles de laurier, 4 clous de girofle, 10 grains de poivre, 1 branche d'estragon, 1 branche de céleri, 4 tomates (ou une petite boîte de concentré de tomate). Cuire, en écumant souvent, jusqu'à n'avoir plus que 2 litres de bouillon. Bien égoutter les légumes et les os, filtrer le bouillon, le remettre sur le feu, écumer, dégraisser, saler et y mettre à cuire 8 petits navets en botte, 8 petites carottes avec leurs fanes, les 8 blancs de poireau, 1 petit chou-fleur et 8 petites pommes de terre nouvelles, en les gardant croquants, à l'exception des pommes de terre. Les réserver au chaud ; pocher dans le bouillon, à feu doux pour qu'ils ne se vident pas, 4 os à moelle et les réserver. Écumer et dégraisser une dernière fois le bouillon. Y plonger 800 g d'aiguillette de romsteck non bardée et ficelée lâchement, et la cuire 10 min. La laisser reposer 5 min pour que la chaleur se répartisse bien à l'intérieur, le temps de réchauffer les légumes et les os à moelle, puis la trancher en lamelles saignantes très minces et la dresser sur les légumes en l'entourant des os à moelle, arroser du bouillon brûlant et saupoudrer de persil plat ciselé. »

bœuf gros sel ou bœuf bouilli

Mettre 750 g d'os de bœuf ou de veau dans un fait-tout avec 2,5 litres d'eau et porter à ébullition. Ôter l'écume à la surface du bouillon et sur la paroi du récipient, et laisser bouillir 1 heure. Ajouter de 1,250 à 2 kg de bœuf suivant les morceaux (gîte, joue, macreuse, paleron, plat de côtes, queue) et leur proportion d'os ; porter de nouveau à ébullition et écumer. Ajouter alors les légumes épluchés : 6 carottes et 3 navets moyens, 6 petits poireaux liés en botte, 2 branches de céleri coupées en tronçons et liées en botte, 1 morceau de panais, 2 oignons dont 1 piqué de 2 clous de girofle, 1 beau bouquet garni et, éventuellement, 1 ou 2 gousses d'ail. Saler, poivrer, couvrir et cuire 3 heures à petit feu. Égoutter la viande, la découper en morceaux réguliers et la servir entourée des légumes, également égouttés. Accompagner de gros sel, d'oignons et de cornichons au vinaigre, et de moutarde. On peut cuire un os à moelle, enveloppé dans une mousseline, 15 min dans le fait-tout. Au moment de servir, extraire la moelle et en tartiner des croûtons de pain grillé.



Découpe du bœuf

veine maigre (1)

persillé (2)

basses côtes (2)

train de 5 côtes (3)

hampe (4b)

onglet (4a)

T-bone (5a)
découpe américaine

faux filet (5a)

gîte gîte ou jarret avant (17)

côte (3)

filet (5b)

jumeau à bifteck (18)

boule
de macreuse (18)

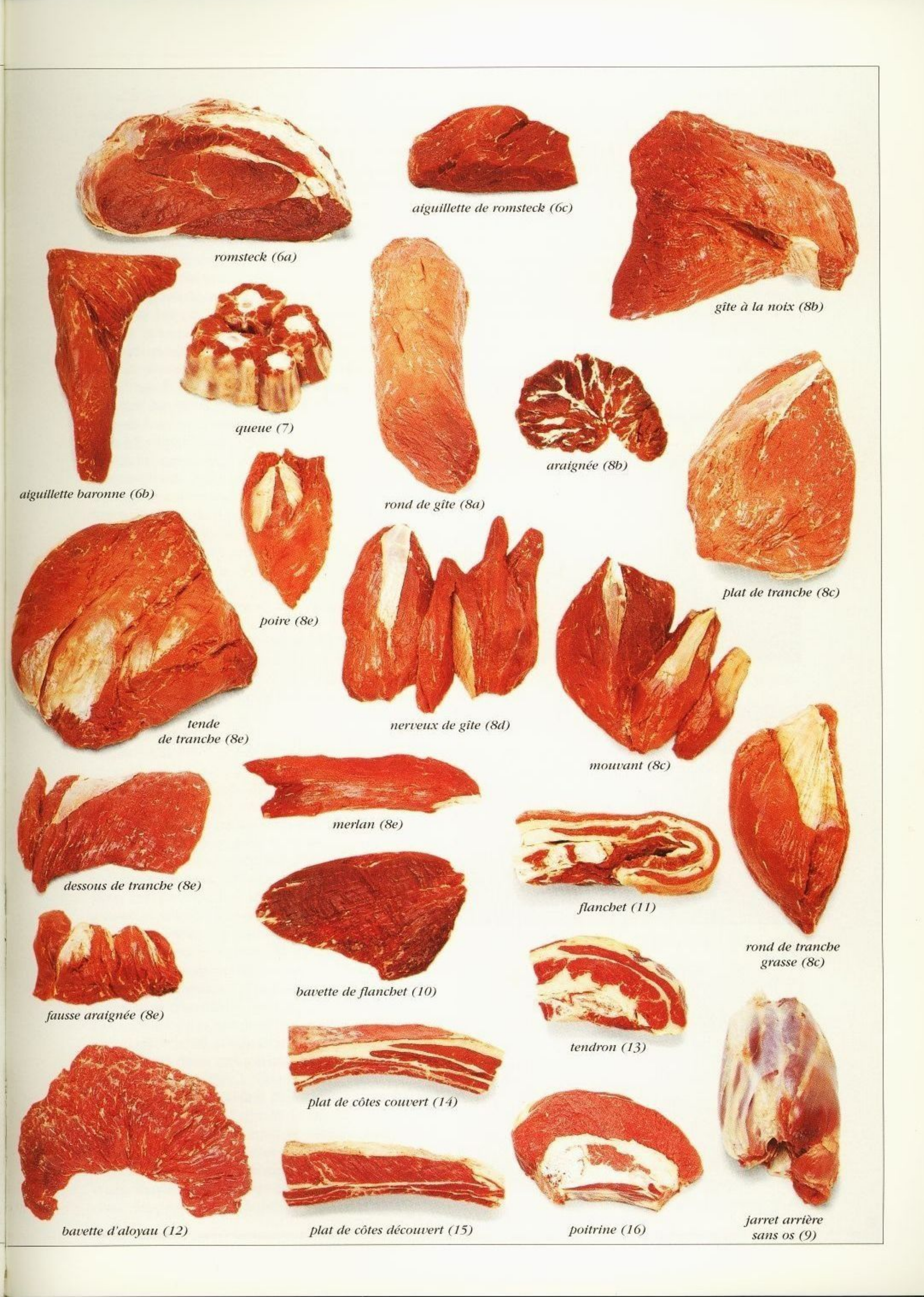
paleron (18)

entrecôte (3)

jumeau
à pot-au-feu (18)

macreuse à
pot-au-feu (18)

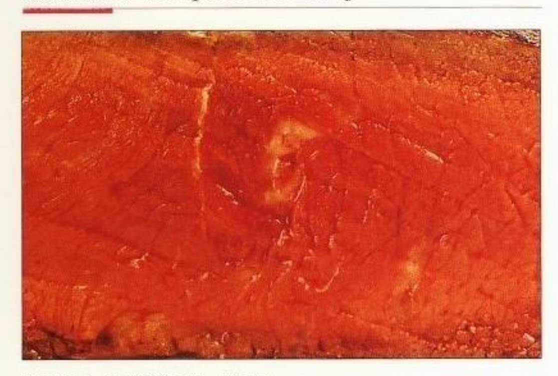
dessus de palette
ou surprise (18)


romsteck (6a)
aiguillette de romsteck (6c)
gîte à la noix (8b)
aiguillette baronne (6b)
queue (7)
rond de gîte (8a)
araignée (8b)
plat de tranche (8c)
poire (8e)
tende
de tranche (8e)
nerveux de gîte (8d)
mouvant (8c)
merlan (8e)
dessous de tranche (8e)
flanchet (11)
rond de tranche
grasse (8c)
bavette de flanchet (10)
fausse araignée (8e)
tendron (13)
plat de côtes couvert (14)
bavette d'aloyau (12)
plat de côtes découvert (15)
poitrine (16)
jarret arrière
sans os (9)

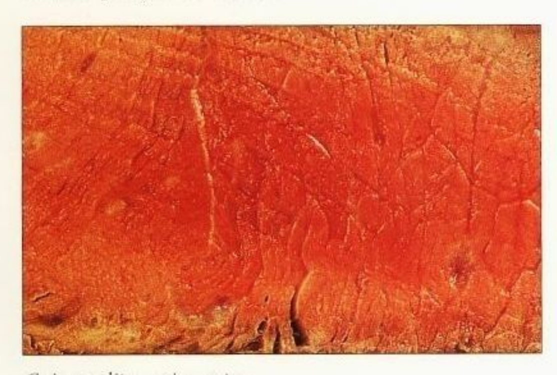
bœuf miroton

Faire suer une dizaine de cuillerées à soupe d'oignon épluché et finement émincé dans 125 g de beurre ; poudrer régulièrement de 1 cuillerée à soupe de farine. Faire blondir en remuant sans arrêt, puis ajouter 2 cuillerées à soupe de vinaigre et autant de bouillon (ou de vin blanc). Porter à ébullition, puis retirer du feu. Verser la moitié de cette sauce dans un plat à gratin long. Couper 500 g de bœuf bouilli refroidi en tranches minces ; les ranger dans le plat, sur la sauce, en les faisant légèrement se chevaucher ; napper du reste de la sauce ; poudrer largement de chapelure, arroser de beurre fondu (ou de graisse de rôti). Mettre au four préchauffé à 230 °C et faire gratiner doucement, sans laisser bouillir. Parsemer de persil ciselé et servir brûlant.

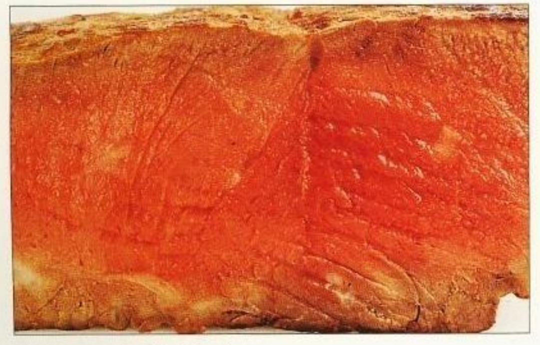
Cuisson d'une pièce de bœuf



Cuisson qualifiée de « bleue ».



Cuisson dite « saignante ».



Cuisson nommée « à point ».

bœuf à la mode

Couper 250 g de lard gras en gros bâtonnets et les faire macérer de 5 à 6 heures avec 1 dl de cognac et des épices. En larder un morceau de culotte de bœuf de 2 kg ; le saler et le poivrer gnéreusement, et le faire macérer de 5 à 6 heures (en le retournant plusieurs fois pendant ce temps pour qu'il s'imprègne bien des différents parfums) dans le cognac de macération des lardons, avec 1 litre au moins d'excellent vin rouge, 1 dl d'huile d'olive, 250 g d'oignons épluchés et émincés, 1 kg de carottes moyennes pelées et détaillées en rondelles, 2 ou 3 gousses d'ail pelées, 1 bouquet garni, quelques grains de poivre. Blanchir à l'eau bouillante 1 pied de veau désossé et quelques couennes de porc partiellement dégraissées. Sortir la viande et l'éponger soigneusement. Égoutter à part les éléments de la marinade. Dorer la viande de tous les côtés à l'huile d'olive, dans une cocotte à fond épais ; y ajouter les éléments de la marinade, puis les couennes et le pied de veau égouttés. Mouiller avec la marinade et environ 7,5 dl de bouillon. Saler, couvrir, porter à ébullition sur le feu, puis mettre dans le four préchauffé à 200 °C et cuire 2 h 30 environ. Couper le bœuf en tranches régulières et l'entourer de carottes et du pied de veau coupé en dés. Passer le fond de braisage au chinois au-dessus de la viande.

bœuf salé

Placer en saumure de la poitrine de bœuf, ou éventuellement de la pointe de culotte et du paleron (de 6 à 8 jours en été, de 8 à 10 jours en hiver). Mettre ensuite la viande à dessaler et la cuire à l'eau non assaisonnée à raison de 30 min par kilo. Le bœuf salé se sert chaud, avec des légumes divers (chou rouge ou vert braisé, choucroute et, en général, tous les légumes accompagnant le bœuf bouilli). Il s'emploie aussi comme élément de potée. Servi froid, il doit refroidir sous presse.

bœuf Stroganov

Couper 750 g de filet de bœuf en lamelles de 2,5 cm de longueur ; les saler, les poivrer et les mettre dans une petite terrine avec 4 oignons et 3 échalotes épluchés et ciselés, 1 grosse carotte pelée et coupée en rondelles, 1 feuille de laurier en fragments et 1 petite branche de thym frais émiettée ; mouiller à hauteur de vin blanc. Laisser mariner au moins 12 heures au frais, à couvert. Égoutter les lamelles de viande et les éponger ; faire réduire la marinade de moitié. Dorer 200 g de champignons nettoyés et émincés dans une sauteuse avec 30 g de beurre, puis les réserver au chaud. Essuyer la sauteuse et y chauffer 50 g de beurre ; ajouter la viande et la faire sauter 5 min à feu vif, en la retournant sans arrêt pour qu'elle ne brûle pas ; l'arroser avec 1 petit verre de cognac préalablement chauffé et flamber. La disposer dans un plat tenu au chaud. Mettre les champignons dans la sauteuse, ajouter la marinade réduite et passée, ainsi que 1,5 dl de crème fraîche épaisse ; remuer sur feu vif pour faire épaissir la sauce, rectifier l'assaisonnement et napper la viande. Parsemer de persil plat ciselé et servir très chaud.

bouilli de bœuf à la hongroise
Détailler en gros dés du bœuf bouilli froid. Émincer des oignons épluchés (100 g pour 500 g de viande) et les faire fondre doucement dans du beurre ou du saindoux. Ajouter les cubes de viande et les dorer. Assaisonner de paprika. Napper de sauce crème et servir très chaud.

bouillon de bœuf ou *marmite de bœuf* → BOUILLON
brochettes de filet de bœuf mariné → BROCHETTE
cœur de bœuf en matelote → CŒUR

côte de bœuf rôtie à la bouquetière
Saler et poivrer une tranche épaisse de côte de bœuf (avec 2 os), l'arroser de beurre fondu et la cuire au four préchauffé à 250 °C (18 min environ par kg) ; l'égoutter et la tenir 30 min dans le four éteint, recouverte de papier d'aluminium, pour que la chaleur se répartisse uniformément à l'intérieur. Préparer une garniture bouquetière : cuire à l'eau salée des petites carottes et des petits navets tournés en gousses, des haricots verts fins, des fonds d'artichaut et des bouquets de chou-fleur ; les égoutter et les passer au beurre clarifié. Cuire des petits pois à la française, en garnir les fonds d'artichaut. Dorer au beurre des petites pommes de terre nouvelles. Dresser la côte sur le plat de service, entourée de tous les légumes en bouquets. Déglacer au madère et au bouillon le plat de cuisson et faire réduire pour rendre le jus onctueux. En napper la côte.

croquettes de bœuf → CROQUETTE

entrecôte grand-mère
Préparer 12 petits oignons glacés, 12 têtes de champignon blanchies et 50 g de petits lardons de poitrine maigre de porc blanchis. Dorer l'entrecôte, complètement sur une face et à moitié sur l'autre, à feu très vif, puis ajouter les 3 garnitures dans la poêle jusqu'à ce que la seconde face de l'entrecôte soit cuite à point. La dresser dans le plat de service chaud avec ses garnitures et tenir au chaud. Déglacer la poêle avec un peu de bouillon et napper l'entrecôte. Parsemer de persil ciselé, et servir avec des pommes de terre rissolées.

entrecôte Mirabeau
Dénoyauter une quinzaine d'olives vertes et les blanchir à l'eau bouillante. Préparer 2 cuillerées à dessert de beurre d'anchois. Blanchir quelques feuilles d'estragon. Griller 2 entrecôtes minces. Les quadriller de filets d'anchois, en lanières, et les garnir de feuilles d'estragon blanchies, d'olives vertes et de toutes petites coquilles de beurre d'anchois.

entrecôte poêlée à la bourguignonne
Poêler au beurre une entrecôte de 400 à 500 g, puis l'égoutter et la tenir au chaud sur le plat de service. Verser dans la poêle 1 dl de vin rouge et 1 dl de demi-glace, faire réduire et napper l'entrecôte.

entrecôte poêlée à la lyonnaise
Éplucher 2 gros oignons, les émincer, les faire fondre au beurre. Poêler au beurre dans un plat à sauter une entrecôte de 400 à 500 g, en ajoutant les oignons aux trois quarts de la cuisson. Égoutter le tout dans le plat de service. Tenir au chaud. Déglacer le plat à sauter avec 2 cuillerées à soupe de vinaigre et 1 dl de demi-glace ; faire réduire, ajouter 1 cuillerée à dessert de persil haché, mélanger et verser sur l'entrecôte.

entrecôte vert-pré
Préparer un beurre maître d'hôtel, le rouler dans du papier d'aluminium et le raffermir au froid. Griller une entrecôte sur ses deux faces et la dresser sur un plat de service chaud. Poser dessus quelques rondelles de beurre maître d'hôtel et garnir de bouquets de cresson et de pommes paille.

estouffade de bœuf → ESTOUFFADE

faux-filet braisé à la bourgeoise
Détailler du lard gras en fins bâtonnets et les faire macérer 30 min environ avec du cognac, du sel, du poivre et un peu de quatre-épices ; en larder le faux-filet. Saler, poivrer et laisser mariner 12 heures avec du vin blanc (ou rouge), du thym, du laurier, du persil haché et 1 gousse d'ail pelée et écrasée. Égoutter la viande et la dorer au beurre ou à l'huile. Faire revenir au beurre 2 gros oignons et 2 grosses carottes épluchés et coupés en dés ou en rouelles, et faire colorer au four quelques os de veau concassés. Étaler les légumes dans une braisière et y disposer le faux-filet. Ajouter les os colorés, 1 ou 2 pieds de veau blanchis et désossés, la marinade, 2 ou 3 cuillerées à soupe de concentré de tomate, du bouillon à hauteur de la viande, 1 bouquet garni, du sel et du poivre. Couvrir, porter à ébullition sur le feu, puis mettre au four préchauffé à 200 °C et cuire 2 h 30. Tourner de petites carottes en gousses, les ajouter dans la braisière et poursuivre la cuisson 1 heure. Préparer des petits oignons glacés. Quand la viande est cuite, l'égoutter et la garder au chaud dans un plat creux. Dégraisser la cuisson, la faire réduire et la lier d'un peu de beurre manié. Tailler la chair des pieds de veau en dés, les disposer avec les carottes et les petits oignons autour de la viande, et napper du fond de cuisson.

filet de bœuf en brioche
Préparer de la pâte à brioche sans sucre avec 500 g de farine tamisée, 20 g de levure de boulanger, 1 dl d'eau, 10 g de sel fin, 6 œufs entiers moyens et 250 g de beurre. Chauffer dans une cocotte 25 g de beurre et 3 cuillerées à soupe d'huile, et y dorer, à feu vif, sur toutes les faces, un morceau de filet de bœuf ficelé, sans barde, de 1,5 kg. Mettre au four préchauffé à 260 °C, à découvert, et cuire 10 min en arrosant la viande deux ou trois fois. L'égoutter, la saler, la poivrer et la laisser refroidir complètement. Régler le four à 220 °C. Abaisser la pâte à brioche en formant un rectangle assez grand pour envelopper le filet. Déficeler celui-ci, le poser au centre de la pâte, dans le sens de la longueur, le badigeonner d'œuf battu

et le recouvrir d'un des grands côtés du rectangle de pâte. Badigeonner d'œuf battu l'intérieur de l'autre côté de la pâte pour la faire adhérer à la viande et rouler le filet déjà à demi enveloppé dans cette pâte. Bien appuyer. Trancher les deux extrémités de la pâte un peu au-delà de la viande et les souder. Badigeonner tout le dessus d'œuf battu. Tailler des motifs à l'emporte-pièce dans le reste de la pâte, en décorer le dessus de la croûte et la dorer à l'œuf. Fariner la tôle du four et y déposer le filet en brioche. Enfourner, cuire 30 min et servir avec une sauce Périgueux.

filet de bœuf à la Frascati

Préparer une sauce demi-glace aromatisée au porto. Étuver au beurre ou cuire au four les têtes de très gros champignons de Paris. Cuire également au beurre des pointes d'asperges vertes très courtes. Détailler en escalopes fines du foie gras frais, de canard de préférence, et les faire sauter vivement au beurre clarifié. Tenir tous ces éléments au chaud. Rôtir un filet de bœuf. Garnir les deux tiers des têtes de champignon avec les asperges, et les autres avec un salpicon ou une julienne de truffes étuvées au madère. Mettre le rôti dans le plat de service et disposer autour les champignons et les escalopes de foie gras. Napper légèrement de la demi-glace au porto.

filet de bœuf à la matignon

Piquer un filet de bœuf de langue écarlate et de truffe. Le masquer de matignon et l'envelopper de bardes très fines, maintenues avec quelques tours de ficelle. Le braiser en le mouillant de madère au tiers de sa hauteur, au four et à couvert, pendant 1 heure, puis déficeler et retirer les bardes, ainsi que la matignon. Dégraisser le fond de cuisson et le passer au chinois, puis en napper le filet et le faire glacer au four. L'entourer d'une garniture matignon et servir dans une saucière le reste du fond de braisage.

filet de bœuf Prince-Albert

Faire macérer au frais, pendant 24 heures, un foie gras d'oie cru, clouté de truffe, dans un peu de cognac, avec du sel et du poivre. Piquer de lard fin le milieu d'un filet de bœuf. L'ouvrir par le centre dans le sens de la longueur, sans séparer les deux moitiés ; y placer le foie égoutté, refermer le filet et le ficeler serré. Le dorer à feu vif au beurre dans une braisière sur toutes les faces, puis le masquer de matignon et le recouvrir de bardes très fines. Le ficeler une seconde fois. Préparer un fond de braisage avec un pied de veau et une garniture aromatique ; lui ajouter la macération du foie ; verser le tout dans la braisière et y déposer le filet. Mouiller de porto, couvrir, porter à ébullition sur le feu, puis mettre au four préchauffé à 250 °C et cuire 1 heure. Déficeler le filet sans le dérouler, retirer les bardes et la matignon. Filtrer le fond de braisage, en arroser le rôti et faire glacer vivement dans le four porté à 290 °C. Finir de déficeler la pièce, la dresser dans le plat de service et garnir de truffes entières, cuites au beurre à l'étuvée ou pochées au madère. Servir dans une saucière le fond de braisage dégraissé et de nouveau passé au tamis fin.

RECETTE DE GÉRARD VIÉ

fondants de bœuf au chambertin

« Parer 2 kg de noix de joue de bœuf, bien les assaisonner de sel et de poivre et les dorer à l'huile dans une grande cocotte. Détailler en mirepoix 2 carottes, 1 poireau, 1 oignon, 1 branche de céleri et 1/2 botte de cerfeuil ; les ajouter dans le récipient. Mouiller avec 2 litres de vin rouge de Chambertin et 1 litre de fond de veau. Cuire 3 heures les légumes à feu doux. Égoutter la viande en gardant le jus de cuisson, la laisser refroidir et l'émietter grossièrement. Chemiser 6 tasses à thé de crépine de porc, en la laissant largement dépasser tout autour. Y verser une partie du mélange de viande et de légumes, jusqu'à mi-hauteur, poser dessus une petite escalope de foie gras frais de canard poêlé, les remplir complètement de mélange de viande et de légumes, et recouvrir enfin le tout avec la crépine, en l'appliquant étroitement. Réserver au frais. Préparer une purée avec 1,5 kg de pommes de terre, 200 g de beurre et 2 dl de crème fleurette. Laisser réduire le jus de cuisson de moitié. Démouler les fondants et les disposer dans un sautoir ; les recouvrir de leur jus de cuisson et les cuire 15 min à four doux. Faire suer 1 courgette et 1 carotte, pelées et taillées en brunoise. Dresser les fondants sur les assiettes de service chaudes, les napper de sauce et disposer tout autour la brunoise de légumes et quelques pluches de cerfeuil. Servir accompagné de la purée. »

gras-double de bœuf à la bourgeoise,
gras-double de bœuf à la lyonnaise → GRAS-DOUBLE
hachis de bœuf en gratin aux aubergines,
hachis de bœuf à l'italienne → HACHIS
joues de bœuf en daube → JOUE
langue de bœuf à l'alsacienne → LANGUE

onglet poêlé à l'échalote

Inciser très légèrement les 2 faces de l'onglet en croisillons. Éplucher et hacher 3 ou 4 échalotes. Chauffer 30 g de beurre dans une poêle ; y mettre l'onglet et le dorer vivement sur les deux faces. Saler et poivrer largement. L'égoutter et le tenir au chaud. Mettre les échalotes dans la poêle et les faire doucement blondir. Verser 2 ou 3 cuillerées à soupe de vinaigre, décoller les sucs de cuisson à l'aide d'une cuillère en bois, et faire réduire le jus de moitié. Verser ce jus sur l'onglet.

paupiettes de bœuf Sainte-Menehould → PAUPIETTE

▶
Fondants de bœuf au chambertin
Recette de Gérard Vié


G. Vié

pièce de bœuf braisée à l'ancienne
Parer une pointe de culotte, la ficeler et la braiser, en la tenant un peu ferme. L'égoutter, la déficeler, la mettre sous presse, sur une plaque ou dans un plat creux, bien maintenue sur les côtés. La laisser refroidir, puis la défaire. Enlever la partie centrale, en ne laissant tout autour qu'une épaisseur de viande de 1,5 cm environ. Badigeonner d'œuf battu cette sorte de caisse et recouvrir de mie de pain mélangée avec le tiers de son poids de parmesan râpé. Faire bien adhérer cette panure ; placer la caisse sur une plaque à pâtisserie, l'arroser de beurre fondu et la dorer au four. Pendant ce temps, détailler en tranches très minces la partie centrale de la pièce. Mettre celles-ci dans un plat à sauter, ajouter des fines tranches de langue écarlate et des lamelles de champignons sautées au beurre. Lier cet émincé de quelques cuillerées du fond de braisage dégraissé, réduit et passé au chinois ; ajouter 0,5 dl de madère et laisser mijoter sans bouillir. Dresser l'émincé dans la caisse de bœuf disposée sur un grand plat. Servir le surplus de sauce dans une saucière.

queue de bœuf en hochepot → HOCHEPOT
salade de bœuf → SALADE

RECETTE DU RESTAURANT *LASSERRE*, À PARIS

steak de charolais à la moelle
« Découper dans un filet de bœuf 4 steaks de 150 à 180 g ; les assaisonner et les cuire à feu vif. Les disposer sur un plat et les couvrir de 2 ou 3 tranches de moelle pochées. Réserver au chaud. Déglacer le récipient de cuisson avec 1 dl de bon vin de Bourgueil, ajouter 2 cuillerées d'échalote hachée et faire réduire aux trois quarts. Verser 1 dl de fond de veau, faire bouillir 1 min, puis incorporer, hors du feu, 100 g de beurre. Rectifier l'assaisonnement. Parsemer les tranches de moelle d'un peu de poivre du moulin et de persil haché, et napper les steaks de la sauce. »

steak and kidney pie → STEAK AND KIDNEY PIE

RECETTE DE ROGER LALLEMAND

steak au poivre
« Découper un steak assez épais, dans le romsteck de préférence ; le parsemer copieusement de poivre en grains écrasé (mignonnette) ; saisir le steak dans une sauteuse où l'on aura fait chauffer du beurre clarifié ou de l'huile. À mi-cuisson, le saler. Après cuisson, le retirer et le conserver au chaud. Dégraisser la sauteuse et la déglacer avec vin blanc et cognac ; après une courte réduction, ajouter deux cuillerées à soupe de demi-glace ou de fond de veau lié ; laisser réduire encore pour que la sauce devienne onctueuse ; terminer avec du beurre frais ; rectifier l'assaisonnement en sel. Servir en nappant le steak de sa sauce. Certains le font préalablement flamber au cognac, à l'armagnac, au whisky ou à la fine champagne, et il est courant de mettre un point final à la sauce avec de la crème. Précisons enfin que, depuis quelques années, le poivre vert est couramment utilisé pour préparer le steak au poivre. »

steak tartare
Hacher de 150 à 200 g de viande de bœuf (romsteck, contre-filet ou tranche grasse). Saler et poivrer ; ajouter un soupçon de poivre de Cayenne et quelques gouttes de Worcestershire sauce ou de tabasco. Façonner la viande en boule, la dresser sur une assiette et creuser le centre ; y faire glisser 1 jaune d'œuf cru. Disposer autour de la viande 1 cuillerée à dessert rase d'oignon haché, 1 cuillerée à café de câpres égouttées, une grosse pincée de persil ciselé et de l'échalote hachée. Servir avec du tomato ketchup, de l'huile d'olive et de la Worcestershire sauce.

tournedos Masséna
Étuver au beurre des fonds d'artichaut moyens et pocher dans un court-bouillon 2 lames de moelle par tournedos. Préparer une sauce Périgueux légère. Faire sauter les tournedos dans du beurre et les disposer sur un plat en les alternant avec les fonds d'artichaut. Garnir les tournedos de lames de moelle et les fonds d'artichaut de sauce Périgueux. Servir dans une saucière le reste de la sauce.

RECETTE DE GEORGES BLANC

tournedos aux morilles
« Laver soigneusement 250 g de morilles fraîches, couper les pieds et inciser légèrement les têtes. Les faire étuver avec un peu d'eau pendant 15 min, puis les égoutter. Faire blondir au beurre, dans une sauteuse, 1 échalote hachée ; ajouter les morilles et un peu de moutarde, puis quelques cuillerées de crème épaisse ; terminer la cuisson à feu doux. Rectifier l'assaisonnement et tenir au chaud. Poêler les tournedos au beurre, délicatement. Les retirer et les tenir au chaud. Déglacer la poêle avec 1 verre de porto et 1 petite tasse de jus brun ; monter la sauce au beurre hors du feu. Dresser les morilles autour des tournedos et napper avec la sauce tamisée. »

tournedos Rossini
Faire sauter au beurre 1 escalope de foie gras et 2 lames de truffe, et frire 1 croûton rond. Poêler le tournedos au beurre et le dresser sur le croûton. Disposer dessus l'escalope de foie gras, puis les 2 lames de truffe. Déglacer au madère les sucs de cuisson et napper le tournedos.

BŒUF À LA MODE (LE) Restaurant fondé en 1792 près du Palais-Royal, à Paris, par deux frères marseillais. Il fut racheté sous le Directoire (1795-1799) par Tissot, qui en fit un lieu élégant et réputé pour sa cuisine méridionale ; la nouvelle enseigne – un bœuf habillé en « merveilleuse » – contribua à son succès.

Sous la Restauration (1814-1830), Tissot habilla le bœuf « à la mode du jour », avec un châle et un chapeau à brides. L'établissement disparut en 1936. Son livre d'or porte cette amusante appréciation, signée par Berthe Bovy et Pierre Fresnay : « J'aime mieux ta cuisine, ô Bœuf, que celle d'en face ; c'est moins vache... » En face, c'était le Théâtre-Français.

BOGUE Poisson de la famille des sparidés, abondant dans le golfe de Gascogne et en Méditerranée (voir planche des poissons de mer pages 820 et 821). Fuselé, long de 20 à 30 cm, le bogue porte des épines sur le dos. Il est surtout utilisé dans les soupes de poissons.

BOHÉMIENNE (À LA) Se dit de divers apprêts (œufs mollets, salpicon) ainsi que d'une sauce d'accompagnement de mets froids à base de béchamel froide, qui permet de lier une émulsion de jaunes d'œuf et d'huile relevée de vinaigre d'estragon.

Quant au poulet sauté à la bohémienne, ses ingrédients (ail, fenouil, poivron, tomate) l'apparentent à un apprêt provençal, la *boumanio* (« bohémienne »), ou ratatouille niçoise. Il est accompagné de riz nature, lequel se retrouve, avec de la tomate concassée et des rondelles d'oignon frites, pour garnir les noisettes d'agneau à la bohémienne.

▶ **Recettes** : POULET, SALPICON.

BOISSON Liquide que l'on boit pour se désaltérer et pour maintenir la proportion normale d'eau dans l'organisme. La boisson la plus naturelle et la plus simple, la seule qui soit indispensable à tout être vivant, est l'eau. La consommation moyenne de boisson sous un climat tempéré est de un litre par jour environ ; mais les besoins varient en fonction de la chaleur et de l'alimentation : les viandes, les mets salés, épicés ou sucrés augmentent la soif.

■ **Préparations.** Les préparations à base d'eau (gazeuse ou non, froide ou chaude) comprennent limonades, sodas et sirops, bouillons, infusions et tisanes, thé, café, chocolat, chicorée. Les boissons d'origine végétale sont fermentées ou non : vin, cidre, bière, poiré, hydromel, jus de fruits et de légumes ; elles peuvent être transformées par la distillation (eaux-de-vie, liqueurs, alcools). Le lait, d'origine animale, peut se boire seul ou en mélange (milk-shake, képhir).

■ **Consommation.** Les habitudes de consommation sont très variables selon les civilisations et les latitudes. En règle générale, les Orientaux et les Russes ne boivent pas en mangeant, mais prennent du thé à la fin du repas. Le thé est d'ailleurs, après l'eau, la boisson la plus consommée dans le monde.

En France, l'eau, plate ou gazeuse, la bière et le vin accompagnent traditionnellement les repas. Certains vins, d'ailleurs, relèvent de la gastronomie. En dehors des repas, chaque circonstance obéit à un savoir-vivre différent. On peut proposer des rafraîchissements, inviter à prendre le thé, servir l'apéritif, offrir un vin d'honneur, prendre un « pot ».

Autrefois, la plupart des boissons étaient de fabrication ménagère ou artisanale (bières et liqueurs de ménage, sirop d'orgeat, bichof, etc.) ; aujourd'hui, les boissons industrielles, dont le marché s'est considérablement développé (notamment dans le domaine des jus de fruits), se présentent sous les conditionnements (bouteilles, boîtes, briques) et les traitements (jus concentrés, poudres, surgelés) les plus divers.

■ **Réglementation.** En France, les boissons sont classées en cinq groupes : boissons sans alcool (eau, jus de fruits, boissons aux fruits – au moins 10 % de jus de fruits –, limonades, etc.) ; boissons fermentées non distillées (vin, bière, cidre, vins doux naturels jusqu'à 30 % Vol., etc.) ; vins doux naturels au-dessus de 30 % Vol., apéritifs à base de vin et liqueurs de fruits rouges titrant moins de 18 % Vol. ; rhums, tafias et alcools provenant de la distillation ; toutes les autres boissons alcooliques.

BOÎTE À ÉPICES Boîte cylindrique ou rectangulaire, munie d'un couvercle, destinée à conserver à portée de la main des produits de consommation courante (et non pas des épices), dont elle porte le nom : pâtes, sucre, farine, café, sel, parfois thé. Quant aux épices proprement dites, elles sont conservées de préférence dans des flacons opaques à fermeture étanche.

En restauration, les cuisiniers ont toujours à portée de la main une « boîte à épices » métallique, sorte de casier rectangulaire à compartiments, sans couvercle, contenant du poivre, de la noix de muscade, etc.

BOÎTE À SEL Récipient à couvercle abattant, en bois ou en faïence ; accroché au mur près de la table de cuisson, il permet d'avoir du sel à portée de la main.

BOL Récipient sans anse en forme de demi-sphère, de contenance variable. Le bol pour petit déjeuner est un classique familial ; le bol à bouillon ou à soupe à l'oignon, muni d'oreilles, est parfois en porcelaine à feu pour pouvoir passer au four ; le bol à punch, beaucoup plus grand, et accompagné d'une grande louche et de petites tasses assorties, est destiné à contenir le punch, la sangria, le vin chaud, etc.

C'est en Extrême-Orient qu'on trouve la plus grande diversité de bols de toutes les tailles : pour le riz, les potages, les sauces, les salades, les plats individuels, et, bien sûr, pour le thé.

BOLÉE Petit bol sans oreilles, parfois avec anse, souvent en faïence ou en terre vernissée, de contenance variable, dans lequel on sert traditionnellement le cidre. Dans le Cotentin, il prend le nom de « moque ». Le mot désigne aussi le contenu du bol.

BOLET Champignon des bois, vivant en symbiose avec les arbres (espèces mycorhiziennes), reconnaissable aux tubes (appelés communément « foin ») qui garnissent le dessous du chapeau (voir tableau des champignons page 240). Son pied est le plus souvent ventru. De nombreuses espèces sont comestibles, les plus connues étant les cèpes.

BOLIVIE Pays d'origine de la pomme de terre (avec le Pérou), la Bolivie se flatte d'en produire plus de trois cents variétés.

On y apprécie beaucoup les *chuños*, pommes de terre gelées puis séchées, très légères, que l'on fait tremper avant de les cuisiner. Outre les soupes pimentées et les petites fritures cuites en plein air, la cuisine bolivienne possède une spécialité : le *conejo estirado*, un lapin étiré au maximum dont la chair devient extrêmement fine.

BOLLITO MISTO Pot-au-feu du centre de l'Italie. Les viandes sont longuement cuites dans un bouillon, avec oignons, carottes et côtes de céleri ; les légumes complémentaires (carottes, navets, céleri-rave, etc.) sont cuits ensuite dans un peu de bouillon passé.

bollito misto alla piemontese

Mettre dans un fait-tout rempli d'eau froide 500 g de plat de côtes couvert et découvert, 500 g de queue de bœuf et 500 g de macreuse (ou de gîte). Porter lentement à ébullition en écumant souvent. Ajouter 2 oignons épluchés, 3 branches de céleri nettoyées, 3 gousses d'ail pelées, 5 brins de persil plat, 1 brin de romarin, 10 grains de poivre noir et un peu de sel de mer. Couvrir et cuire de 1 heure à 1 h 30. Ôter les morceaux au fur et à mesure, quand ils sont tendres. Dans un autre fait-tout, cuire 1 langue de veau, la peler soigneusement et la réserver. Après avoir piqué le *cotechino* (saucisson à cuire), le cuire dans un peu de bouillon. Cuire enfin 1 tête et 1 pied de veau dans de l'eau aromatisée de 1 oignon et de 1 branche de céleri. Servir sur un plateau les viandes très chaudes, accompagnées des sauces traditionnelles (la verte, la rose et la *pearà* [voir SAUCE]), de petits oignons, de moutarde de Vérone (sorte de moutarde de purée de pomme) et de moutarde de Crémone (faite de plusieurs sortes de fruits cuits dans un sirop moutardé très piquant).

BOLOGNAISE (À LA) Se dit de divers apprêts inspirés de la cuisine italienne, de Bologne en particulier, accompagnés d'une sauce épaisse, à base de légumes et de viande de bœuf. En Italie, la sauce « bolognaise » qui accompagne les pâtes porte le nom de *ragù*, déformation du français « ragoût ».

▶ **Recettes** : LASAGNES, SAUCE, TIMBALE.

BOMBE GLACÉE Entremets glacé, fait d'un appareil à bombe enrichi d'ingrédients divers pour en faire un parfait glacé, qui prend au froid dans un moule chemisé de glace (à la crème, au sirop ou aux fruits).

appareil à bombe : préparation

Mettre 32 jaunes d'œuf et 1 litre de sirop à 30° Baumé (densité : 1,406) dans une casserole, placer celle-ci dans un bain-marie sur le feu. Fouetter le mélange jusqu'à ce qu'il devienne épais et mousseux. Le passer dans un chinois très fin. Le fouetter à nouveau jusqu'à ce qu'il ait complètement refroidi et qu'il soit devenu léger, mousseux et blanchâtre. Y incorporer enfin un volume égal de crème fouettée et le parfum choisi.

chemiser un moule de glace : méthode

Placer dans le réfrigérateur pendant 20 min le moule pour qu'il soit très froid et la glace choisie pour le chemisage, afin qu'elle s'y assouplisse. L'étaler grossièrement sur le fond et le bord du moule avec une spatule ; faire durcir au congélateur pendant 15 min environ, puis lisser la glace avec la spatule. Remettre le moule pendant 1 heure dans le congélateur avant de l'emplir avec l'appareil à bombe, sauf si celui-ci est un parfait : dans ce cas, verser aussitôt la préparation dans le moule contre les parois de glace bien lissées et placer le moule dans le congélateur pendant 5 ou 6 heures.

bombe Alhambra

Chemise : glace à la vanille. Intérieur : appareil à bombe à la fraise (mélange de purée de fraise, de meringue italienne et de chantilly). Après démoulage, décorer de grosses fraises macérées dans du kirsch.

bombe archiduc

Chemise : glace à la fraise. Intérieur : appareil à bombe pralinée.

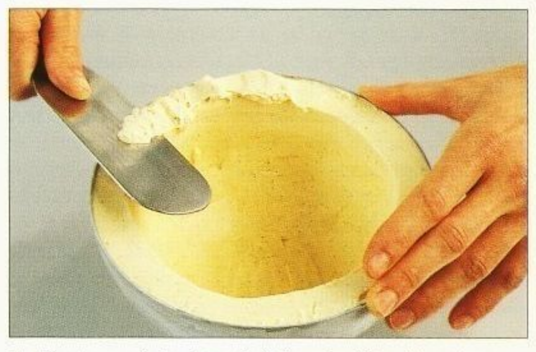
bombe Bourdaloue

Chemise : glace à la vanille. Intérieur : appareil à bombe à l'anisette. Après démoulage, décorer de petites violettes candies.

Chemiser un moule de glace



1. *Garnir de glace le fond d'un moule à bombe bien froid et tapoter avec une spatule pour éliminer les bulles d'air. Faire remonter la glace sur les parois.*



2. *L'épaisseur de la glace doit être régulière. Terminer en arasant la glace pour obtenir un bord net.*

bombe Chateaubriand
Chemise : glace à l'abricot. Intérieur : appareil à bombe à la vanille, mélangée de dés d'abricots confits, macérés dans du kirsch.

bombe diplomate
Chemise : glace à la vanille. Intérieur : appareil à bombe au marasquin, mélangée de fruits confits coupés en dés et macérés dans du marasquin.

bombe Doria
Chemise : glace à la pistache. Intérieur : appareil à bombe à la vanille, mélangée de fragments de marrons glacés macérés dans du rhum. Décorer éventuellement de feuilles en chocolat.

bombe duchesse
Chemise : glace à l'ananas. Intérieur : appareil à bombe à la poire.

RECETTE D'ANDRÉ DAGUIN

bombe glacée au yaourt
« La veille, faire cuire dans deux fois leur volume d'eau sucrée (à 100 g par litre) 90 g de haricots secs avec 2 gousses de vanille. Les mixer après cuisson complète et les mélanger avec 4 yaourts nature, 3 pots à yaourt de sucre semoule et 1 pot à yaourt de miel. Travailler le mélange à la spatule, le faire prendre à la sorbetière, puis le mouler dans un moule à relief. Le lendemain, ébouillanter 300 g de fraises pendant 1 min, puis les mixer sans sucre. Faire pocher 2 poires dans du vin (déjà cuit avec 100 g de sucre semoule par litre), puis réduire leur pulpe en purée. Démouler la bombe glacée et présenter en même temps les purées de fruit chaudes, dans des saucières. »

bombe Monselet
Chemise : glace à la mandarine. Intérieur : appareil à bombe au porto, mélangée de dés de zestes d'orange confits macérés dans de la fine champagne.

bombe Montmorency
Chemise : glace au kirsch. Intérieur : appareil à bombe au cherry brandy.

BONBON Produit de confiserie à base de sucre, à sucer ou à croquer.

■ **Histoire.** Les Anciens fabriquaient déjà des friandises, mais c'est à partir du XIIe siècle que le véritable bonbon apparaît, avec la canne à sucre que les croisés rapportent d'Orient. Le XIVe siècle est la grande époque des pâtes d'amande et de fruit, du sucre de pomme, des confitures, du massepain et du pignolat. On fait également une grosse consommation d'« épices de chambre », enrobées de sucre, que l'on suce à la fin du repas pour faciliter la digestion. Dragées et pralines datent de la Renaissance, dont la mode est entretenue par François Ier et Henri IV. Mais, si le bonbon se démocratise, il restera néanmoins toujours citadin. Au XVIIe et au XVIIIe siècle, les confiseries de Paris deviennent le rendez-vous des riches bourgeois. Marrons glacés, pastilles, papillotes, fruits confits et sucettes se multiplient. Enfin, avec l'apparition du sucre de betterave, les bonbons se popularisent et se diversifient à l'extrême, sous les appellations les plus fantaisistes.

C'est vers la fin du XIXe siècle que sont créées les premières usines. Aujourd'hui, le bonbon est une branche importante de la confiserie, où les traditions régionales jouent toujours un grand rôle. Les principales matières premières utilisées sont le sucre, le sirop de glucose, le lait (entier ou écrémé), la gomme arabique, les amandes et les noisettes, la graisse végétale, les fruits, le miel et le beurre. L'aromatisation artificielle est autorisée, de même que l'acidulation et la coloration (voir ADDITIF ALIMENTAIRE). Parmi les principaux produits de confiserie fabriqués aujourd'hui, les bonbons de sucre cuit occupent la première place ; viennent ensuite le chewing-gum, les pâtes à mâcher, les caramels et les toffees, les fruits confits et les pâtes de fruit, les dragées et les produits gélifiés, les gommes et les réglisses, les fondants et les papillotes, les bonbons à la liqueur et les bonbons à base de gel d'amidon.

■ **Fabrication.** Le procédé de fabrication classique des bonbons consiste à cuire une masse de saccharose et de glucose, colorée par la suite. On forme alors un boudin, qui est partiellement refroidi, puis mis en forme (pour les bonbons pleins) ou coulé (pour les bonbons fourrés).

• BONBONS PLEINS. Ils comprennent les berlingots, bêtises, bonbons acidulés aux fruits, à la menthe, au miel, aux plantes, coquelicots, sucres d'orge, sucres de pomme, sucettes, etc., et sont formés entre deux cylindres, au pilulier (bonbons ronds) ou sous une presse. Les rocks sont des bonbons cylindriques dans lesquels sont représentés des dessins de fruits, fleurs, lettres, etc., obtenus par assemblage de bandes et de boudins de sucre de couleurs différentes.

• BONBONS FOURRÉS. Ils sont constitués d'une enveloppe de sucre cuit enfermant de façon étanche un fourrage de composition différente. Ce fourrage pâteux ou liquide peut être de la pulpe de fruit, du pralin, une pâte au café, de la liqueur, du miel, etc.

La nature de l'arôme compte pour beaucoup dans la qualité d'un bonbon : un bonbon « fourré pur fruit » ne contient que la pulpe du seul fruit indiqué. S'il est « fourré fruit », il contient de la pulpe provenant de divers fruits et de l'arôme naturel. S'il est « fourré arôme fruit », il est composé de sirop additionné d'un arôme naturel ou renforcé.

Parmi les autres variétés de sucre cuit, on compte les bonbons feuilletés (couches de sucre alternant avec du praliné), le sucre tors, le miel des Vosges (en pavés aromatisés), etc.

Une autre catégorie de bonbons est constituée par les fondants (bonbons et bouchées au chocolat). Il existe encore les papillotes, les bonbons à la liqueur (chardons, grains de café, œufs à la liqueur, etc.) et les bonbons à base de gel d'amidon (sujets fantaisie, colorés et aromatisés, souvent vendus en vrac).

BONDARD Nom de plusieurs fromages normands de lait de vache, que l'on appelle également bondart, bonde ou bondon.

BONDELLE Poisson d'eau douce de la famille des salmonidés, d'une taille moyenne de 25 cm, pêché dans les lacs de Neuchâtel et de Constance. Les filets de bondelle fumée sont très appréciés en hors-d'œuvre.

filets de bondelle à la neuchâteloise
Rincer et éponger 800 g de filets de bondelle après en avoir retiré la peau. Les citronner, les saler et les poivrer sur les deux faces. Les rouler en paupiettes et les disposer dans un plat beurré. Mouiller avec 4 dl de vin rosé neuchâtelois. Couvrir et pocher doucement. Réserver au chaud. Réduire le fond de cuisson ; hors du feu, le lier avec 2 jaunes d'œuf et 1 dl de crème. Ajouter un peu de jus de citron et incorporer 20 g de ciboulette ciselée. Rectifier l'assaisonnement et napper les filets.

BONDON DE NEUFCHÂTEL Fromage normand de lait de vache (45 % de matières grasses), à pâte molle et à croûte fleurie (voir tableau des fromages français page 494). Originaire de la plus importante ville de marché du pays de Bray, il se présente sous la forme d'un cylindre de 4 à 6 cm de diamètre et 6 à 8 cm d'épaisseur, et a une saveur à la fois fruitée et salée.

BONITE Poisson migrateur voisin du thon, mais plus petit (60 cm environ), qui vit en bancs dans les mers chaudes (voir planche des poissons de mer pages 820 et 821 et tableau des thons page 1045). La bonite à dos rayé, ou pélamide, de la famille des thunnidés, fréquente l'océan Pacifique, alors que la bonite à ventre rayé, ou listao, de la famille des scombridés, est pêchée en Méditerranée et dans l'Atlantique. Ce poisson gras se prépare comme le thon.

BONNE FEMME (À LA) Se dit des apprêts évoquant une cuisine mijotée, familiale ou rustique (que l'on retrouve dans les appellations « à la ménagère » et « à la paysanne »), souvent servie dans le récipient de cuisson.
▶ **Recettes** : ABATTIS, BARBUE, CŒUR, CROMESQUI, GRIVE, PETIT POIS, TOMATE.

BONNEFONS (NICOLAS DE) Écrivain français du XVIIe siècle. Valet de chambre à la cour de Louis XIV, il publia, en 1651, *le Jardinier français*, et, en 1654, *les Délices de la campagne*. Ce livre marque un tournant dans l'histoire de l'art culinaire, encore influencé par les conceptions du Moyen Âge. Bonnefons recommande la propreté dans l'exécution des plats, la diversité dans les menus et surtout la simplicité.

BONNEFOY Nom donné, d'après celui d'un restaurant parisien des années 1850, à une sauce servie avec certains poissons et filets de poisson préparés à la meunière. Il s'agit d'une sauce bordelaise, où la réduction d'échalotes, mouillée au vin blanc, n'est pas passée.

BONNES-MARES Vin AOC rouge de Bourgogne, l'un des plus grands crus de la Côtes de Nuits, produit sur les deux communes de Chambolle et de Morey-Saint-Denis (voir BOURGOGNE).

BONNET Deuxième partie de l'estomac des ruminants, située entre la panse et le feuillet, qui, chez le bœuf, entre dans la composition du gras-double et des tripes. Comme les autres parties de l'estomac, le bonnet, après avoir été vidé des matières en digestion, est échaudé, gratté, débarrassé de toutes ses impuretés et mis à dégorger à l'eau courante avant d'être apprêté.

Chez l'agneau, le bonnet entre notamment dans la composition des tripous.

BONNET D'ÉVÊQUE Surnom du croupion de certaines volailles, en particulier de celui de la dinde, à cause de la forme de mitre qu'il a quand il est dressé. Le terme s'applique également à une serviette de table pliée en forme de mitre.

BONNEZEAUX Vin AOC blanc d'Anjou, moelleux et liquoreux, issu du cépage chenin blanc, aromatique, vigoureux et sérieux (voir ANJOU).

BONTEMPS Nom d'une sauce au cidre et à la moutarde, qui accompagne viandes et volailles grillées.
▶ **Recette** : SAUCE.

BORASSUS Palmier d'Asie et d'Afrique, de la famille des palmacées, communément appelé rônier, dont les jeunes pousses et les bourgeons sont comestibles. La pulpe des fruits produit une farine utilisée dans de nombreuses préparations culinaires locales ; au Sri Lanka, on en fait une confiture estimée. Les fruits se consomment aussi crus ou torréfiés. Quant à la sève, elle s'emploie pour préparer des boissons fermentées.

BORCHTCH Potage d'Europe orientale, aussi répandu en Pologne qu'en Russie, qui fut l'un des premiers plats de ces pays à connaître une large diffusion en France dans les années 1920, avec l'arrivée des émigrés russes.

Il existe d'innombrables variantes de ce plat très populaire, plus ou moins richement garni selon les occasions. Ce qui le caractérise et lui donne sa couleur, ce sont les betteraves, accompagnées d'autres légumes en quantités diverses.

La formule classique est à base de viande de pot-au-feu. Le borchtch est traditionnellement servi avec de la crème aigre et additionné, à volonté, de la viande coupée en dés.

Mais il est courant de ne déguster que le potage aux betteraves, avec des champignons et des haricots blancs (borchtch maigre, typiquement polonais) en conservant la viande cuite dans le bouillon pour un autre usage. Il existe aussi un borchtch au poisson et un borchtch « vert » fait avec des épinards, de l'oseille et de l'échine de porc (ou éventuellement de la queue de bœuf).

RECETTE DE MME WITWICKA ET DE S. SOSKINE

borchtch ukrainien

« Faire revenir au saindoux 2 oignons épluchés et hachés et 200 g de betterave crue coupée en lamelles ; laisser mijoter. Porter à ébullition 1 kg de plat de côtes de bœuf avec 2,5 litres d'eau. Écumer. Ajouter 500 g de chou blanc rincé à l'eau vinaigrée et coupé en lanières, 3 carottes, 1 branche de persil, des branches de céleri effilé, ainsi que les betteraves et les oignons. Saler. Cuire dans très peu d'eau 4 tomates mûres, les passer, les ajouter au potage et laisser cuire 2 heures. Ajouter alors quelques pommes de terre en quartiers. Préparer un roux au saindoux et à la farine, le délayer avec un peu de bouillon, le verser dans le borchtch avec 2 cuillerées de fenouil haché. Laisser bouillir encore 15 min et servir. Ce borchtch "à l'ukrainienne" est accompagné de crème fraîche, présentée dans un bol, de gousses d'ail, que l'on croque entre deux cuillerées de potage, de kacha de sarrasin aux lardons et de pirojki à la viande, au riz et au chou. »

BORDEAUX Vin rouge, rosé, clairet (sec ou liquoreux) ou mousseux, produit dans le département de la Gironde, dont certains crus sont connus dans le monde entier (voir BORDELAIS).

BORDELAIS Voir pages 140 à 143.

BORDELAISE (À LA) Se dit de préparations à base d'éléments très divers (œufs, poissons, crustacés, rognons, entrecôtes, etc.), ayant souvent en commun des éléments tels que la moelle et les échalotes, mais surtout la présence d'une sauce au vin (vin blanc pour les poissons et les viandes blanches, vin rouge pour la viande rouge).

▶ **Recettes** : AGNEAU, BRIOCHE, CÈPE, CROQUET, ÉCREVISSE, FLAN, LAMPROIE, PÂTÉ, PÊCHE, ROGNON, SAUCE.

BORDURE Apprêt façonné, moulé ou taillé, dressé en couronne sur le bord d'un plat pour agrémenter sa présentation ou soutenir certaines préparations. Les appareils utilisés sont toujours à la température du plat qu'ils accueillent.

Simples ou composés, ils diffèrent selon que le mets est chaud ou froid, sucré ou salé.

– Pour les plats chauds : riz, semoule, farce à quenelles, pommes de terre duchesse.

– Pour les plats froids : œufs durs, gelée (détaillée en triangles, en croissants, en cubes, etc.), tomates (en rondelles ou en quartiers), citrons et oranges (cannelés ou non, en demi-tranches fines).

– Pour les entremets : crèmes moulées, riz impératrice, semoule.

Pour dresser les bordures moulées, on utilise des moules spéciaux ronds, cannelés ou unis, ou des moules à savarin.

On appelle également « bordures », ou « bords-de-plat », des cercles ou des ovales de métal, parfois historiés, que l'on place dans le bassin du plat pour contenir les éléments de la garniture.

BORDURES SALÉES

bordure de farce de poisson aux médaillons de homard à l'américaine

Préparer une farce de merlan. La tasser fermement dans un moule à bordure ou à savarin beurré. La cuire doucement au four, au bain-marie, puis la couvrir et la laisser 30 min à l'entrée du four pour qu'elle « prenne » bien. La démouler sur un plat chauffé et emplir le centre de médaillons de homard à l'américaine.

bordure de farce de veau aux amourettes ou à la cervelle de veau

Préparer une farce de veau. La tasser dans un moule à bordure ou à savarin beurré. La cuire doucement au four, au bain-marie, puis la couvrir et la laisser 30 min à l'entrée du four. Préparer des amourettes ou de la cervelle de veau à la poulette, et des champignons cuits au blanc. Démouler la bordure sur un plat, verser au centre les amourettes ou la cervelle à la poulette ; parsemer de persil ciselé. Décorer la bordure avec les champignons ; masquer de sauce poulette.

bordure de sole à la normande

Préparer une farce de poisson à la crème. La tasser dans un moule à bordure beurré. Cuire doucement au four, au bain-marie, puis démouler la bordure sur un plat. Garnir le centre d'un ragoût de fruits de mer lié de sauce normande, puis d'éperlans frits. Pocher au vin blanc des filets de sole, les replier en deux, les dresser sur la bordure. Pocher des huîtres, en disposer une sur chaque filet. Décorer de lames de truffe. Garnir le tour d'écrevisses troussées, cuites au court-bouillon.

BORDURES SUCRÉES

bordure de riz à la créole

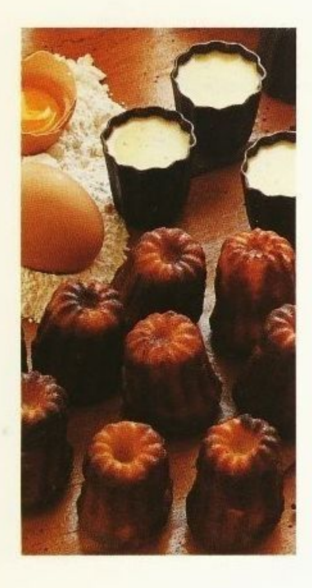
Préparer du riz au lait. Le tasser dans un moule à bordure. Le passer au four doux, puis le démouler sur un plat de service. Pocher au sirop vanillé 16 demi-tranches d'ananas, en garnir le centre de la bordure. Décorer de cerises et de losanges d'angélique ou de cédrat confits. Servir légèrement chauffé au four ou très frais, avec une sauce à l'abricot parfumée au rhum.

bordure de riz à la Montmorency

Préparer une crème pâtissière parfumée au kirsch. Essuyer délicatement avec un linge humide des cerises Montmorency, les dénoyauter et les pocher au sirop. Garnir le centre d'une bordure de couches alternées de crème pâtissière et de cerises. Terminer par un dôme de cerises. Parsemer de macarons écrasés. Arroser de beurre fondu et mettre quelques minutes dans le four préchauffé à 275-300 °C. Servir avec une sauce aux cerises parfumée au kirsch.

Bordelais et Landes

SITUÉS AU SUD-OUEST DE LA FRANCE, LE BORDELAIS ET LES LANDES FONT PARTIE DE L'AQUITAINE. LE BORDELAIS, QUI COUVRE LE DÉPARTEMENT DE LA GIRONDE, EN FORME LA PARTIE VITICOLE. PLUS AU SUD, LES LANDES OFFRENT À LA FOIS UN PAYSAGE DE DUNES SUR LEUR FAÇADE ATLANTIQUE, ET D'IMMENSES FORÊTS DE PINS À L'INTÉRIEUR DE LEURS TERRES.



Le cannelé, petit gâteau typiquement bordelais, cache, sous une fine couche croquante, un cœur moelleux parfumé à la vanille.

Le Bordelais est plus connu pour ses vins que pour ses traditions culinaires. Celles-ci sont pourtant très présentes, la région ayant su exploiter toutes ses richesses et allier les mets sophistiqués de Bordeaux à la simplicité campagnarde de ceux des Landes. Ainsi, le vin est à la base de la fameuse préparation dite « à la bordelaise ».
Cette appellation évoque des apprêts typiques de l'entrecôte, des cèpes, des écrevisses ou de la lamproie. Et bien que les recettes soient différentes, on y retrouve toujours des ingrédients tels que la moelle de bœuf, le vin et l'échalote, omniprésente dans la cuisine bordelaise.
Les cèpes, qui abondent dans les forêts de feuillus et de conifères, font partie des fleurons de ce terroir. Les préparations dites « à la landaise » associent ainsi les cèpes au jambon cru et à la graisse d'oie.
Souvent au menu, les cèpes sont servis seuls ou en accompagnement de viandes et de volailles.
L'oie et le canard fournissent confits, magrets, foie gras, graisse. Quant aux viandes, celle de l'agneau de Pauillac, du bœuf de Bazas et de Chalosse sont particulièrement réputées.
Le porc produit d'excellents jambons, apanage des Landes, et des spécialités charcutières comme les grattons.
Grands amateurs de gibier, Bordelais et Landais s'entendent à préparer les palombes, rôties ou en salmis, les bécasses, ou les petits oiseaux : les grives, les merles, et les fameux ortolans, cuits au four ou en brochettes.
Bordée par l'Atlantique, la région enrichit sa cuisine de produits de la mer, avec, en tête, les huîtres du bassin d'Arcachon, mais aussi les moules, sardines, mulets, dorades ou bonites de la côte landaise.
Les poissons de rivière ne sont pas oubliés, avec notamment la truite : les Landes viennent au premier rang en France pour la trutticulture. L'alose, poisson à la chair délicate mais aux nombreuses arêtes, est savoureuse farcie à l'oseille ou tout simplement grillée sur la braise et servie sur un lit de feuilles de noyer.
Les gastronomes apprécient les pibales (alevins d'anguille) dont la saison est toutefois très courte.
Enfin, la finesse de la cuisine bordelaise et landaise se retrouve dans la pâtisserie : à commencer par le macaron de Saint-Émilion ou le cannelé de Bordeaux.
De tradition bordelaise également, le tortillon est une grosse brioche aux fruits confits confectionnée spécialement le jour des Rois.
Spécialité landaise, la dacquoise est un gâteau meringué aux amandes, fourré de crème au beurre.

SOUPES

Tourin, chaudeau
Un repas du ban des vendanges débute par le tourin. Cette soupe à l'oignon relevée d'ail, liée aux œufs avec un filet de vinaigre et versée sur du pain, est une véritable institution. On la prépare aussi sans ail mais avec de la crème et du lait.
Plus rustique, le chaudeau est un mi-bouillon, mi-lait de poule au vin blanc et au bouillon de volaille relevé d'épices et d'aromates.
Ajoutons encore le simple mais délicieux bouillon d'abattis d'oie.

COQUILLAGES, MOLLUSQUES

Huîtres, moules, escargots
Dans la recette tout à fait originale des huîtres aux crépinettes, les huîtres d'Arcachon se dégustent en même temps que des crépinettes grillées, parfois truffées, le tout accompagné de vin blanc d'entre-deux-mers. Des saucisses grillées, du pâté ou des grattons peuvent se substituer aux crépinettes. Quant aux moules à la bordelaise, elles sont encore plus savoureuses lorsque leur cuisson à la marinière est liée de velouté ou de purée de tomate. Autre spécialité bordelaise, les escargots

à la Caudéran (du nom d'un faubourg) sont mijotés au vin blanc avec du jambon cru, des échalotes et de l'ail.

VIANDES

Porc : pot-au-feu, omelette landaise, tricandilles
Le pot-au-feu de jarret et de plat de côtes, garni de chou, de navets et de poireaux, est un classique de la cuisine rustique, tout comme la simple omelette landaise, au jambon cru, à l'ail et au persil, ou les pommes sautées à la graisse d'oie, avec du jambon cru et de l'oignon, agrémentées d'une persillade. On apprécie aussi les tricandilles, tripes de porc grillées et accompagnées de pommes de terre en robe des champs.

Agneau, mouton : gigot, amauguette
Le gigot d'agneau de Pauillac, rôti, est enrobé de mie de pain persillée et garni de pommes de terre rissolées et, parfois, de fines lamelles de truffe. Dans la région de Sauternes, l'agneau cuit en gibelotte avec un vin du cru. L'amauguette des Landes est un plat d'abats de mouton confectionné à partir de la panse, des tripes et des pieds, bouillis dans un pot avec des aromates.
Le nom (qui s'écrit aussi « amauguète ») vient de *amaugué* qui, selon l'écrivain régionaliste Simin Palay (1874-1965), désigne « la baratte en peau des anciens bergers ».

Veau à la fanchette
Pour cette recette bordelaise, le morceau de longe de veau mariné et braisé est recouvert d'une préparation faite de mie de pain, de lard gras, d'échalote et de persil, le tout lié à l'œuf.

Oie : abignades, sanquette
Dans les Landes, les abignades désignent des « tripes » d'oie ou de canard faites avec le sang de l'animal et mijotées avec oignons, ail, sang et vin. Les abignades ne sont pratiquement préparées qu'en Chalosse, où on les déguste sur du pain frit dans de la graisse d'oie, avec des rondelles de citron.
Dans le même esprit, la sanquette landaise est faite du sang d'une volaille fraîchement tuée, versé dans une poêle sur du jambon en dés, parsemé de fines herbes et d'oignons hachés.

PÂTISSERIES

Niniches, fanchonnettes, cruchade, tourtière, pastis
La pâtisserie bordelaise est souvent de petite taille : les niniches sont des confiseries au chocolat et au miel, les fanchonnettes sont des feuilletés aux amandes agrémentés d'une meringue au citron. La couronne bordelaise est faite d'une pâte au citron, à l'orange, à la fleur d'oranger, arrosée à l'armagnac et décorée de tranches de cédrat ou de melon confit.
Dans les Landes, la cruchade s'apparente à un petit biscuit. La célèbre tourtière landaise est faite d'un feuilletage croustillant et doré, parfumé d'armagnac et truffé de lamelles de pomme très fines ; elle se sert toujours chaude.
Le pastis landais, brioche parfumée à la fleur d'oranger ou au citron, était autrefois indissociable des grands événements familiaux. On le sert nature ou accompagné d'une crème anglaise, voire de confiture.

→

CARTE

ENTRÉES

♦♦♦

Flan à la bordelaise, PAGE 466
Écrevisses à la bordelaise, PAGE 418
Foie gras de canard à la vapeur au fumet de sauternes, PAGE 473

PLATS

♦♦♦

Alose au plat, PAGE 35
Lamproie à la bordelaise, PAGE 603
Confit d'oie à la landaise, PAGE 310

LÉGUMES

♦♦♦

Cèpes à la bordelaise, PAGE 228
Pommes de terre à la landaise, PAGE 836

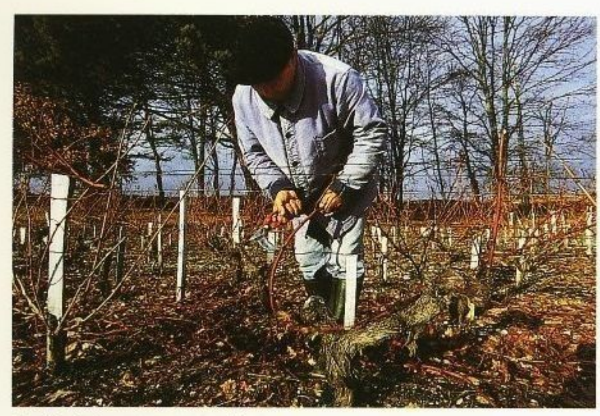
DESSERTS

♦♦♦

Macarons classiques, PAGE 632
Cannelés, PAGE 203
Croquets bordelais, PAGE 360
Gâteaux des rois de Bordeaux, PAGE 517
Brioche bordelaise, PAGE 170
Pastis bourrit, PAGE 766
Compote du vieux vigneron, PAGE 305
Dacquoise au café, PAGE 379



Le château d'Yquem, bâti à la Renaissance et remanié au XVIIIe siècle, se trouve au cœur d'un vignoble qui produit le plus prestigieux des sauternes.



Taille de la vigne en Médoc.

♦♦♦

Vins

Bordeaux est un nom célèbre dans le monde entier, il représente l'image même du vin. Le vignoble girondin raconte la longue histoire de vins nés à l'époque gallo-romaine, affinés au Moyen Âge et reconnus internationalement dès le XIXe siècle. Autant de vins rouges et blancs qui traduisent une infinité de terroirs et révèlent le talent des hommes.

RÉGIONS, APPELLATIONS, CÉPAGES

Le vignoble bordelais couvre aujourd'hui près de 115 000 hectares et compte 57 appellations d'origine contrôlée. Il s'organise autour de la Garonne, de la Dordogne et de la Gironde. Rivières et fleuves ont ainsi délimité naturellement quatre grandes zones.
La rive gauche de la Gironde et de la Garonne commence au nord avec le Médoc puis se poursuit par les Graves qui englobent les appellations pessac-léognan et sauternes. Entre la Dordogne et la Garonne, l'Entre-deux-mers géographique rassemble des appellations de vins rouges et blancs mais produit surtout les « bordeaux » et les « bordeaux supérieurs ».
À l'est du département, le Libournais regroupe les appellations saint-émilion, pomerol et fronsac. Près de la Charente enfin, le Blayais et le Bourgeais produisent des vins rouges (les meilleurs) et quelques blancs.
La personnalité et l'originalité des vins de Bordeaux reposent sur l'assemblage, le mélange des cépages. Ainsi, les rouges tirent leur caractère du cabernet-sauvignon, charpenté et tannique, du cabernet franc, fruité et élégant, et du merlot, souple et aromatique, auxquels s'ajoutent parfois le petit verdot et le malbec. Pour les blancs, les vignerons font appel à l'aromatique et distingué sémillon, au vigoureux sauvignon et à la délicate muscadelle.

LES VINS

Médoc

Les grands vins rouges du Médoc présentent un caractère affirmé et se reconnaissent par un style commun donné par la personnalité du cabernet-sauvignon, qui domine. Ils sont droits, tanniques et veillissent bien. Du nord au sud, tout au long de la Gironde et de la Garonne, chaque commune apporte les nuances de son terroir aux vins du Médoc.
Saint-Estèphe. Les vins de cette appellation, qui compte 5 crus classés et d'excellents crus bourgeois, se reconnaissent notamment à leur couleur soutenue, leur richesse en tanins et leur puissance.
Pauillac. Nés sur deux plateaux séparés par un ruisseau, les vins de Pauillac peuvent être corsés, denses, charpentés et puissants ou, au contraire, délicats, fins et racés. Ces vins de garde n'expriment leurs qualités qu'après un long vieillissement. L'appellation compte 18 crus classés dont trois prestigieux « premiers » : lafite-rothschild, latour et mouton-rothschild.
Saint-Julien. L'appellation la plus homogène du Médoc est connue pour ses rouges séveux, harmonieux et élégants qui déclinent toutes les nuances entre la puissance des pauillacs et le velouté des margaux.
Margaux. L'appellation la plus méridionale du Médoc produit des vins souples, fins et distingués qui vieillissent parfaitement. Excellent terroir, Margaux a une réputation internationale grâce notamment à son fameux château, premier cru du même nom. L'appellation rassemble le tiers des crus classés de 1855.

Graves

Le vaste ensemble des Graves, qui s'étend sur la rive gauche de la Garonne de Bordeaux à Langon, produit des vins rouges pleins et généreux, mais aussi des vins blancs dont le moelleux « graves supérieur ». Autrefois rattachée à la région des graves, l'appellation pessac-léognan a pris son indépendance, regroupant les meilleurs domaines, le château haut-brion notamment, premier cru classé de bordeaux. Il existe aussi, depuis 1959, un classement des graves qui regroupent les crus classés reconnus pour la qualité de leurs vins.

Sauternais. Riches, opulents, développant des arômes de miel, d'épices et de fruits exotiques, les vins liquoreux du Sauternais (qui comprennent aussi une appellation barsac) naissent de raisins surmûris, parfois couverts de « pourriture noble ». Si le sauternes se fait puissant et riche, le barsac évolue dans un registre plus délicat.

Entre-deux-mers

Cette vaste région vinicole produit la majorité des « bordeaux » et « bordeaux supérieurs » ainsi que le blanc sec « entre-deux-mers », issu des cépages sauvignon et sémillon. Sur les coteaux dominant la Garonne, une série d'appellations, sainte-croix-du-mont, loupiac et cadillac, produisent des vins moelleux et liquoreux, tandis que les premières côtes de Bordeaux élaborent les meilleurs vins rouges de cette zone vinicole.

Libournais

Sur la rive droite de la Dordogne, le Libournais trouve sa personnalité dans le cépage merlot, qui donne des vins soyeux et charmeurs portant le nom d'appellations prestigieuses.
Saint-Émilion. Ce vignoble possède un classement, révisé régulièrement, qui compte 11 premiers grands crus, parmi lesquels on peut citer château ausone, château cheval-blanc, château canon, château pavie..., et 63 crus classés. Il produit des vins de caractère différent, soit puissants et charpentés, soit fins et délicats, selon la nature des sols. Saint-Émilion est aussi connu par ses « satellites » aux noms prestigieux :

lussac-saint-émilion, montagne-saint-émilion, puisseguin-saint-émilion et saint-georges-saint-émilion.

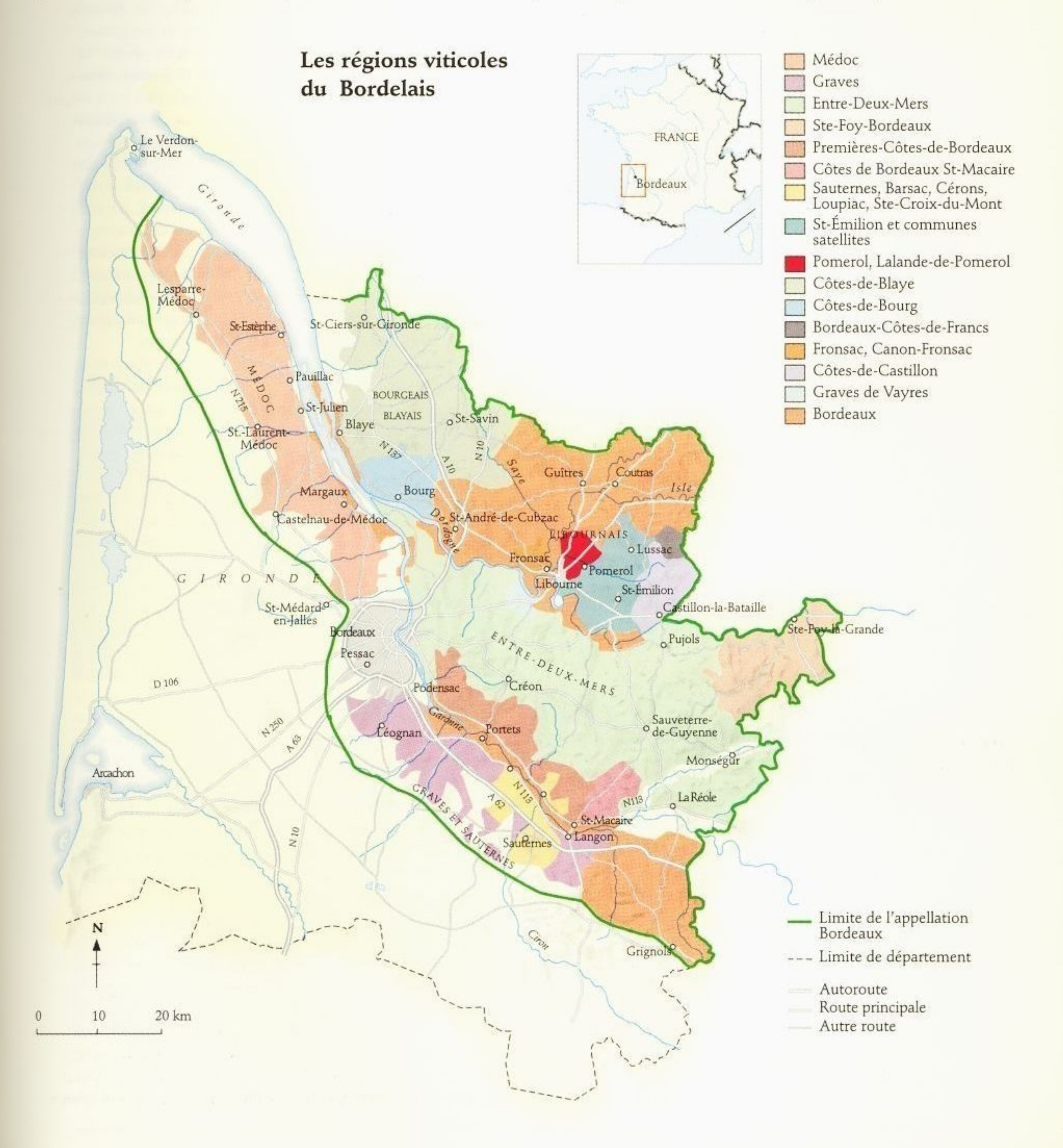
Pomerol. Sur ses 757 hectares, ce petit vignoble compte d'excellents crus, comme le château petrus, le plus cher des vins de Bordeaux. Les pomerols sont des vins séduisants présentant un nez généreux et chatoyant, de la rondeur, de la souplesse.

Fronsadais. Le vignoble du Fronsadais ne manque pas d'atouts, avec fronsac, qui produit des vins à forte personnalité, denses, structurés, tanniques, et canon-fronsac, qui évolue dans le même registre, avec souvent encore plus de puissance.

Blayais-Bourgeais

Près de la frontière charentaise, le vignoble du Blayais et du Bourgeais occupe les coteaux de la rive droite de la Gironde.

Bourg est la plus petite des deux zones, mais la viticulture y est intensive, tout autour du port de Bourg. L'AOC côtes-de-bourg paraît plus homogène avec des rouges fruités et solides qui vieillissent bien et quelques blancs charnus et équilibrés. Le Blayais se répartit entre les appellations côtes-de-blaye, qui correspond à des vins blancs, et premières côtes-de-blaye, pour des vins blancs et rouges. Celles de blaye (ou blayais) sont de plus en plus délaissées.



bordure de semoule aux fruits

Préparer de la semoule au lait additionnée d'un salpicon de fruits confits. La tasser dans un moule à bordure. Mettre quelques instants dans le four préchauffé à 160 °C. Démouler la bordure. Garnir le centre de fruits, de demi-fruits ou de cubes de fruits pochés au sirop vanillé. Chauffer quelques minutes dans le four. Avant de servir, arroser la bordure d'une sauce aux fruits très chaude, parfumée au rhum ou au kirsch.

BOTHEREL (MARIE, VICOMTE DE) Financier et homme politique français (La Chapelle-du-Lou 1790 - Dinan 1859). En 1839, il eut l'idée de créer des « omnibus restaurants » entre Paris et la banlieue. Pour les ravitailler en victuailles chaudes et froides, il fit édifier à grands frais d'énormes cuisines industrielles dont les dimensions et le modernisme suscitèrent l'admiration du Tout-Paris, mais l'entreprise se solda par un échec.

BOTTEREAU Beignet de forme géométrique que l'on prépare pour la mi-carême dans les Charentes et en Anjou, et qui se mange chaud ou froid.

bottereaux

Mélanger intimement 400 g de farine, 1 pincée de sel, 2 cuillerées à soupe de sucre semoule, 2 œufs entiers battus en omelette, 2 cuillerées à soupe de rhum et 20 g de levure de boulanger délayée dans 1 dl de lait à peine tiédi. Bien travailler cette pâte et l'abaisser au rouleau sur 5 mm d'épaisseur. Répartir à la surface 125 g de beurre divisé en petites parcelles. Replier la pâte en deux et l'aplatir régulièrement avec le rouleau, puis la travailler de nouveau pour bien incorporer le beurre. Former une boule, l'écraser, remettre la pâte en boule. La laisser lever pendant 3 heures. L'abaisser sur 3 mm d'épaisseur. Découper à l'emporte-pièce des losanges et des cercles, les plonger dans de l'huile très chaude, les égoutter, les éponger sur du papier absorbant et les poudrer de sucre glace.

BOTVINIA Soupe froide aigre-douce de la cuisine russe, à base de feuilles de betterave, d'épinards et d'oseille, garnie de concombre ou de poisson fumé.

BOUCANAGE Procédé de conservation de la viande par séchage à la fumée, en général après saumurage. Le séjour dans la chambre à fumer dure plusieurs semaines. Le bois utilisé doit être dur et sec, voire odoriférant, mais non résineux.

Le boucanage se pratique dans plusieurs régions : il donne le « brésil » (bœuf) en Franche-Comté, le *charqui* (bœuf, mouton ou lama) en Amérique du Sud, le *Bündnerfleisch*, ou viande des Grisons (bœuf maigre), en Suisse, la pasterma (cuisse ou épaule de mouton) en Turquie. En théorie, il ne concerne que la viande, mais il s'applique aussi à des poissons gras. Il ne faut pas le confondre avec la boucanade espagnole, méthode de conservation du vin dans une outre en peau de bouc séchée.

BOUCANÉ Viande séchée à la fumée, chez les Indiens des Caraïbes. Aujourd'hui, le mot désigne un plat de la cuisine créole de plein air. C'est un mouton entier, farci avec de la chair de canard et d'oiseaux sauvages, des oignons et des épices. Il est placé dans une grande fosse creusée dans le sol et chauffée avec du charbon de bois, puis recouvert de sable brûlant et de braises, sous lesquels il cuit deux heures environ.

BOUCHE DU ROI Ensemble du personnel des services de la cuisine royale, sous l'Ancien Régime. La plus ancienne ordonnance qui en définit les attributions date de 1281. À cette époque, l'« hostel du roi » comprend dix personnes pour la paneterie, autant pour l'échansonnerie, trente-deux pour la cuisine proprement dite et quatre pour la fruiterie (voir ÉCHANSON, ÉCUYER TRANCHANT, SOMMELIER).

Sous Louis XIV, la bouche du roi ne comprenait pas moins de cinq cents personnes et était devenue un corps très hiérarchisé, dirigé par les plus hauts dignitaires et divisé en sept offices, qualifiés de « bouche » s'ils touchaient le service exclusif du roi, de « commun » s'ils concernaient le reste de la cour : gobelet (paneterie-bouche et échansonnerie-bouche), complété par la cuisine-bouche ; paneterie-commun, échansonnerie-commun et cuisine-commun ; fruiterie ; fourrière (intendance). Ces services furent complétés par un huitième : la cuisine du petit commun.

■ **La cuisine-bouche.** Le service le plus important était celui de la cuisine du roi, avec une brigade de quatre maîtres queux, quatre hâteurs (rôtisseurs), quatre potagers et quatre pâtissiers, complétée par trois galopins (garçons de cuisine), dix écuyers, des garde-vaisselle et des lavandiers. On y trouvait également des porte-fauteuils et des porte-tables, ainsi que des avertisseurs, qui accompagnaient le roi dans tous ses déplacements et prévenaient à temps les cuisiniers du moment où celui-ci voulait passer à table. Le coureur de vin suivait le souverain à la chasse, portant sur son cheval un en-cas frugal.

■ **Des charges payantes.** Tous les offices de la bouche du roi,donnant droit au port de l'épée, se payaient fort cher, mais rapportaient peu. Vers la fin du règne de Louis XIV, néanmoins, de riches bourgeois se portèrent acquéreurs de ces charges, qui leur donnaient l'honneur d'avoir « bouche à la cour ». La « bouche » fut définitivement supprimée en 1830 par Louis-Philippe.

BOUCHÉE SALÉE Petite entrée individuelle, que l'on mange d'une bouchée, faite d'une croûte ronde en pâte feuilletée diversement garnie.

bouchées salées : préparation

Sur un plan de travail fariné, abaisser une pâte feuilletée sur 5 mm d'épaisseur environ. Passer un chiffon humide sur une plaque à pâtisserie. Avec un emporte-pièce rond et cannelé de 8 à 10 cm de diamètre, découper des cercles et les poser sur la plaque en les retournant pour que les bords un peu obliques ne se rétractent pas à la cuisson. Dorer à l'œuf battu. Avec un coupe-pâte rond uni de 8 à 10 cm, découper dans

la même pâte des couronnes. Les poser sur les cercles. Laisser reposer 30 min, puis glisser la plaque dans le four préchauffé à 180 °C et cuire de 12 à 15 min. Avec la pointe d'un couteau d'office, détacher avec précaution le couvercle de chaque bouchée et retirer éventuellement l'excédent de pâte molle resté à l'intérieur. Emplir les bouchées de la garniture choisie.

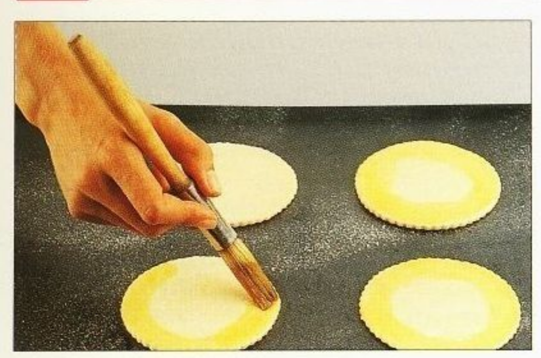
bouchées à la bénédictine
Additionner de la brandade de morue de truffes coupées en dés. En garnir de petites croûtes feuilletées. Décorer chaque bouchée d'une lame de truffe. Passer au four.

bouchées aux champignons
Garnir de petites croûtes de morilles à la crème ou d'un salpicon de champignons de Paris lié d'une sauce crème.

bouchées aux crevettes
Garnir les croûtes avec un ragoût de queues de crevette lié d'une sauce crevette.

bouchées aux fruits de mer
Préparer un ragoût de fruits de mer. En garnir des croûtes feuilletées chaudes, les recouvrir de leur couvercle et servir aussitôt.

Confectionner des bouchées



1. *Découper le fond de pâte à l'emporte-pièce et le retourner. L'enduire au pinceau à pâtisserie de jaune d'œuf non battu.*



2. *Poser la seconde collerette sur la première et dorer l'ensemble à l'œuf battu, en veillant à ce qu'il n'y ait pas de coulure sur les côtés.*

RECETTE DU CHEF DENIS
bouchées d'huîtres à la Denis
« Faire chauffer de petites bouchées de pâte feuilletée, de 3 à 4 cm de diamètre. Mettre dans chaque croûte un petit carré de foie gras frais et poser dessus 1 huître crue. Servir aussitôt. On peut poudrer de poivre blanc frais. »

bouchées aux laitances
Pocher doucement des laitances dans un court-bouillon bien relevé. Égoutter et détailler en salpicon. Lier à la crème ou au velouté. En garnir les croûtes et les décorer éventuellement de grosses crevettes roses.

bouchées à la moelle
Préparer de toutes petites croûtes de 4 cm de diamètre environ. Pocher au court bouillon de la moelle de bœuf et la détailler en salpicon. Bien poivrer et lier de sauce madère. En garnir les bouchées.

BOUCHÉE SUCRÉE Petit-four fait de coques en pâte à biscuit à la cuillère, cuites et évidées, puis garnies de crème pâtissière ou de confiture, assemblées deux par deux et recouvertes d'un fondant coloré.

bouchées à l'abricot
Battre au fouet sur feu doux, dans un récipient à fond rond, 250 g de sucre semoule et 8 œufs entiers ; quand l'appareil est mousseux et devient blanc, ajouter délicatement 200 g de farine tamisée et 200 g de beurre fondu additionné d'un petit verre de rhum. Garnir de cette pâte, et aux trois quarts seulement, de petits moules à croustade. Cuire 20 min environ dans le four préchauffé à 180 °C. Démouler sur une grille et laisser refroidir. Partager l'abaisse en deux épaisseurs. Garnir celle du dessous de marmelade d'abricot parfumée au rhum, puis poser celle du dessus. Faire réduire de la marmelade d'abricot, la parfumer au rhum, en masquer le dessus et le tour des bouchées. Garnir d'amandes effilées et grillées et d'une cerise confite.

BOUCHÉE AU CHOCOLAT Confiserie à base de chocolat ou enrobée de chocolat (voir ROCHER, TRUFFE EN CHOCOLAT).
• BOUCHÉES FOURRÉES. Très variées, elles se composent d'un intérieur (fondant coloré et parfumé, praliné, pâte d'amande, caramel mou, nougat, liqueur, fruit à la liqueur, ganaches diverses, pâte de fruits, etc.) enrobé d'une couverture en chocolat, très fluide à chaud et riche en beurre de cacao.
• BOUCHÉES MOULÉES. Elles se composent d'une couverture de chocolat coulée dans un moule qui est immédiatement retourné pour ne laisser qu'une mince pellicule. L'intérieur est versé dans cette forme délicate, qui est aussitôt fermée par une mince couche de chocolat.

BOUCHÉE À LA REINE Entrée chaude, composée d'une croûte en feuilletage garnie d'un salpicon. Elle doit son nom à la reine Marie Leszczynska, femme

de Louis XV, qui aurait eu, la première, l'idée de ce petit vol-au-vent individuel. On peut au moins supposer que la reine en lança la mode, comme celle d'autres apprêts et gourmandises, car tous les chroniqueurs s'accordent à reconnaître son appétit.

bouchées à la reine

Cuire des croûtes à bouchée. Préparer d'autre part le salpicon à la reine : tailler en petits dés des blancs de poularde pochée au bouillon bien aromatisé ; couper de la truffe en dés et pocher ceux-ci au vin blanc ; nettoyer des champignons de Paris très frais, en raccourcissant les pieds, les couper en quatre, les citronner et les faire étuver dans du beurre, sans laisser colorer ; préparer une sauce blanche avec le bouillon de la poule, ajouter de la crème et du jaune d'œuf (pour 1/2 litre de bouillon : 40 g de beurre, 40 g de farine, 1 dl de crème et 1 jaune d'œuf) ; lier tous les éléments solides avec cette sauce. Réchauffer les croûtes 10 min au four préchauffé à 180 °C. Les garnir avec la préparation chaude. Poser le couvercle. On peut ajouter à la garniture un salpicon de ris de veau, de quenelles et de cervelle, braisé au blanc (**voir** VOL-AU-VENT).

BOUCHÈRE (À LA) Se dit de divers apprêts qui ont en commun une garniture de moelle.

L'appellation concerne également des côtes de veau macérées dans l'huile, avec du sel, du poivre et du persil haché, puis grillées pendant 15 min et garnies de légumes de saison persillés.

BOUCHERIE Ensemble des activités liées à la transformation et à la commercialisation des animaux d'élevage destinés à la consommation humaine. Le mot désigne aussi le magasin de vente des viandes crues de bœuf, veau, agneau, mouton, porc, ainsi que des abats, volailles et gibier. Quand il s'agit d'équidés (cheval, âne, mulet), on parle de boucherie « hippophagique » ou chevaline.

■ **Histoire.** Dès la Rome antique, la profession de boucher fut réglementée, diversifiée et dotée de privilèges. En s'inspirant du corps des maîtres bouchers romains, la Gaule transmit au Moyen Âge la tradition des charges héréditaires. C'est en 1096 que fut créé le premier commerce de boucherie de Paris (sur l'actuelle place du Châtelet).

Peu à peu se constitua la riche et puissante caste de la Grande-Boucherie, qui fut longtemps gouvernée par quelques familles et dont le rôle politique alla grandissant. Elle dut cependant, au XVIe siècle, abandonner aux charcutiers le commerce du porc, et les statuts enregistrés en 1589 fixèrent les droits et les obligations des bouchers – notamment l'obligation de vendre la viande après l'avoir pesée sur une balance, et non plus à l'estime.

Jusqu'à la Révolution, la corporation des bouchers resta entre les mains d'une vingtaine de familles. Celles-ci organisaient chaque année deux grandes manifestations : leur fête votive (la Saint-Nicolas), le 6 décembre, et le « défilé du bœuf gras », qui avait lieu au moment du carnaval, et notamment le Mardi gras, juste avant le carême (**voir** BŒUF).

■ **Temps modernes.** Récemment encore, de nombreuses boucheries assuraient l'ensemble des activités de transformation, depuis l'achat de l'animal sur pied jusqu'à la vente au détail.

Aujourd'hui, elles se consacrent essentiellement à la préparation des carcasses, des quartiers et des morceaux de demi-gros : découpage, désossage, parage et présentation. Mais la boucherie est encore l'un des métiers de l'alimentation où le travail demeure en grande partie manuel.

Cependant, les exigences commerciales ont amené nombre de bouchers à proposer des produits de charcuterie et des plats préparés.

Les magasins de grande surface – supermarchés et hypermarchés – commercialisent 50 % de la viande vendue aux particuliers. Celle-ci est découpée en totalité ou en partie sur place, ou livrée de l'extérieur ; elle peut être préparée à la demande ou proposée en libre-service. Les conditionnements sont réalisés dans des ateliers généralement visibles par la clientèle et très contrôlés par les services vétérinaires.

BOUCHON Pièce de liège, de verre ou de caoutchouc, le plus souvent cylindrique ou tronconique, que l'on introduit dans le goulot d'une bouteille, d'une carafe ou d'un flacon pour le clore plus ou moins hermétiquement.

À l'origine, le vin était protégé grâce à une couche d'huile, puis à l'aide d'une cheville de bois enrobée de chanvre imprégné d'huile. Le bouchon de liège fut sans doute inventé par dom Pérignon, pour maintenir le champagne sous pression dans la bouteille. Élastique, souple et imputrescible, le liège est irremplaçable pour le vin, qui doit continuer de respirer. Pour le cidre bouché et le champagne, le bouchon est maintenu par une attache métallique.

Différents autres bouchons permettent de fermer les bouteilles entamées (bouchon capsule) ou de mesurer les doses servies (bouchon verseur ou doseur).

BOUCHON (ÉTABLISSEMENT) À Lyon, petit bistrot où se perpétuent deux traditions gastronomiques de cette ville : le plantureux « mâchon » (casse-croûte) et le « pot » (bouteille de 45 cl destinée à la dégustation du beaujolais).

Le mot vient du vieux français *bousche*, « touffe de foin, de paille ou de feuillage servant de tampon », enseigne des cabarets où les charretiers pouvaient s'arrêter pour bouchonner leurs chevaux… avant de se désaltérer et de se restaurer.

BOUDIN ANTILLAIS Spécialité de la cuisine créole, appelée aussi localement « boudin cochon », qui se mange grillée, poêlée avec du saindoux ou simplement pochée.

Le boudin antillais (**voir** tableau) se consomme souvent à l'apéritif avec du punch ; la pâte est assez fluide, et on peut l'aspirer en tenant le boudin par l'une des extrémités du boyau.

Caractéristiques des différentes variétés de boudins

variétés	provenance	description	saveur
boudins blancs			
boudin blanc catalan	Pyrénées-Orientales	grosse saucisse blanc gris, riche en œufs	relevée d'herbes
boudin blanc classique	toute la France	avec viande blanche maigre de porc, veau ou volaille, gras de porc, lait et œufs, embossé en boyaux de porc, portionné (12-15 cm)	assez fine, relevée parfois de truffes
boudin blanc havrais	Normandie	jaune clair, avec gras de porc (sans maigre), lait, œufs, mie de pain, fécule ou farine de riz	assez grasse, souvent peu relevée
boudin blanc de pays ou malsat	Sud-Ouest	avec poitrine de porc, panade aux œufs, embossé en boyaux de bœuf (35-40 mm)	très parfumée d'herbes
boudin à la Richelieu	toute la France	avec viande de volaille, parfois des truffes, divisé en boulettes, mis en crépine de porc	onctueuse, parfois de truffes
boudin blanc de Rethel	Ardennes	classique, avec viande maigre et lard de porc, lait, œufs, sans produit amylacé	onctueuse et goûteuse
bougnette de Castres	Tarn	avec moitié poitrine de porc et moitié panade aux œufs, emballée sous crépine, cuite au four	parfumée d'herbes
coudenou de Mazamet	Tarn	avec moitié couennes et moitié panade d'œuf, embossé en menu de bœuf et poché à l'eau	un peu croquante, relevée
boudins noirs			
bloedpens	nord de la Belgique	avec abats, dont poumons, et lard gras, embossé en baudruche ou en menu de cheval	assez grasse
boudin antillais ou boudin créole	toute la France	boudin en chapelet, à « pâte » lisse, uniforme, foncée, avec sang de porc, mie de pain, lait, chair à saucisse, cive, piment frais	très typique, bien pimentée
boudin audois	Aude	avec tête (40 %), gorge, couennes, pieds et sang de porc	croquante
boudin d'Auvergne	Auvergne	avec lait et tête de porc (consistance particulière), cuite non découennée	onctueuse et variée
boudin de Bourgogne	Bourgogne	avec lait frais et riz	moelleuse
boudin de langue ou Zungenwurst	Alsace	avec langues de porc ou de bœuf, embossé en baudruche de bœuf ou de veau	de langue (forte) et onctueuse
boudin de Lyon	Rhône	avec oignons crus	très marquée d'oignon
boudin noir de Saint-Romain	région du Havre	avec sang de porc, oignons crus, crème (10 %) et panne de porc	moelleuse
boudin de Paris	Île-de-France	avec tiers sang de porc, tiers gras de porc, tiers oignons cuits avec ou sans lait et/ou crème, embossé en boyaux de porc (30-35 mm)	onctueuse, plus ou moins relevée
boudin du Poitou	Poitou-Charentes	sans gras de porc, avec épinards, crème, œufs, lait, sucre, semoule ou mie de pain	légère, onctueuse, parfumée d'herbes
boudin de Strasbourg ou boudin alsacien	Alsace	avec couennes de porc cuites et pain (10 %) trempé dans du lait, fumé à froid	particulière de fumé et croquante
boudin du Sud-Ouest ou galabart	région de Bordeaux	gros boudin avec tête de porc entière (langue et couenne), poumons, cœur hachés et cuits, et parfois mie de pain (signalée)	très typée, croquante, peu grasse
boutifar ou boutifaron	Roussillon	galabart sans mie de pain, avec piment rouge	puissante
coutançais	Manche	gros boudin avec sang (35 %), oignons crus (30 %), gras, embossé en gros intestin de porc	assez grasse, marquée par l'oignon
gogue d'Anjou	Anjou	gros boudin avec oignons cuits (60 %), viande de porc et sang, épinards, bettes	parfumée de légumes, d'herbes
saucisson noir ou Schwarzwurst	Alsace	fumé, avec sang de porc, couennes, oreilles, tête et pieds désossés, lard en dés et intestin de bœuf	nettement fumée

boudin antillais

Mélanger 2 cuillerées à soupe de vinaigre à 1,5 litre de sang de porc frais pour l'empêcher de coaguler. Émietter 250 g de pain de mie rassis et l'arroser de 1/2 verre de lait. Nettoyer et gratter des boyaux de porc, les retourner, les laver, les éponger, les frotter au jus de citron, les retourner de nouveau. Hacher finement 250 g d'oignons, les dorer de 7 à 8 min dans 100 g de saindoux. Passer au mixeur la mie de pain et le sang et les mélanger dans une terrine avec les oignons égouttés. Hacher finement 4 ou 5 gousses d'ail et 1 petit piment oiseau. Ciseler une vingtaine de brins de ciboulette. Ajouter dans la terrine ail, piment et ciboulette, ainsi que du sel, du poivre et 1 cuillerée à soupe de farine. Bien travailler le tout à la main ou à la spatule de bois, goûter et rectifier l'assaisonnement : la préparation doit être très relevée. Nouer l'extrémité d'un boyau. Avec un entonnoir, remplir le boyau, tasser en pressant vers l'extrémité nouée ; quand le boudin atteint 10 cm environ, tourner plusieurs fois le boyau pour le fermer ; façonner les autres boudins de la même manière. Les plonger en une fois dans de l'eau bouillante aromatisée (ciboulette, laurier, piments et bois d'Inde) et les laisser pocher 15 min à l'eau juste frémissante. Les égoutter et les laisser refroidir.

BOUDIN BLANC Préparation de charcuterie faite d'un hachis très fin, mis dans des boyaux, de viande blanche additionnée de gras de porc ou de veau, parfois de poisson, de crème, de lait, d'œufs, de farine (ou de mie de pain) et d'épices (voir tableau des boudins page 147).

boudin blanc

Retirer la peau d'une poularde, la désosser et passer la chair au hachoir fin en même temps que 250 g de jambon d'York. Tamiser 150 g de mie de pain fraîche, y ajouter juste assez de lait pour la détremper, et la travailler sur feu doux pour l'épaissir. Laisser refroidir. Préparer une duxelles blonde avec 400 g de champignons de Paris, le jus de 1/2 citron et 4 échalotes finement hachées ; quand elle est bien sèche, la laisser refroidir. Mélanger intimement la panade, le hachis de poularde et de jambon, la duxelles, 2 jaunes d'œuf, 100 g de poudre d'amande, 2 dl de crème fraîche épaisse, 1 verre de madère ou de xérès, 1 grosse pincée de paprika, du sel, du poivre, une pointe de poivre de Cayenne, 2 cuillerées à soupe de persil haché, 1 grosse pincée de thym en poudre et éventuellement le contenu d'une petite boîte de pelures de truffe. Battre 2 blancs en neige, les ajouter à ce mélange. Préparer et emplir ensuite les boyaux comme pour le boudin antillais. Faire pocher de la même façon, puis laisser refroidir.

BOUDIN NOIR Préparation de charcuterie à base de sang et de gras de porc assaisonnés et mis en boyau, que l'on vend « au mètre » ou par portions fermées aux extrémités. Dans le Sud-Ouest (Béarn notamment), le boudin noir est également vendu en bocal ou en boîte, sans embossage. En France, il existe autant de types de boudin noir que de charcutiers (voir tableau page 147).

RECETTE DE CHRISTIAN PARRA,
L'AUBERGE DE LA GALUPE, À URT

boudin noir béarnais

« Cuire doucement 30 min dans un rondeau 1 kg de goula (gorge) haché. Éplucher 1 kg d'oignons et 250 g d'ail et les ajouter, avec 40 g de thym haché et 1 bouquet de persil ciselé. Laisser mijoter 1 h 30. Cuire à grande eau salée au gros sel 1/2 tête de porc avec 1 kg de poireaux, 500 g d'oignons piqués de clous de girofle, 4 piments rouges et 500 g de carottes entières. Après cuisson, désosser la tête et hacher sa viande avec les poireaux, et mettre le tout dans le rondeau. Rectifier l'assaisonnement et relever d'un peu de quatre-épices. Ajouter 5 litres de sang. Bien remuer. Mettre en boîtes ou en bocaux et stériliser 2 heures. Servir froid ou grillé en tranches. »

boudin noir à la normande

Peler 750 g de pommes acidulées, les émincer, les citronner, les dorer au beurre. Couper en tronçons réguliers 1 kg de boudin noir poché et les laisser rissoler au beurre dans une poêle. Ajouter les pommes et faire sauter le tout quelques instants. Servir brûlant.

BOUGON Fromage de lait de chèvre (46 % de matières grasses), à pâte molle et à croûte fleurie. Fabriqué exclusivement par la coopérative de La Mothe-Bougon, le Bougon se présente en boîte, sous la forme d'un cylindre de 11 cm de diamètre et de 2,5 cm d'épaisseur, pesant 250 g. Sa saveur affirmée est très agréable de mai à septembre, période de meilleure qualité du lait de chèvre.

BOUILLABAISSE Plat de poissons bouillis et aromatisés de la cuisine provençale, en particulier de Marseille, mais dont il existe de nombreuses variantes.

À l'origine, la bouillabaisse était un plat de pêcheurs, cuisiné sur la plage au retour de la pêche, dans un grand chaudron posé sur un feu de bois, et composé des poissons qui ne pouvaient être vendus sur le marché, comme la rascasse (indispensable à une authentique bouillabaisse), qui ne se consomme pratiquement que de cette façon. On y ajoute souvent quelques crustacés et coquillages : cigales de mer, moules, petits crabes (la langouste est un raffinement de citadin). Outre l'huile d'olive, poivre et safran parfument cette préparation, ainsi qu'un morceau d'écorce d'orange séchée.

►
Bouillabaisse de Marseille, ses croûtons et sa rouille
Recette voir page 150.



La vraie bouillabaisse doit se préparer avec des poissons de roche, pêchés à la ligne (plus savoureux que s'ils sont dragués au chalut) juste avant la cuisson. Poisson et bouillon sont servis séparément. Celui-ci est versé sur des tranches de pain de ménage séché ; à Marseille, c'est un pain spécial, appelé « marette ».

Mais on peut accompagner la bouillabaise de croûtons frottés d'ail, de sauce rouille, de parmesan, et même de tomates séchées et d'une salade de roquette. La cuisine provençale propose d'autres soupes de poissons. À Martigues, où la bouillabaisse est servie avec des pommes de terre (cuites à part), on prépare une bouillabaisse « noire » (avec des seiches et leur encre).

Les bouillabaisses de sardines et de morue sont également typiques, de même que la bourride sétoise et le revesset toulonnais. Parfois, on ajoute du vin blanc au bouillon. Diverses régions du littoral français ont, elles aussi, leur apprêt de poissons en soupe : la bouillinada roussillonnaise, la cotriade bretonne, la chaudrée charentaise (qui a donné le *chowder* américain), la marmite dieppoise, le waterzoï flamand ou le *ttoro* basque.

RECETTE DE JEAN-JACQUES JOUTEUX,
LE PROVENÇAL, À SAINT-JEAN-CAP-FERRAT

bouillabaisse

« Lever les filets de 1 chapon (sorte de rascasse rouge) de 500 g, 2 petits rougets grondins, 2 vives, 4 petites tranches de congre, 1 rascasse, 1 saint-pierre de 500 g. Réserver au froid. Faire fondre 5 min dans de l'huile d'olive 3 oignons violets épluchés et émincés, du basilic et de la coriandre hachés et 10 petites tomates coupées en quatre. Ajouter une petite boîte de concentré de tomate et les arêtes de poisson concassées. Assaisonner de gros sel, de poivre blanc et de safran pistil. Ajouter 500 g de favouilles (petits crabes). Mouiller avec 5 litres d'eau et laisser mijoter 30 min. Ouvrir en deux un pagnol (petite baguette farinée), la frotter d'ail, la couper en petits croûtons, les arroser d'huile d'olive et les faire dorer au four préchauffé à 250 °C. Préparer la rouille à la patate. Cuire dans 2 louches de l'eau de cuisson des poissons 250 g de pommes de terre. Les égoutter, les écraser. Filtrer le jus de cuisson. Passer au mixeur et mélanger cette pâte à la purée. La délayer avec 1/2 litre d'huile d'olive, comme pour une mayonnaise. Passer au mixeur les arêtes, les légumes et les favouilles. Filtrer au chinois fin en pressant fortement. Disposer dans un plat à four les filets de poisson, saupoudrer de gros sel, de poivre blanc concassé et d'une pincée de badiane en poudre. Ajouter 4 grosses étrilles et 1 kg de pommes de terre grenaille précuites à moitié dans de l'eau safranée. Recouvrir de 1/4 de litre de soupe. Mettre de 20 à 30 min à four chaud. Ajouter 400 g de moules d'Espagne 3 min avant de servir. »

bouillabaisse de Marseille

Écailler, vider et étêter 2 kg de poissons variés entiers (congre, daurade, grondin, lotte, merlan, rascasse, saint-pierre) ; les tronçonner. Dorer dans 10 cl d'huile 1 oignon, 1 gousse d'ail, 2 poireaux et 3 branches de céleri, épluchés et hachés menu ; saler et poivrer. Ajouter les têtes et les parures de poisson. Couvrir d'eau, porter à ébullition et laisser mijoter 20 min. Passer le mélange dans un tamis et presser pour obtenir le jus de cuisson. Concasser 3 tomates pelées. Dans une marmite, dorer à l'huile 1 oignon, 2 gousses d'ail et 1 bulbe de fenouil, pelés et hachés. Verser le bouillon, les tomates et un bouquet garni. Ajouter la rascasse,puis le grondin, la lotte, le congre, la daurade, 10 étrilles brossées et quelques filaments de safran. Cuire 8 min sur feu vif. Mettre alors le saint-pierre et le merlan. Cuire 5 ou 6 min. Mouiller une tranche de pain de mie avec le bouillon et la presser. La piler avec 3 gousses d'ail et 1 piment rouge haché. Ajouter 1 jaune d'œuf, puis 25 cl d'huile d'olive, en montant cette rouille comme une mayonnaise. Couper 1 baguette en rondelles ; les griller au four. Disposer les poissons et les étrilles dans un grand plat, verser le bouillon dans une soupière, et servir accompagné de la rouille et des croûtons. (Voir photographie page 149.)

BOUILLEUR DE CRU Propriétaire, fermier, métayer ou vigneron qui distille ou fait distiller des vins, cidres, poirés, marcs ou lies provenant uniquement de sa récolte. Jusqu'en 1916, producteurs et distillateurs étaient confondus sous le nom de « bouilleurs de cru ». Aujourd'hui, celui-ci ne s'applique plus qu'aux premiers, les seconds s'appelant « bouilleurs ambulants ».

Officiellement baptisés « loueurs d'alambic », ils proposent leur machine et leur savoir-faire. Ils installent leur alambic dans un lieu appelé « atelier public », où les producteurs apportent leurs produits, et leur rétribution est calculée au litre d'alcool obtenu.

Les bouilleurs de cru bénéficient d'un « privilège », qui leur permet de faire distiller chaque année, pour leur usage personnel, l'équivalent de dix litres d'alcool pur, exonérés de toute taxe. Mais ces eaux-de-vie rustiques vont disparaître : un décret de 1960 a supprimé l'attribution de nouvelles franchises, et le « privilège » n'est plus transmissible par héritage, même direct.

BOUILLI Abréviation désignant le morceau de bœuf ayant servi à la préparation d'un pot-au-feu, d'un bouillon ou d'un consommé. Le bouilli de desserte se mange froid, en salade, ou chaud, en tranches réchauffées ou grillées, ou en gros dés rissolés ou mouillés d'une sauce relevée. Haché, il s'apprête en boulettes, en cromesquis, en fritots, ou entre dans la composition de tomates farcies ou du hachis Parmentier.

▶ **Recette** : BŒUF.

BOUILLIR Porter un liquide (eau, fond, court-bouillon) à ébullition et l'y maintenir, afin de cuire les aliments qui y sont plongés (voir tableau des modes de cuisson page 375). Pour chaque liquide, l'ébullition se produit à une température fixe et constante (100 °C

pour l'eau). La cuisson « à gros bouillons » ne demande donc pas moins de temps, mais provoque un brassage qui évite aux éléments de coller entre eux ou au fond du récipient. On fait aussi bouillir un liquide de cuisson pour le concentrer.

Les huiles et autres corps gras de friture ont des températures d'ébullition qui atteignent 200 °C. Quant aux sirops de sucre, ils arrivent à ébullition en fonction de leur concentration.

BOUILLOIRE Récipient à large panse, muni d'un bec verseur, d'une anse et d'un couvercle, utilisé exclusivement pour faire bouillir de l'eau. La bouilloire peut être en aluminium, en acier inoxydable, en cuivre chromé (intérieur étamé), en métal émaillé, en Pyrex, etc. Elle est parfois équipée d'un dispositif siffleur, qui se déclenche au moment de l'ébullition.

BOUILLON Liquide de cuisson des viandes ou des légumes bouillis, utilisé pour cuire (à la place de l'eau) certains mets et réaliser des sauces et des potages. Il existe aujourd'hui des extraits, liquides ou solides, à délayer dans l'eau.

Le bouillon américain, également appelé « marmite américaine », « bouillon à la bouteille » ou « thé de bœuf » *(beef tea)*, est une préparation anglo-saxonne qui consiste à cuire au bain-marie, dans un récipient spécial fermant hermétiquement, des morceaux de viande et des légumes, sans eau ; on obtient ainsi un jus concentré d'une grande valeur nutritive.

Dans les pays anglo-saxons, on consomme aussi l'essence *of mutton*, un extrait liquide de viande de mouton généralement préparé en Australie.

bouillon d'abattis
Plonger 2 abattis de poulet dans 2 litres d'eau froide et porter à ébullition. Éplucher et émincer 4 carottes moyennes, 2 navets, 3 blancs de poireau, 2 branches de céleri et un petit morceau de panais. Écumer le bouillon, ajouter les légumes ainsi que 1 oignon piqué de clous de girofle, 1 bouquet garni, 2 gousses d'ail écrasées, du sel et du poivre. Maintenir une ébullition douce pendant 1 h 30 environ. Au moment de servir, désosser les abattis et ajouter les chairs au bouillon, ainsi que le jus de 1/2 citron et du persil ciselé. Rectifier l'assaisonnement. On peut, à la manière grecque, cuire 2 poignées de riz dans le bouillon et lier d'un jaune d'œuf ou, mieux, d'un œuf entier en omelette.

bouillon de bœuf ou marmite de bœuf
Dégraisser, désosser et ficeler la viande de bœuf (macreuse, gîte-gîte, paleron, jumeau, plat de côtes, etc.). Concasser les os. Réunir ces éléments dans une marmite et mouiller d'eau à hauteur. Saler. Porter à ébullition, dégraisser et écumer. Faire colorer fortement à sec des oignons coupés en deux ; les ajouter dans la marmite avec des poireaux, des carottes, du céleri-branche, des gousses d'ail, un bouquet garni et des clous de girofle. Cuire doucement 3 h 30 à découvert Écumer et dégraisser complètement. Filtrer. Cette marmite de bœuf permet notamment de réaliser des consommés.

RECETTE ANCIENNE

bouillon d'escargot
« Préparer 36 escargots. Les décoquiller et les mettre dans une casserole avec 3 litres d'eau. Ajouter 400 g de tête de veau, 1 laitue nettoyée et coupée en quatre, 1 poignée de feuilles de pourpier et un peu de sel. Faire chauffer, écumer. Dès qu'une bonne ébullition est atteinte, réduire le feu pour que l'eau frémisse à peine et cuire ainsi 2 heures. Rectifier l'assaisonnement et passer au tamis. »

RECETTE DU *CODEX* DE 1884

bouillon aux herbes
« Feuilles fraîches d'oseille : 40 g ; feuilles fraîches de laitue : 20 g ; feuilles fraîches de cerfeuil : 10 g ; sel marin : 2 g ; beurre frais : 5 g ; eau : 1 litre. Laver les feuilles, les faire cuire jusqu'à cuisson complète, ajouter le sel et le beurre. Passer. » La formule reste valable. On peut ajouter à la cuisson des feuilles de bette ou d'épinard et, au moment de servir, du persil et du jus de citron.

bouillon de légumes
Réunir dans une casserole des poireaux, des carottes, des branches de céleri, éventuellement des navets et des tomates fraîches, et 1 petite branche de persil. Écumer et cuire 40 min. Filtrer sans écraser les légumes.

bouillon de veau ou fond blanc de veau
Dégraisser, désosser et ficeler les viandes (jarret, bas morceaux et parures de veau). Concasser finement les os. Réunir ces éléments dans une marmite et mouiller d'eau à hauteur. Porter à ébullition, écumer et dégraisser. Ajouter des poireaux, des carottes, des branches de céleri, un oignon piqué de 2 clous de girofle, et 1 bouquet garni. Cuire doucement à découvert 2 h 30. Écumer et dégraisser complètement. Filtrer au chinois. Ce fond blanc permet de réaliser du velouté de veau, des jus et des sauces, de cuire certains légumes braisés et de mouiller des crèmes-potages de légumes.

crabe en bouillon → CRABE

BOUILLON (ÉTABLISSEMENT) Restaurant bon marché à prix fixe, créé au XIXe siècle (voir DUVAL). On y servait à l'origine du bœuf bouilli et son bouillon. Ce menu, copieux mais économique, s'accrut ensuite de quelques autres plats. À Paris, plusieurs chaînes de restaurants à grand débit furent ainsi créées, comme les bouillons *Boulant* ou *Chartier*, dont l'un est toujours en activité, avec son décor 1900, la sciure de bois sur le sol, le mobilier Thonet et la carte écrite à l'encre violette.

BOUKHA OU **BOUKHRA** Eau-de-vie de figue titrant 36 % Vol. environ, fabriquée en Tunisie et consommée en digestif dans tout le nord de l'Afrique du Nord. Les figues, surtout des « hordas » de Turquie, sont séchées, puis mises à fermenter, et enfin distillées dans un alambic à colonne.

BOULANGER Cafetier parisien, établi rue des Poulies (aujourd'hui rue du Louvre), et premier « restaurateur » de la capitale. N'appartenant pas à la corporation des traiteurs (qui pouvaient vendre sauces, plats et ragoûts), il n'avait le droit de proposer à ses clients, outre des consommations, que des « bouillons restaurants ». Un jour de 1765, il servit des pieds de mouton à la sauce blanche, mais gagna son procès contre les traiteurs, le parlement ayant décrété que les pieds de mouton n'étaient pas du ragoût. Le succès était acquis, et Boulanger, qui avait ceint l'épée – attribut de la noblesse –, ajouta à sa carte des volailles au gros sel.

BOULANGÈRE (À LA) Se dit de certaines grosses pièces, essentiellement d'agneau, mais aussi de poisson, cuites au four (du boulanger, à l'origine) et garnies de pommes de terre et d'oignons émincés, puis, éventuellement, passés au beurre.

▶ **Recettes** : AGNEAU, COLIN, POMME DE TERRE.

BOULANGERIE Lieu où se fabrique et se vend le pain. En France, où la fabrication domestique du pain n'a disparu qu'après la Première Guerre mondiale, la profession est restée en grande partie artisanale.

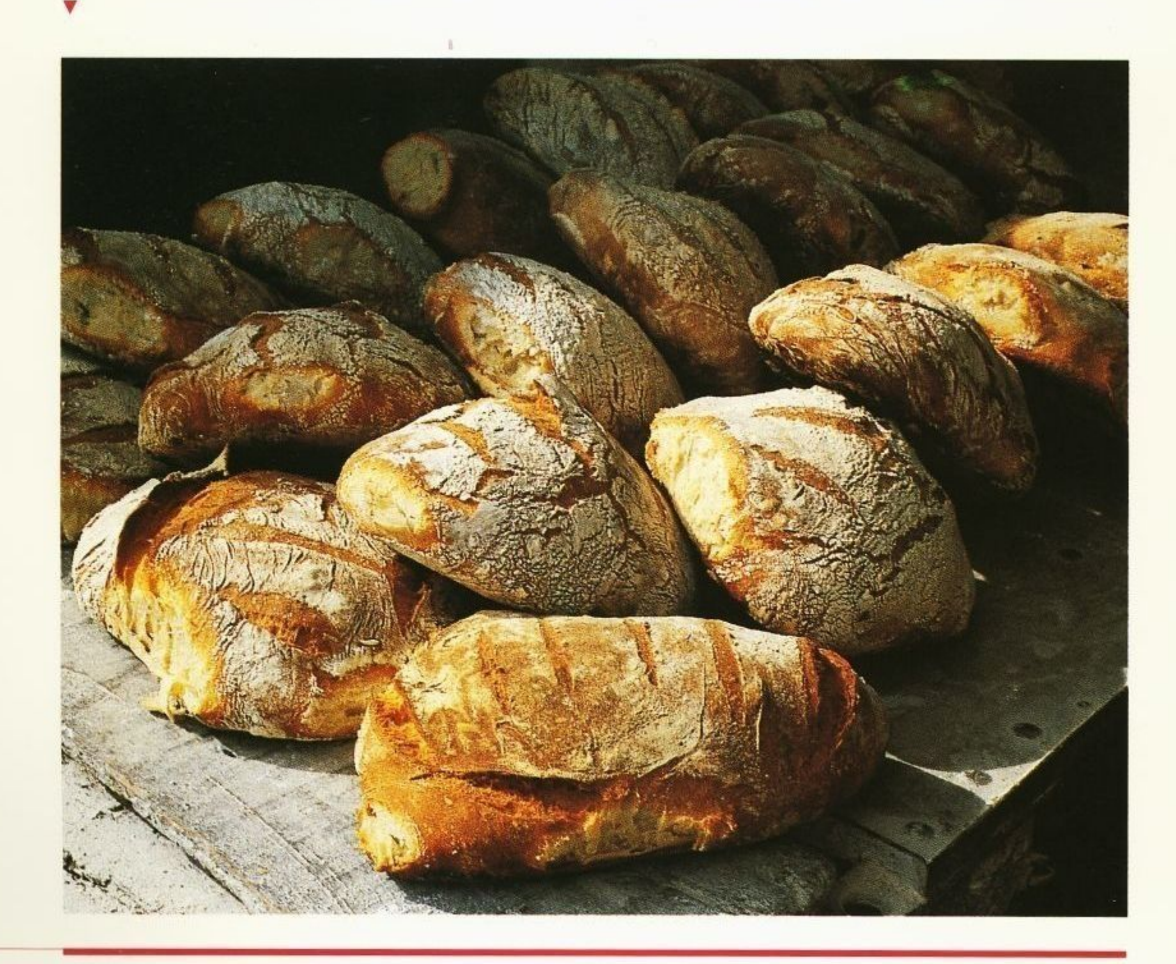
Boulangerie traditionnelle
À Saint-Brice-en-Coglès, en Ille-et-Vilaine, on fabrique à la ferme des pains artisanaux.
▼

■ **Des Égyptiens aux « tamisiers ».** Des boulangeries déjà bien organisées sont représentées sur les fresques des tombeaux égyptiens. On y fabriquait des galettes non levées et des pains levés à la levure de bière. Hérodote rapporte que c'est des Égyptiens que les Grecs apprirent les secrets du pain levé. En 168 av. J.-C., après la victoire contre Persée, roi de Macédoine, les Romains emmenèrent en esclavage des boulangers grecs.

En 100 apr. J.-C., Trajan créa une corporation de boulangers dotée de nombreux privilèges. Pour éviter les émeutes, le pain était distribué gratuitement aux citoyens les plus pauvres (près de quatre cents).

Sous le règne d'Auguste, Rome comptait trois cent vingt-six boulangeries pour un million d'habitants. On en vint bientôt à une étatisation des boulangers, payés directement par l'État et n'ayant pas le droit de vendre leur fonds de commerce. Après la conquête romaine, les boulangers gaulois furent regroupés en corporations. Dès le début du Moyen Âge, dans les campagnes, les seigneurs féodaux, pour percevoir des taxes, exigeaient de leurs serfs qu'ils viennent moudre leur blé au moulin seigneurial et cuire la pâte au four banal.

C'est au XIIe siècle que naquit véritablement la corporation des tamisiers, ou tameliers, ainsi nommés parce qu'ils devaient passer au tamis la farine qui leur était livrée. Philippe Auguste leur octroya le monopole de la fabrication du pain dans l'enceinte de Paris (où ils étaient alors au nombre de soixante-deux).



■ **Ordonnances royales.** Le mot « boulanger », qui avait remplacé au XIIIe siècle celui de « tamisier », vient du picard *boulenc*, « faiseur de pain en boule ». Des ordonnances fixaient avec précision la qualité, le poids et le prix du pain ; tout pain de poids insuffisant était confisqué au profit des pauvres. Philippe le Bel réforma cette législation, et l'amende fut dès lors proportionnée au délit. Il réduisit les privilèges des boulangers et autorisa les particuliers à acheter du grain. Charles V, quant à lui, réglementa les lieux et les heures de vente du pain, ainsi que son prix, variable selon la farine utilisée.

Le XVIIe siècle fait époque dans l'histoire de la boulangerie parisienne : la fabrication se perfectionna, la farine sans son fut livrée plus abondamment aux boulangers, la levure de bière fut introduite, mais son emploi réglementé, et le nombre des marchés augmenta. Au tout début du siècle, Marie de Médicis amena à sa suite des boulangers italiens, qui mirent à la mode des produits nouveaux. Les Parisiens se montrèrent de plus en plus friands de pain blanc et léger, à la pure farine de froment.

■ **De la Révolution à la boulangerie moderne.** Au XVIIIe siècle, la culture et la production du blé firent des progrès réels, et le spectre de la famine s'estompa peu à peu. Mais l'administration royale, prévoyante, accumulait de grosses quantités de grains.

C'est le contrôleur général des Finances Turgot qui, en 1774, décida la liberté du commerce des grains à travers tout le royaume. Cette décision était cependant prématurée, l'agriculture étant encore dominée par la petite exploitation. Les émeutes et les pillages des dépôts de blé marquèrent l'année 1775. C'est ce que l'on appela la « guerre des farines ».

Au lendemain de la prise de la Bastille, la disette toujours présente devenait exaspérante. Paris vint à manquer de pain, et c'est aux cris de « Allons chercher le boulanger, la boulangère et le petit mitron » que le peuple, conduit par les femmes de la halle, prit la route de Versailles. Le 2 mars 1791, la Constituante supprima les jurandes et les maîtrises : désormais, la boulangerie était « libre », tout en restant soumise à une réglementation des pouvoirs publics. Les produits de la boulangerie continuèrent d'évoluer. À partir de 1840, le pain viennois devint très à la mode à Paris.

Aujourd'hui, la boulangerie reste très présente (plus de trente mille boulangeries artisanales), même si elle est frappée par la baisse de la consommation de pain chez les Français. La grande distribution, elle, investit des moyens considérables pour améliorer la qualité du pain industriel, dont la part de marché s'est stabilisée. Et les variétés de pain se sont multipliées.

■ **Le matériel de boulangerie.** De l'Antiquité au début du XXe siècle, le matériel de boulangerie n'a pratiquement pas évolué : des fresques romaines représentent des pétrins actionnés par des animaux. Le pétrin mécanique ne date que de 1920. Le four, autrefois alimenté au bois, puis au charbon, est aujourd'hui chauffé à l'électricité, au gaz ou au mazout ; il s'agit le plus souvent d'un four rotatif, où pénètre un chariot vertical.

Diverses autres améliorations sont intervenues. Le pétrin à vitesse accélérée permet de blanchir la pâte en l'oxygénant. La chambre de fermentation réfrigérée (qui a remplacé l'étuve) autorise le boulanger à faire sa pâte la veille au soir, car la fermentation est plus longue). Le dernier apport technique est celui de la congélation, très courante aux États-Unis.

BOULE DE BÂLE Petite saucisse courte et trapue, composée d'un mélange fin de viande de porc et de lard et mise en boyau synthétique droit. Après avoir été légèrement fumée à chaud, la boule de Bâle est échaudée à 70-75 °C et rapidement refroidie. Elle se consomme froide avec du pain et de la moutarde, en salade, grillée ou en croûte.

BOULE DE CUISSON Ustensile métallique de taille variable, formé de deux coques qui s'ouvrent pour permettre d'immerger ensuite des plantes séchées destinées à une infusion ou d'enfermer un aliment devant être cuit à l'eau bouillante.

– La boule à thé, ronde ou ovale, grosse comme un œuf, est en aluminium ou en acier inoxydable perforé de petits trous. Elle évite la dispersion des feuilles séchées dans l'eau frémissante.

– La boule à riz est une sphère en aluminium d'un diamètre de 14 cm environ, perforée de trous un peu plus gros que ceux de la boule à thé. Il ne faut la remplir qu'à moitié, car le riz peut doubler de volume à la cuisson. On s'en sert, en particulier, pour faire cuire du riz dans le bouillon d'une volaille qu'il doit accompagner.

– La boule à légumes est un panier ovale en fil de fer étamé. Ses deux demi-sphères, reliées par un crochet, permettent de retirer d'un fond blanc les légumes que l'on y a fait cuire sans avoir à décanter le fond.

BOULE-DE-NEIGE Pâtisserie sphérique, masquée de crème Chantilly, constituée d'abaisses de génoise taillées en disques de diamètre décroissant et garnies de crème au beurre, puis superposées. La boule-de-neige est également un entremets glacé, préparé avec un appareil à bombe frappé dans un moule « à melon » et enrobé de chantilly. On donne aussi ce nom à un petit-four gros comme une bille, fait de deux petites meringues soudées avec une crème ou de pâte à baba sans raisins, fourrée de crème parfumée au kirsch et glacée au fondant blanc.

BOULETTE Apprêt en forme de petite boule, façonné avec une farce, un hachis ou une purée, et servi avec une sauce brune ou une sauce tomate. Généralement panées à l'anglaise, les boulettes se cuisent en friture, mais sont aussi sautées ou pochées. Elles servent souvent à utiliser des restes de viande ou de poisson (voir FRICADELLE, KLÖSSE, KNÖDEL).

BOULETTE D'AVESNES Fromage de lait de vache (50 % de matières grasses), fabriqué à partir de maroilles frais, de persil, d'estragon et d'épices (voir tableau des fromages français page 495). Sa croûte rougeâtre est lavée à la bière pendant l'affinage. Spécialité de la Thiérache, la boulette d'Avesnes est modelée à la main en forme de poire pointue de 8 cm de diamètre à la base et de 10 cm d'épaisseur. Elle a une saveur très forte et piquante.

BOULGHOUR OU **BULGHUR** Blé germé, séché et concassé, très utilisé dans la cuisine des pays du Moyen-Orient. Le boulghour est cuit dans trois fois son volume d'eau jusqu'à ce que celle-ci soit évaporée ; on ajoute alors du beurre, qu'on laisse fondre (ou du smeun déjà fondu). Il peut également être cuit dans de l'eau vinaigrée ou additionnée de sauce tomate, de bouillon de viande ou d'oignons émincés. On l'agrémente ensuite de raisins secs, de pois chiches ou de boulettes de viande hachée. On peut aussi le faire cuire avec des fèves ou des saucisses aux abats. Enfin, il entre dans la farce de saucisses aux herbes et au foie de mouton, et dans le tabboulé.

BOUQUET Ensemble des arômes tertiaires (ceux qui ne sont pas dus à la fermentation) qui se développent au cours du vieillissement d'un vin et qui s'expriment lorsque celui-ci, arrivé à maturité, est en contact avec l'oxygène de l'air. Les arômes sont dus aux peaux (ou pellicules) du raisin.

BOUQUET (CREVETTE) Nom usuel de la salicoque, crevette mesurant de 7 à 12 cm, gris translucide quand elle est crue, rose rouge quand elle est cuite (voir tableau des crustacés page 367). Le bouquet, qui se pêche en Bretagne et en Vendée, est très réputé.

BOUQUET GARNI Choix de plantes aromatiques, ficelées en petit fagot ou enveloppées dans une mousseline, qui donnent du goût aux préparations. Généralement, le bouquet garni se compose de deux ou trois tiges de persil, d'une brindille de thym et d'une ou deux feuilles de laurier (séchées), mais sa composition varie en fonction des ressources locales : on peut y ajouter du céleri en branche, du poireau, de la sarriette, de la sauge, etc. ; en Provence, le romarin est de règle.

BOUQUETIÈRE (À LA) Se dit d'une garniture faite de légumes disposés en « bouquets » de couleurs autour de viandes, de volailles ou de tournedos. Le mot désigne aussi une macédoine liée à la béchamel.
▶ **Recette** : BŒUF.

BOUQUETIN Chèvre sauvage de la famille des bovidés, qui vit dans les montagnes d'Europe et d'Asie. Les bouquetins, abondants en Italie et en Suisse, avaient presque disparu des Alpes françaises ; des animaux venus de Suisse y ont été réintroduits, et leur nombre atteint aujourd'hui trois mille. Ce n'est pas encore le cas dans les Pyrénées, bien que les bouquetins soient nombreux dans les autres montagnes d'Espagne.

BOURBON Eau-de-vie de grain américaine, portant le nom du comté du Kentucky où furent fabriqués les premiers whiskies d'outre-Atlantique (voir tableau des whiskies page 1115). Le bourbon est distillé principalement à partir du maïs, auquel on ajoute du seigle et de l'orge maltée en proportions variables.

BOURDALOUE Nom d'un entremets créé par un pâtissier de la Belle Époque, installé rue Bourdaloue, à Paris, et composé de demi-poires williams pochées, noyées dans une crème frangipane vanillée, recouvertes de macarons écrasés, et glacées au four. La tarte Bourdaloue est faite avec la même garniture sur un fond de tarte. L'apprêt Bourdaloue, fait de semoule ou de riz à entremets, sert à accommoder d'autres fruits pochés (abricots, pêches, ananas, etc.). Quant à la bombe Bourdaloue, elle est parfumée à l'anisette.
▶ **Recettes** : ABRICOT, BOMBE.

BOURGEAIS Vignoble bordelais situé sur la rive droite de la Gironde, en face du Médoc, qui produit des vins rouges et blancs sous le nom de côtes-de-bourg (voir BORDELAIS).

BOURGEOISE (À LA) Se dit de viandes braisées typiques d'une cuisine familiale sans faste. La garniture bourgeoise associe carottes tournées, petits oignons et lardons, que l'on peut disposer en bouquets.
▶ **Recettes** : BŒUF, DINDE, GRAS-DOUBLE.

BOURGOGNE **Voir pages 156 à 159.**

BOURGUEIL Vin AOC de Touraine, issu du cépage cabernet franc, qui peut être soit rouge, puissant, tannique et vieillissant bien, soit rosé, fruité et ample (voir TOURAINE).

BOURGUIGNONNE (À LA) Se dit de divers apprêts cuisinés au vin rouge, dont le plus connu est le bœuf bourguignon. Ils sont généralement accompagnés d'une garniture portant le même nom, composée de petits oignons, de champignons de Paris et de lardons.

L'appellation s'applique aussi à des préparations inspirées plus ou moins directement de la cuisine régionale de la Bourgogne (meurette, escargots, potée).
▶ **Recettes** : BALLOTTINE, BŒUF, CERISE, ESCARGOT, HARICOT ROUGE, SAUCE, TRUITE.

BOURRACHE Grande plante aromatique à fleurs bleues, de la famille des borraginacées (voir planche des herbes aromatiques page 561). Son nom, dérivé de l'arabe *abu rach*, « père de la sueur », vient des qualités sudorifiques de la tisane que l'on en tire. Les jeunes feuilles servent à condimenter les salades, les grandes à farcir des tourtes ou des pâtes alimentaires : elles possèdent une légère saveur de concombre. Les Allemands les utilisent dans les potées et les courts-bouillons, les Espagnols les accommodent en légumes, et les Orientaux les farcissent comme les feuilles de vigne.

Les fleurs servent à faire des beignets ou, confites, à décorer la pâtisserie.

BOURRICHE Panier allongé en osier, destiné à l'expédition des coquillages, surtout des huîtres. Autrefois, la bourriche servait également à expédier le gibier et le poisson. Le mot désigne aussi le contenu du panier.

BOURRIDE Soupe de poisson typiquement provençale, dont le bouillon est passé en fin de cuisson et lié avec de l'aïoli. L'authentique bourride sétoise se fait avec de la lotte. Ailleurs qu'à Sète, on mêle parfois merlan, loup, mulet, daurade.

bourride sétoise
Couper 1 kg de queues de lotte, sans la peau, en tronçons ; les cuire 20 min à gros bouillons dans un mélange de 1 litre d'eau et de 1 litre de vin blanc, avec 1 blanc de poireau, 2 oignons et 2 carottes, épluchés et émincés, 2 gousses d'ail pelées et hachées, 1 bouquet garni, un peu d'écorce d'orange séchée, du sel et du poivre. Disposer les morceaux de poisson dans des assiettes contenant chacune une tranche de pain rassis ; poudrer légèrement de safran. Passer le court-bouillon au tamis ou à l'étamine ; le faire réduire de moitié sur feu assez vif et y délayer, hors du feu, un aïoli très ferme. Napper le poisson de cette sauce.

BOUTEFAS Gros saucisson d'origine vaudoise très apprécié en Suisse romande, préparé avec de la chair de porc et du lard hachés grossièrement et poussés dans une baudruche. Le boutefas est longuement et délicatement poché pour accompagner la choucroute et les légumes d'hiver.

BOUTEILLE Récipient à goulot étroit, destiné à contenir et à conserver un liquide. Les eaux minérales et les jus de fruits, le cidre et la bière (canette), les alcools, les huiles et les vinaigres sont commercialisés dans des bouteilles de formes, de contenances et de matériaux divers.

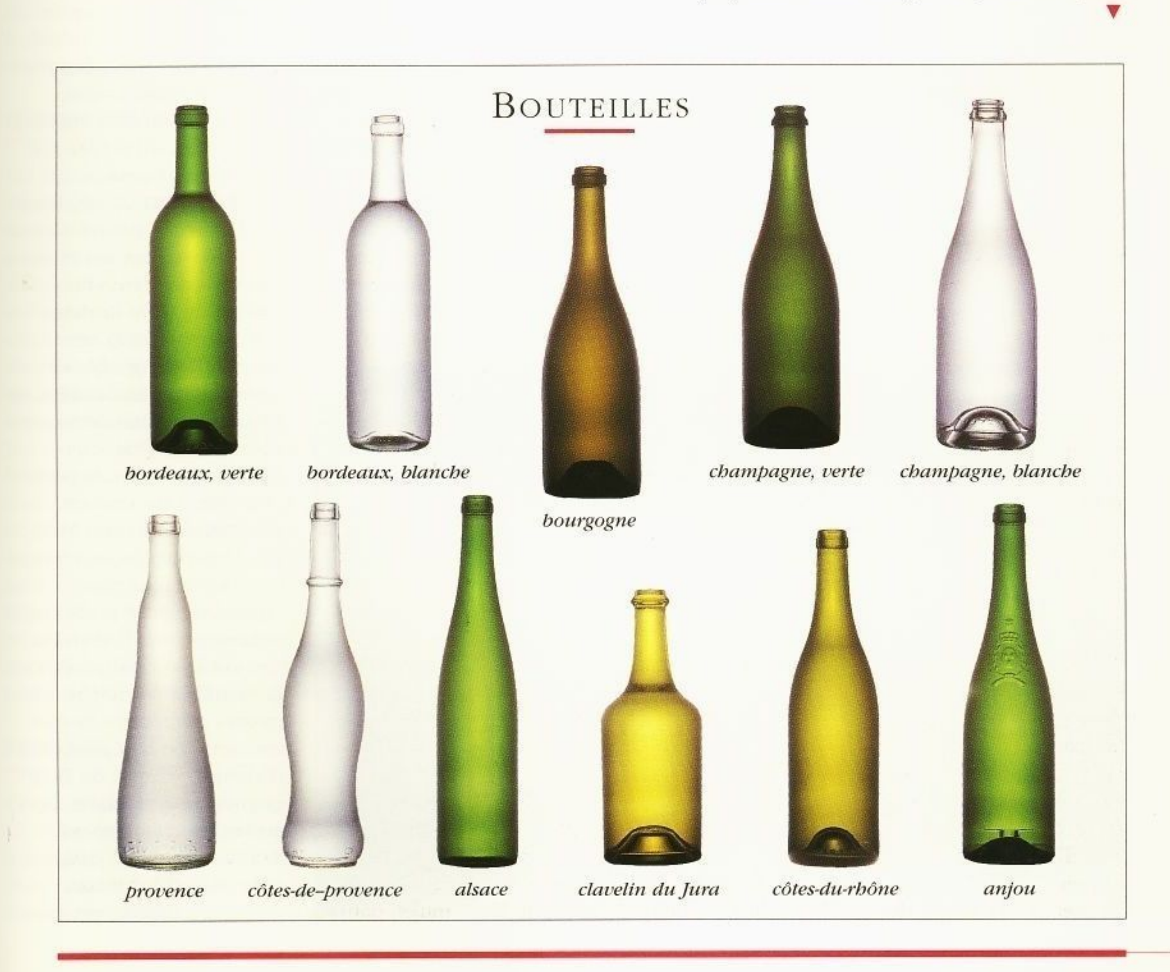
■ **Amphores, tonneaux, bouteilles.** Dans l'Antiquité, le vin, conservé et transporté dans des amphores, finissait par se dénaturer. L'invention du tonneau, probablement due aux Gaulois, fut un progrès notable. Au Moyen Âge, le service du vin, à table, se faisait dans des vases ou des pots en étain. Ce n'est qu'au XVIIIe siècle que la conservation en bouteilles de verre se généralisa. Jusqu'au milieu du XIXe siècle, les bouteilles étaient encore soufflées une par une ; leur forme et leur contenance variaient donc d'un atelier à l'autre, et parfois même d'un exemplaire à l'autre. Avec le développement du commerce des vins, les formes se régionalisèrent, sans pour autant s'uniformiser.

Les premières bouteilles « mécaniques » furent employées à Cognac en 1894. Dès lors, le moulage automatique instaura une standardisation qui fut bientôt légalisée. L'heure est à la mode des bouteilles « spéciales », et chaque cru prétend avoir la sienne ; mais les plus classiques sont aussi les plus appréciées.

■ **Service du vin**. La pratique courante consiste à servir le vin dans sa bouteille d'origine ; selon les œnologues, seuls peuvent être couchés dans un panier les très vieux vins qui ont un dépôt et qu'on ne veut pas décanter.

À chaque vin, sa bouteille.
Tous les vins classiques ont une bouteille qui permet de les identifier au premier regard. ▼

BOUTEILLES



Bourgogne

AU CENTRE-EST DE LA FRANCE, LA VASTE RÉGION DE BOURGOGNE S'ÉTEND, DU NORD AU SUD, SUR QUATRE DÉPARTEMENTS – L'YONNE, LA CÔTE-D'OR, LA NIÈVRE ET LA SAÔNE-ET-LOIRE. ELLE COMPREND À L'OUEST LE MORVAN ET S'OUVRE, AU SUD, VERS LA BRESSE ET LE LYONNAIS. TERRE DE PASSAGE, ELLE JUXTAPOSE DES PAYSAGES TRÈS VARIÉS.

Depuis l'époque des fastes des ducs de Bourgogne, cette région, aux vins de grand renom, s'affirme au sein de la gastronomie française. À juste titre, tant elle est riche en produits de qualité : bœufs du Charolais, volailles de la Bresse, jambons et gibier du Morvan, poissons de la Saône, escargots... tous les mets cuisinés étant, bien entendu, rehaussés par le vin, qu'il soit blanc ou rouge. Le vin caractérise d'ailleurs les préparations dites « à la bourguignonne », complétées par les indispensables petits oignons blancs, les lardons et les champignons. L'exemple type en est le bœuf bourguignon, devenu le modèle des ragoûts mijotés au vin. Cependant, la véritable spécialité de la cuisine régionale semble plutôt être la meurette, une matelote au vin rouge reprenant les ingrédients du bœuf bourguignon, mais s'appliquant aux œufs, aux poissons, aux volailles, aux abats… De tradition paysanne, les gaudes, confectionnées à partir de farine de maïs, ont aujourd'hui tendance à disparaître, tandis que les gougères se servent toujours en entrée.

Les serres et les potagers fournissent quantité de légumes assez variés : tomates, carottes nivernaises, asperges de Meursault, ou oignons d'Auxonne. Les contrées forestières donnent de belles récoltes de champignons et, en moindre quantité, des truffes.

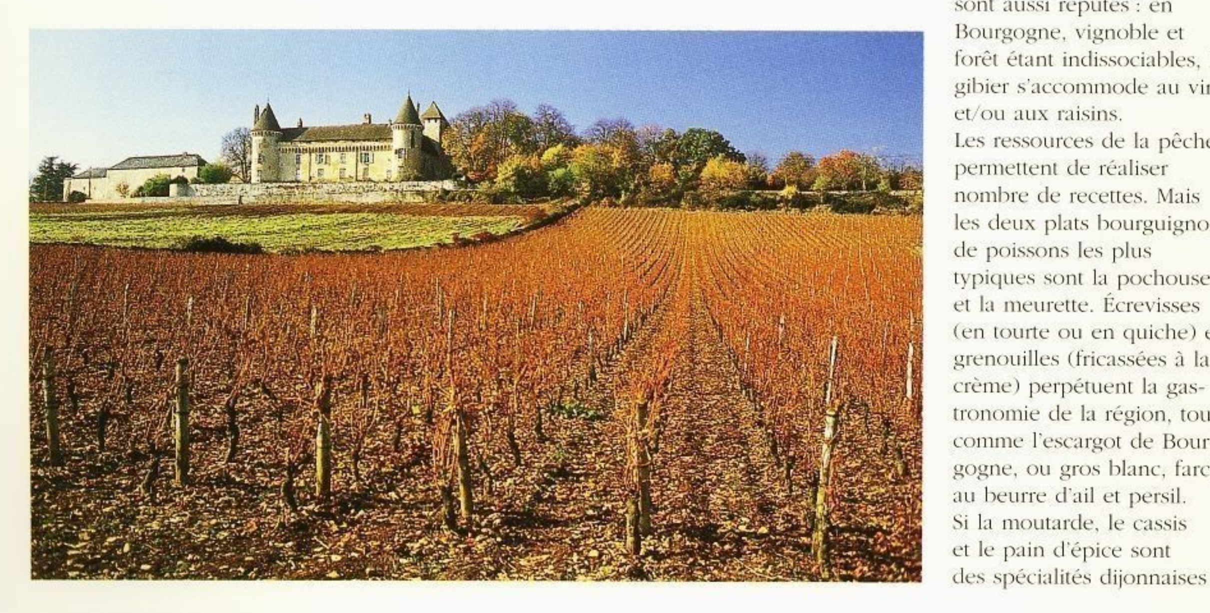
La vocation charcutière de la Bourgogne et du Morvan repose essentiellement sur le saucisson, comme le judru de Chagny, la rosette, le saucisson cendré, les galets du mont de Cène, mais aussi sur le jambon, les andouilles et les andouillettes. Le jambon persillé est une des plus fameuses spécialités de Dijon. Quant au charolais, c'est une viande de bœuf de qualité supérieure. La côte de bœuf à l'échalote ou le filet de charolais rôti l'illustrent avec saveur.

La préparation des volailles exploite au mieux les ressources du vignoble, témoin le coq au vin. Dans le Morvan, le poulet est cuit avec du jambon cru et des pommes de terre.

Les produits de la chasse sont aussi réputés : en Bourgogne, vignoble et forêt étant indissociables, le gibier s'accommode au vin et/ou aux raisins.

Les ressources de la pêche permettent de réaliser nombre de recettes. Mais les deux plats bourguignons de poissons les plus typiques sont la pochouse et la meurette. Écrevisses (en tourte ou en quiche) et grenouilles (fricassées à la crème) perpétuent la gastronomie de la région, tout comme l'escargot de Bourgogne, ou gros blanc, farci au beurre d'ail et persil.

Si la moutarde, le cassis et le pain d'épice sont des spécialités dijonnaises



Le château de Rully se situe dans la Côte chalonnaise, qui produit quelques premiers crus portant les appellations rully, mercurey ou montagny.



La moutarde de Dijon a suscité la création de superbes pots en faïence, tels ceux de la maison Maille.

appartenant désormais au patrimoine gastronomique français, la flamusse (un flan aux pommes) et le raisiné (une confiture à base de raisins mûrs et d'autres fruits) sont les douceurs rustiques bourguignonnes.

LÉGUMES ET SAUCES

Les légumes sont souvent cuisinés avec imagination, comme les haricots blancs en potée accompagnés d'andouille, le chou émincé aux lardons, les navets à la crème, les poireaux en matelote ou la laitue en vinaigrette à la crème avec une pointe de moutarde. Les sauces de la cuisine bourguignonne présentent d'infinies nuances : à la chablisienne (au chablis), à la dijonnaise (à la moutarde), à la nivernaise (vin blanc, ail et échalotes), à la mâconnaise (petits oignons et fines herbes) ou à la morvandelle (au jambon).

POISSONS

Carpe, anguille, brochet
La carpe est farcie de pâte à gougère, puis cuite au vin blanc sur un lit d'échalotes, ou encore braisée au vin rouge avec des oignons. L'anguille cuite au court-bouillon est tronçonnée, frite et servie avec une mayonnaise à la moutarde. Le brochet lardé est rôti ou braisé, ou sert encore à la confection des quenelles.

VIANDES

Potée bourguignonne, beursaudes, saupiquet
La potée bourguignonne exploite largement les ressources de la charcuterie : palette, jarret, lard mijotent avec des légumes de saison. Les rustiques beursaudes sont faites avec les résidus de la cuisson de la panne de porc et garnissent omelettes et salades. Le saupiquet du Morvan, ou des Amognes, spécialité qui remonte au XVIe siècle, est constitué d'épaisses tranches de jambon cru poêlées et recouvertes d'une sauce au vin avec échalotes, poivre, baies de genièvre et estragon.

Filet de charolais, abats
Avec une viande de qualité, les recettes les plus simples sont toujours savoureuses. Ainsi, le filet de charolais aux morilles est une pièce de bœuf poêlée, servie avec une légère sauce au vin et des morilles tout simplement sautées. On prépare fort bien les abats, comme le cœur de bœuf cuit au vin rouge ou la queue de bœuf aux petits lardons à la vigneronne.

VOLAILLES ET GIBIER

Poularde à la bourgeoise et lièvre à la Piron
La poularde à la bourgeoise se cuisine à l'étouffée, avec des lardons et des carottes. Le lièvre à la Piron (du nom d'un gastronome du XVIIIe siècle) est piqué de lard, mariné et servi avec une sauce à la crème.

FROMAGES

Grande région de vins, la Bourgogne est aussi productrice de fromages : époisses, ami du chambertin, pour les amateurs de saveurs fortes, soumaintrain, saint-florentin et aisy cendré, dans un registre plus doux, mais aussi chèvres bourguignons, parfois conservés au marc de raisin, chaource et fromages de moines comme le cîteaux, la pierre-qui-vire et le petit bouton-de-culotte, de la taille d'une bouchée.

DESSERTS

Confiseries, tartouillats, cacou, rigodons
Nombreuses sont les localités bourguignonnes dont le nom est attaché à une douceur : corniottes de Tournus, cassissines de Dijon, cabaches de Chalon-sur-Saône, nougatines et négus de Nevers, ou anis de Flavigny.
On trouve d'autres desserts traditionnels plus rustiques : les tartouillats (pâte à crêpes, agrémentée ou non de fruits, cuite au four dans des feuilles de chou), le cacou (clafoutis aux cerises noires) ou les rigodons.
Les fruits sont très présents, en particulier les cerises, les merises et le cassis, qui entre dans la composition du célèbre kir.

→

CARTE

ENTRÉES

◆◆◆

Gougères, PAGE 534

Œufs en meurette, PAGE 724

PLATS

◆◆◆

Meurette de poisson, PAGE 670

Pochouse, PAGE 811

Ballottine chaude d'anguille à la bourguignonne, PAGE 81

Barbue au chambertin, PAGE 88

Coq au chambertin, PAGE 322

Bœuf bourguignon, PAGE 126

Foie de veau à la Saulieu, PAGE 469

Jambon à la chablisienne, PAGE 588

LÉGUMES

◆◆◆

Haricots rouges à la bourguignonne, PAGE 557

Gâteau de pomme de terre des vendangeurs, PAGE 834

DESSERTS

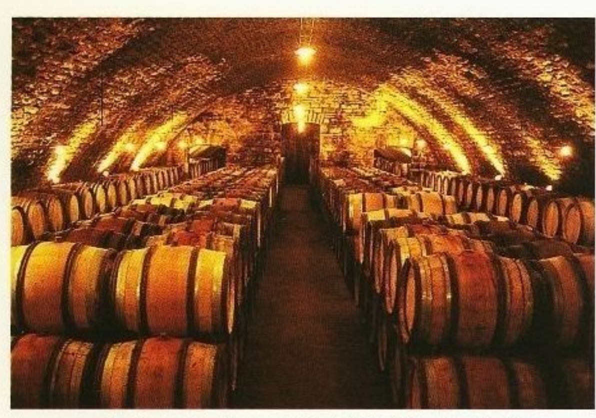
◆◆◆

Pain d'épice, PAGE 750

Flamusse aux pommes, PAGE 465

Cerises flambées à la bourguignonne, PAGE 230

Raisiné de Bourgogne, PAGE 885



Les caves du domaine Bernard Bachelet, à Dezize-lès-Maranges.

♦♦♦

Vins

Le très prestigieux vignoble de Bourgogne se développe sur une vaste région qui s'étend sur l'Yonne, la Saône-et-Loire, le Rhône et la Côte-d'Or. Présente déjà au temps des Gaulois, encouragée par les moines du Moyen Âge, puis par les ducs de Bourgogne (XIVe et XVe siècles), la culture de la vigne n'a cessé de s'affirmer au cours des siècles. Aujourd'hui, la diversité des climats et des sols ainsi que le morcellement en petites parcelles déterminent une mosaïque de vins aux personnalités très différentes.

RÉGIONS ET CÉPAGES

La Bourgogne se divise, du nord au sud, en 5 régions viticoles : Chablis et Yonne, Côte d'Or, Hautes Côtes, Côte chalonnaise, Mâconnais. Elles sont essentiellement encépagées de pinot noir, pour les rouges, et de chardonnay, pour les blancs.

Chablis et Yonne

Le chablis provient de la ville de Chablis et de 19 localités. Le cépage chardonnay s'y rencontre dans un climat continental avec des hivers rigoureux et des étés chauds.
Chablis possède 4 appellations : chablis village, petit chablis, premier cru et grand cru, ces derniers étant au nombre de 7.
Outre Chablis, les principales appellations de l'Yonne sont le bourgogne rouge et blanc, généralement suivis du nom du village. Côte-d'auxerre couvre surtout les vignobles de Saint-Bris-le-Vineux, d'Auxerre et de quelques villages alentour. Vézelay produit des rouges et blancs. Le sauvignon de Saint-Bris est un blanc issu du seul sauvignon blanc planté en Bourgogne. Élaboré dans l'Yonne, le crémant de Bourgogne est rouge, blanc ou rosé.

Côte d'Or

Les vignobles sont implantés sur des coteaux situés entre la plaine et les collines boisées. Le sous-sol stratifié très riche concourt à une qualité exceptionnelle des vins.
Côte de nuits. Le vignoble commence à la pointe sud de Dijon et s'étend sur 22 km jusqu'à Corgoloin. Il est planté presque exclusivement de pinot noir. Chaque village ou commune possède une AOC. Côte de nuits possède ses meilleurs 5 premiers crus avec l'appellation fixin. Celle de Gevrey-Chambertin fournit 9 grands crus et 28 premiers crus. Morey-Saint-Denis compte 5 grands crus de garde. Les somptueux chambolle-musigny offrent des premiers crus et 2 grands crus : le puissant bonnes mares et musigny, plus raffiné. Les clos-de-vougeot ont un goût puissant et riche, presque doux. Quant à Flagey-Échezeaux, il abrite le grand cru échezeaux. Vosne-Romanée dispose de premiers crus à l'opulence épicée ; parmi ses 5 grands crus, richebourg, la tâche et romanée-conti sont les plus connus.
Au nord de Nuits-Saint-Georges, les premiers crus sont plutôt parfumés et opulents, alors qu'au sud de la ville ils sont très aromatiques et robustes.
Côte de Beaune. Le vignoble s'étire sur 25 km environ et comprend une vingtaine de villages possédant chacun sa propre AOC. Les vins y sont essentiellement rouges, à base de pinot noir. Cette prédominance des rouges s'arrête vers les communes de Meursault et de Puligny-Montrachet, connues pour leurs grands vins blancs (issus de chardonnay), et reprend un peu plus bas. Pernand-Vergelesses est réputé pour son vin rouge premier cru, île des vergelesses, et pour ses vins blancs. Aloxe-Corton possède 2 grands crus. Le premier, corton, est un vin rouge très aromatique, le second, corton-charlemagne, donne des vins blancs au bouquet distingué et épicé, au goût de noisette. Les premiers crus rouges de Savigny-lès-Beaune se caractérisent par leurs arômes séduisants, un goût vif et fruité. Pommard ne produit que des vins rouges avec des premiers crus célèbres (épenots, clos de la commeraine…). Les premiers crus de Volnay sont des vins rouges délicats. Les vins rouges de Monthélie sont aromatiques, pleins de caractère et bien structurés. À Auxey-Duresses, les premiers crus révèlent parfois des vins rouges au parfum de framboise. Les meilleurs blancs ont un délicieux goût de pain grillé et de noisette. Les blancs de Saint-Romain sont frais et les rouges, fermes. Meursault comprend de nombreux premiers crus à l'arôme puissant et persistant. Si Blagny se cantonne au vin rouge, Puligny-Montrachet se concentre sur le vin blanc avec une foison de premiers crus et 4 grands crus. Chassagne-Montrachet partage avec Puligny le grand cru montrachet.
À Santenay, plusieurs premiers crus (dont cheilly-lès-maranges) donnent de bons vins d'une certaine rusticité.

Les Hautes Côtes

À l'ouest de la Côte-d'Or s'étend une zone de collines boisées. Chardonnay, aligoté et pinot noir y sont cultivés. Il s'agit des appellations bourgogne-hautes-côtes de nuits ou bourgogne-hautes-côtes-de beaune, qui comprennent aussi des villages de Saône-et-Loire.

Côte chalonnaise

Cette zone bénéficie d'affleurements de calcaire et de marne, et de quelques bons sites escarpés et bien exposés.
Les vins ont droit aux appellations générales et régionales de Bourgogne ainsi qu'à l'AOC bourgogne-côte chalonnaise. Plus abondants, les vins rouges proviennent de pinot noir ou de gamay (bourgogne passetoutgrain).

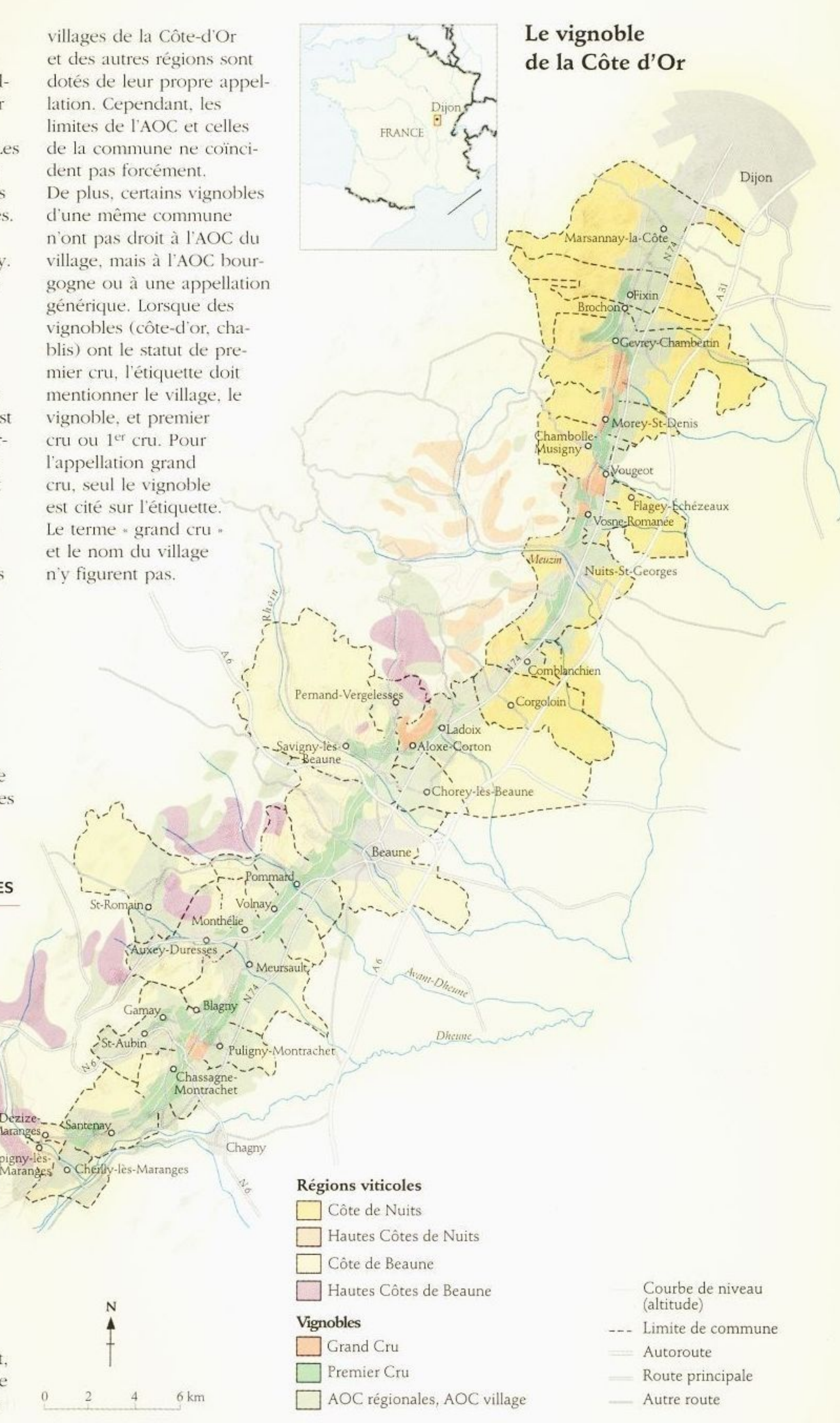
Les vins blancs, issus du cépage chardonnay, sont vifs et charmants. Cinq villages ont le droit d'utiliser leur nom. Bouzeron est réputé pour son aligoté. Les 19 premiers crus de Rully sont des vins rouges, mais les blancs sont majoritaires. À Mercurey, les rouges dominent, ainsi qu'à Givry. Montagny ne produit que des blancs.

Le Mâconnais

Le Mâconnais étant plus méridional, son climat est moins rude. Le sous-sol est favorable au gamay et surtout au chardonnay, dont les meilleurs coteaux sont regroupés au sud.
Le Mâconnais produit du rouge et du blanc (trois bouteilles sur quatre) sous l'AOC mâcon supérieur, l'AOC mâcon étant plus rare. Le rouge est parfois issu de pinot noir et peut aussi porter l'étiquette bourgogne ou celle de passetoutgrain, mais il provient le plus souvent de gamay. Le blanc donne des vins aux noms célèbres comme le pouilly-fuissé et le saint-véran.

APPELLATIONS RÉGIONALES

Les vins de la région reçoivent l'appellation bourgogne. Les étiquettes peuvent mentionner les cépages. Bourgogne grand ordinaire recense des vins provenant de toute la région, vins pour lesquels les cépages gamay (pour le rouge) et aligoté sont autorisés.
Le bourgogne aligoté est un vin blanc sec. Bourgogne passetoutgrain désigne du vin rouge à base de cépages gamay et, pour au moins un tiers, de pinot noir. Les principaux villages de la Côte-d'Or et des autres régions sont dotés de leur propre appellation. Cependant, les limites de l'AOC et celles de la commune ne coïncident pas forcément.
De plus, certains vignobles d'une même commune n'ont pas droit à l'AOC du village, mais à l'AOC bourgogne ou à une appellation générique. Lorsque des vignobles (côte-d'or, chablis) ont le statut de premier cru, l'étiquette doit mentionner le village, le vignoble, et premier cru ou 1er cru. Pour l'appellation grand cru, seul le vignoble est cité sur l'étiquette. Le terme « grand cru » et le nom du village n'y figurent pas.



BOUTEILLES (MISE EN) Opération de transvasement du vin dans des bouteilles. Sur les étiquettes, la mention « mise en bouteilles au château » (surtout dans le Bordelais) ou « à la propriété » atteste que le vin a été mis en bouteilles sur le lieu de production.

BOUTIFAR Sorte de gros boudin noir de Catalogne, où le sang alterne avec des morceaux de gras et de viande. Le boutifar mesure de 8 à 10 cm de diamètre et se consomme froid (voir BOUDIN NOIR).

BOUTON-DE-CULOTTE Fromage de lait de chèvre (de 40 à 45 % de matières grasses), à pâte molle et à croûte gris-brun, mais qui se consomme très sec et cassant (voir tableau des fromages français page 496). En forme de cône tronqué, de la taille d'une grosse bouchée, il a une saveur forte et piquante, et accompagne les dégustations de vins du Beaujolais.

BOUZOURATE Boisson rafraîchissante, consommée au Moyen-Orient, faite de graines de melon séchées, grillées et broyées, que l'on fait tremper dans de l'eau en les pressant dans des sachets d'étoffe fine. Le liquide obtenu est sucré et servi très froid.

BOUZY Commune de la Montagne de Reims qui a donné son nom à une appellation de vin rouge tranquille et délicat, aux arômes de fruits (voir CHAMPAGNE).

BOYAU Intestin d'un animal employé comme enveloppe de protection de certains produits de charcuterie. Il existe aussi des boyaux artificiels (en fibres animales) et des boyaux synthétiques. Les boyaux les plus petits (menus) correspondent à l'intestin grêle, les plus gros au gros intestin. Chez le bœuf, on utilise le menu (saucisson, cervelas), la baudruche (andouille), le gros de bœuf (saucisson, salami), le gros boyau ; chez le mouton, le menu (chipolatas, merguez), la baudruche, le boyau droit, le fuseau ; chez le porc, le menu (boudin noir, saucisse sèche), le sac, le chaudin (saucisson de ménage), la robe (andouillette, cervelas, saucisson), le fuseau (rosette) ; les boyaux de porc rentrent dans la composition de l'andouille et de l'andouillette.

BRAGANCE Garniture pour tournedos ou noisette d'agneau, composée de pommes croquettes et de petites tomates étuvées, emplies de sauce béarnaise ; elle porte le nom de la dernière dynastie du Portugal, qui régna jusqu'à la révolution de 1910.

Le bragance est également un entremets de pâtisserie fait d'une génoise ronde, coupée en deux et imbibée de sirop à la liqueur d'orange ; on étale sur l'abaisse inférieure une crème anglaise additionnée de liqueur d'orange, de beurre et d'écorces d'orange confites hachées ; le gâteau reconstitué est masqué de cette crème et décoré d'écorces d'orange confites.

BRAISER Cuire à l'étouffée, avec peu de liquide, à feu doux, des articles très longs à cuire : viandes de deuxième et de troisième catégorie (voir DAUBE), certains légumes (chou, endive, artichaut, laitue), grosses volailles (voir tableau des modes de cuisson page 375).

Le terme « braiser » est aussi employé pour la cuisson de certains poissons à chair ferme (lotte, carpe, saumon), qui s'apparente plutôt à un pochage (dans un liquide peu abondant, avec des aromates et au four, en arrosant en cours de cuisson).

■ **Cuisson.** Une viande à braiser est souvent préalablement lardée, ou piquée et marinée. On commence par la faire revenir dans un corps gras (on fonce souvent la cocotte avec des couennes de lard), parfois jusqu'à belle coloration (braisage à brun), puis on ajoute une garniture aromatique (mirepoix). Ce rissolage concentre les sucs dans le morceau braisé, qui seront ensuite libérés par le mouillement ; sous l'action longue et continue de la chaleur, ils donneront une sauce concentrée et savoureuse.

Lorsque l'aliment à braiser contient beaucoup d'eau (légumes surtout), la cuisson se fait sans liquide.

Sinon, ce dernier dépend du braisé : marinade filtrée, vin blanc (poisson) ou rouge (viandes rouges), bouillon non salé, fumet ou fond. Parfois, quelques tomates concassées suffisent. Lorsque le liquide réduit trop vite (certaines daubes cuisent de 5 à 6 heures), on en rajoute un peu de temps en temps, mais par petites quantités pour ne pas noyer le mets.

En fin de cuisson, le jus, plus ou moins abondant, est passé, puis dégraissé, et éventuellement réduit. On termine parfois par une liaison d'appoint.

BRAISIÈRE Ustensile de cuisson rectangulaire, aux angles arrondis, muni d'un couvercle emboîtant, parfois creux afin de recevoir de l'eau pour les cuissons à l'étouffée, et de poignées.

En aluminium ou en cuivre étamé, la braisière est utilisée en restauration pour les préparations mijotant longtemps. En cuisine ménagère, elle est généralement remplacée par la cocotte en fonte.

Autrefois en terre, la braisière était placée directement dans les braises, dont on garnissait son couvercle pour assurer une cuisson régulière.

Le mot désigne aussi un fond brun, cuisiné avec des os de veau et de bœuf préalablement « pincés », des carottes, des oignons et de l'ail longuement mijotés dans de l'eau avec des aromates, puis dégraissé et passé (ce fond sert à préparer les grandes sauces brunes).

BRANCAS Nom d'une garniture pour petites pièces de boucherie, viandes blanches et volailles, composée de pommes Anna et de chiffonnade de laitue à la crème. Ce mot désigne aussi un apprêt de la barbue et un consommé.

BRANDADE Purée de chair de morue émulsionnée à l'huile d'olive et au lait. Cette spécialité languedocienne et provençale se sert avec des croûtons, aillés (à Nîmes) ou non (à Marseille ou à Toulon).

La cuisine familiale lui incorpore souvent, pour des raisons d'économie et bien que ce ne soit pas traditionnel, de la purée de pomme de terre.

Adolphe Thiers était connu pour sa passion de la brandade, que son ami l'historien Mignet lui expédiait en pots de Nîmes, et qu'il dégustait en solitaire dans sa bibliothèque.

brandade de morue nîmoise

Dessaler 1 kg de morue en changeant l'eau plusieurs fois ; la couper en morceaux et la pocher 8 min à l'eau, à tout petits frémissements. L'égoutter, retirer les peaux et les arêtes, et l'effeuiller. Chauffer assez vivement dans une casserole à fond plat et épais 2 dl d'huile d'olive. Ajouter la morue et travailler sur le feu, à chaleur douce, avec une cuillère de bois. Quand la pâte est bien fine, retirer la casserole du feu et continuer à mélanger en ajoutant petit à petit, sans cesser de remuer, 4 ou 5 dl d'huile d'olive, en alternant avec 2,5 dl de lait bouilli (ou de crème fraîche). Assaisonner de sel et de poivre blanc. La pâte blanche homogène doit avoir la consistance d'une purée de pomme de terre. Dresser la brandade dans une timbale ou un plat creux, en la montant en dôme. La garnir de croûtons de pain de mie aillés coupés en triangles et frits dans de l'huile.

BRANDY Mot anglais désignant l'eau-de-vie dans les pays anglo-saxons (du verbe *to brand*, « brûler »). Employé seul, le terme *brandy* s'applique aux eaux-de-vie de vin ; associé au nom d'un fruit, il qualifie l'alcool tiré de ce fruit ou une liqueur additionnée d'eau-de-vie. Le brandy peut aussi être une eau-de-vie de marc, de cidre, etc. (tel l'*applejack*, « calvados » américain).

BRASSERIE Établissement où l'on consomme de la bière. Avant 1850, ce mot désignait une usine où l'on fabriquait cette boisson. Aujourd'hui, la brasserie se confond souvent avec le « café-restaurant », bien qu'on y serve à toute heure de la journée et souvent tard le soir, car si les bocks, demis, choucroutes garnies, plateaux d'huîtres et vins d'Alsace restent ses pierres angulaires, tous les plats chauds et froids de la restauration classique y sont aussi proposés.

La brasserie traditionnelle est bavaroise ; à Munich, l'une des plus anciennes, créée en 1589, existe toujours. À Paris, ce fut l'installation de réfugiés alsaciens et lorrains, après la guerre de 1870, qui lança la mode des brasseries ; celles-ci devinrent des lieux élégants, aussi décorés que les grands cafés de la capitale.

De 1870 à 1940, écrivains, artistes, journalistes et hommes politiques firent la fortune des brasseries ; ils pouvaient y discuter, y boire, y écrire et y manger. Parmi les établissements qui ont disparu, la brasserie Pousset était le rendez-vous d'écrivains et de journalistes, et celle de la rue des Martyrs, celui des artistes. Depuis quelques années, un regain d'intérêt pour la bière a incité plusieurs cafés et des brasseries à se spécialiser dans les bières françaises et étrangères : certains « bars belges » ou « académies de la bière » proposent jusqu'à trois cents marques, servies le plus souvent avec de la charcuterie, du fromage, voire des moules.

BREAD SAUCE Sauce blanche anglaise, à base de lait, de mie de pain, d'oignon haché et de clous de girofle, liés à la mie de pain, qui accompagne le gibier à plume et les volailles rôtis (voir SAUCE). Elle se sert souvent accompagnée de *bread crumbs* (chapelure dorée au beurre).

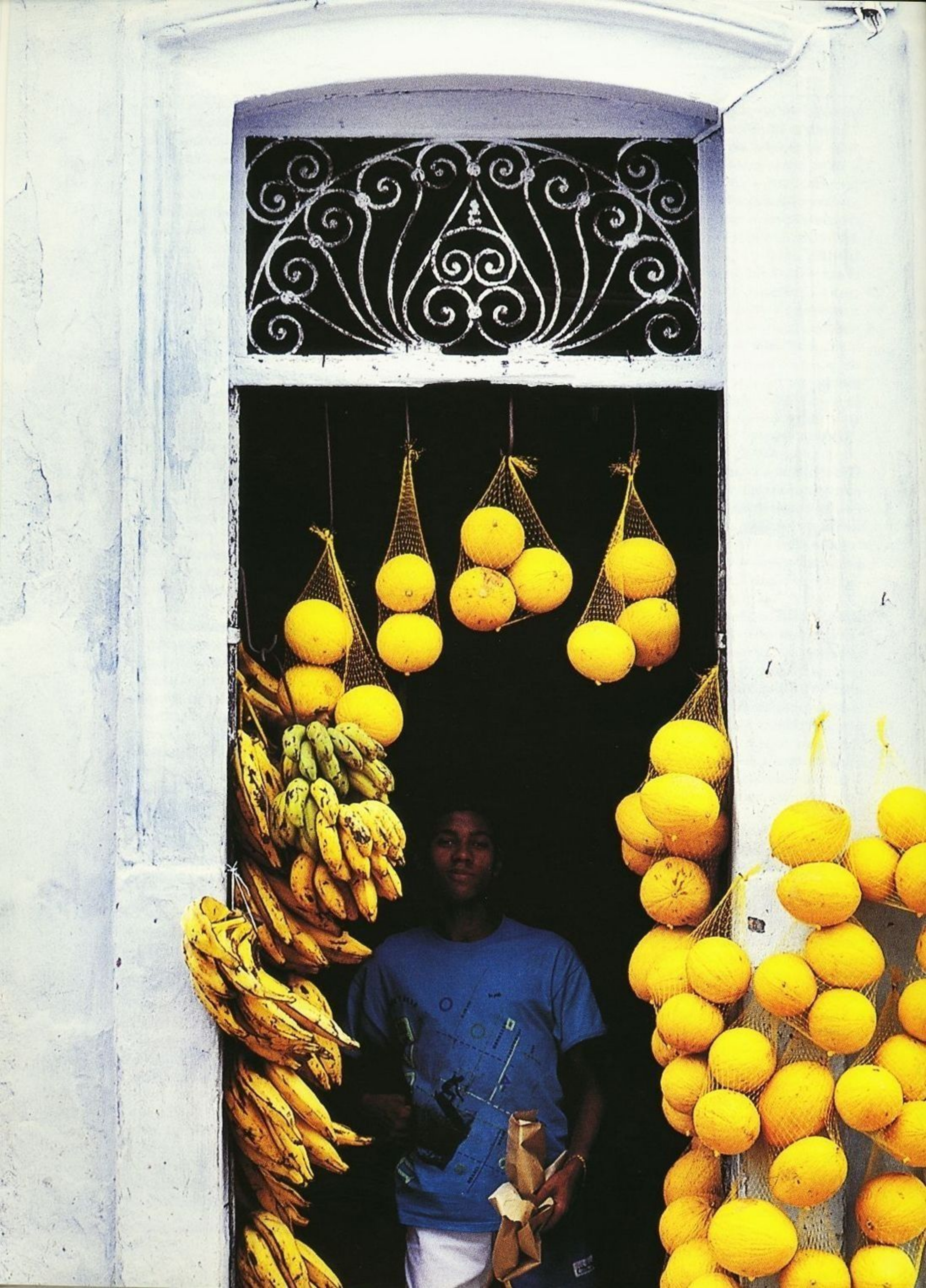
BREAKFAST Petit déjeuner à l'anglaise. Apparu au XIXe siècle, il se composait de viande froide, de bière, de pâté et de fromage, et concernait alors essentiellement les hommes. La société victorienne, soucieuse de resserrer les liens familiaux, en fit le repas le plus important de la journée. Le breakfast durait longtemps tant il était abondant (jambon, galantine, omelette, langue de bœuf, kedgeree, voire perdrix rôtie, suivis de fruits et de compotes, accompagnés de thé, de miel et de biscuits divers).

Aujourd'hui, il est rituellement précédé d'une tasse de thé (ou de café) prise au saut du lit, et se compose de jus de fruits, de céréales (porridge ou corn flakes), d'œufs poêlés avec du bacon ou de saucisses grillées, parfois de harengs fumés (grillés ou pochés). Toujours accompagné de toasts grillés, avec beurre et marmelade d'orange, il est servi avec du thé (ou du café), très souvent au lait. Il est parfois complété par des scones, des *oatcakes* (galettes d'avoine), des buns et des pains mollets. Des traditions régionales subsistent : bouillie d'avoine au babeurre dans le pays de Galles, boudin grillé dans le Lancashire. Moins copieux que par le passé, le breakfast anglais, largement adopté par les Allemands, les Scandinaves et les Hollandais, reste beaucoup plus substantiel que le petit déjeuner « continental » (à la française) [voir BRUNCH].

BRÉBANT-VACHETTE Restaurant parisien du boulevard Poissonnière, qui fut célèbre sous le second Empire. Créé en 1780, il changea plusieurs fois de propriétaire, fut transformé par Vachette (le père de l'écrivain Eugène Chavette), puis fut géré par Paul Brébant, restaurateur et amateur d'art. C'est dans cette grande brasserie qu'avaient lieu les dîners du *Bœuf nature*, réunissant Zola, Daudet, Flaubert, etc., les dîners Bixio, où la finance et l'industrie côtoyaient la littérature, et, enfin, les dîners Magny (animés par Sainte-Beuve). Ces habitués quittèrent le restaurant pour tenir désormais leurs réunions au *Brébant*.

BREBIS Animal femelle de l'espèce ovine, dont on consomme le lait, le plus souvent sous forme de fromage, et, à la fin de la période de reproduction, entre quatre et six ans, la viande. Celle-ci, souvent plus grasse que celle de l'agneau ou du mouton, rouge et ferme, de goût assez prononcé, demande une cuisson particulière. L'essentiel des morceaux est vendu en boucherie sous le nom de « mouton ». Le lait de brebis contient davantage de matières grasses (85 ‰), azotées (62 ‰) et minérales (8,5 ‰) que le lait de vache, mais la proportion de lactose est plus faible (42 ‰). On en fait des fromages, traditionnellement fabriqués dans des régions de plateaux et de montagnes : à Roquefort, en Corse avec le broccio et le niolo, dans le Béarn avec l'oloron et le laruns, et au Pays basque avec l'esbareich, l'arnéguy et l'ossau-iraty.

On trouve dans de nombreux pays des fromages à base de lait de brebis : le *becho*, le *villalón* et le serra en Espagne et au Portugal ; le pecorino et le fiore sardo en Italie ; le *liptauer* en Hongrie ; la feta et les diverses variétés de katschkawalj et de *brandza* en Grèce, dans les Balkans et le Caucase.



Le fromage de brebis frais se consomme avec du sucre ou de la crème fraîche ; il sert à confectionner des tartes ou à fourrer des chaussons.

BRÉHAN Nom d'une garniture pour grosses pièces de boucherie, composée de fonds d'artichaut garnis d'une purée de fèves, de bouquets de chou-fleur nappés de hollandaise et de pommes de terre persillées.

BRÈME Poisson d'eau douce de la famille des cyprinidés, qui, comme la carpe, convient bien pour les matelotes et les cuissons à l'étuvée. Mesurant de 30 à 60 cm, la brème a un dos brun verdâtre, des flancs et un ventre gris aux reflets dorés. On ne cuisine que la grande brème de rivière. Il faut la faire dégorger à l'eau fraîche pour éliminer son goût de vase.

BRÉSIL La cuisine brésilienne, fortement marquée par l'influence portugaise, est l'une des plus variées et des plus raffinées d'Amérique du Sud. Les Indiens l'ont enrichie de la farine de manioc, du cacao, de la patate douce et de l'arachide, et les Noirs de l'igname, de la banane, de la noix de coco et de l'huile de palme *(dende)*. Le plat national est la feijoada (ragoût à base de haricots noirs et de viandes demi-sel), traditionnellement précédée d'une *batida* (cocktail à l'eau-de-vie de canne et au citron vert).

Dans le Nord-Est, on apprécie beaucoup les poissons et les fruits de mer, notamment dans la *fritada de mariscos* (moules, huîtres et morceaux de crabe enrobés de pâte à beignets et frits), ainsi que les grosses crevettes, à la noix de coco pour la *vatapa*, en boulettes ou frites avec des haricots rouges, et que l'on retrouve encore dans le *xinxin de galinha* (fricassée de poulet à l'arachide et au manioc).

La pâtisserie de cette région est très réputée : crèmes parfumées, gâteaux à la noix de coco, aux pruneaux, jaunes d'œuf battus avec du sucre et baptisés de noms imagés (bajoues d'ange, salive de jeune fille, œil de belle-mère...).

Dans le Centre, comme en Argentine, le plat typique est le *churrasco* (viande grillée), et le fromage frais avec de la confiture de goyave se déguste à tout moment.

Dans le Sud, la cuisine est plus plantureuse : abats et tripes en ragoûts, volailles farcies de fruits, et surtout une purée de haricots noirs, de manioc et de lardons, qui est le plat de base.

Quant aux fruits tropicaux, innombrables, ils sont consommés dans tout le pays.

BRESSANE (À LA) Se dit de plusieurs préparations où la volaille de Bresse tient une place prépondérante : poularde farcie de foie gras et de champignons (avec, éventuellement, des lames de truffe glissées sous la peau), braisée ou poêlée ; flan ou gâteau de foies blonds de volaille ; feuilletés et salades composées.

▶ **Recette** : SALADE.

◀
Brésil. Salvador de Bahia.
Melons jaunes, bananes jaunes et vertes et pamplemousses blancs décorent cette porte.

BRESTOIS Gâteau consistant et de bonne conservation, spécialité de Brest, fait avec de la pâte à génoise additionnée d'amandes mondées et pilées, d'essence de citron et de liqueur d'orange. Cuits dans de petits moules à brioche, les brestois sont, une fois refroidis sur une grille, enveloppés dans du papier d'aluminium où ils se conservent plusieurs jours. Le gâteau peut aussi être cuit dans un moule à manqué ; il est alors coupé en deux abaisses, fourré de marmelade d'abricot, puis abricoté et décoré d'amandes effilées, grillées ou non.

BRETAGNE **Voir pages 164 et 165.**

BRETON Sorte de pièce montée faite de biscuits aux amandes, glacés de fondants diversement colorés et décorés, superposés en pyramide, servant autrefois surtout de décor pour les grands buffets. Le gâteau breton est également un biscuit rond assez épais, riche en beurre demi-sel et en jaunes d'œuf, doré à l'œuf et rayé de croisillons. Il peut se mouler en forme de navette.

▶ **Recettes** : BISCUIT, FAR BRETON.

BRETONNE (À LA) Se dit de divers mets garnis de haricots blancs, entiers ou en purée, dont la Bretagne est une productrice renommée et qui accompagnent bien le mouton et l'agneau (gigot, épaule). La sauce dont on nappe les œufs (mollets, pochés ou sur le plat) et les filets de poisson dits « à la bretonne » se compose de légumes, de velouté et de crème.

▶ **Recettes** : ARTICHAUT, CRABE, HOMARD, SALADE, SAUCE.

BRETZEL Pâtisserie alsacienne – et allemande – croquante, qui accompagne la bière. En forme de nœud non serré, le bretzel est fait de pâte pochée dans de l'eau bouillante, poudrée de gros sel et de grains de cumin, et durcie au four. Il semble qu'il ait d'abord eu la forme d'un anneau encerclant une croix ; trop fragile, il aurait évolué vers son aspect actuel.

BRICELET Gaufre suisse très fine, cuite dans un « fer à bricelets » carré ou rond, aux reliefs très variables. Chaque région de Suisse propose sa recette de bricelets à pâte épaisse ou claire, souvent sucrée pour accompagner les glaces, les crèmes ou le café. Des variantes salées, parfumées de graines de cumin pilées ou de fromage, se dégustent à l'apéritif. La pâte cuit en quelques secondes. Les bricelets sont immédiatement roulés ou pliés en quatre ; ils peuvent aussi adopter une forme de cornet, et sont alors fourrés de crème fouettée très légèrement sucrée.

bricelets vaudois

Faire mousser 60 g de beurre avec 100 g de sucre. Ajouter 1 œuf entier plus un jaune, 2,5 dl de crème fraîche et 1 pincée de sel. Râper le zeste d'un citron, mélanger, puis ajouter 200 g de farine tamisée. Travailler rapidement la pâte, puis en verser de petites parts sur le fer à l'aide d'une louche ou d'une cuillère. Exercer une pression plus ou moins forte selon l'épaisseur souhaitée.



Le chalutier qui rentre au port du Guilvinec, dans le Finistère, rapporte dans ses flancs des poissons fraîchement pêchés, qui seront vendus à la criée.

TERROIRS

Bretagne

L'ARMOR (LE LITTORAL), QUI VA DU MARAIS DE DOL AU LÉON ET DE LA CORNOUAILLE AU VANNETAIS, ET L'ARGOAT (L'INTÉRIEUR), AVEC SES LANDES, SES FORÊTS ET SES PLATEAUX, REPRÉSENTENT LES DEUX VISAGES DE LA BRETAGNE FORMÉE AUJOURD'HUI PAR CINQ DÉPARTEMENTS : CÔTES-D'ARMOR, FINISTÈRE, MORBIHAN, LOIRE-ATLANTIQUE ET ILLE-ET-VILAINE.

Sobre et naturelle, la cuisine bretonne possède une forte personnalité liée à la richesse de ses produits : poulet de Janzé, andouille de Guéméné, huîtres de Cancale, sardines à l'huile, beurre salé, cidre de Fouesnant, canard de Challans, fraises de Plougastel, sel de Guérande… Il ne faut pas oublier que, en Bretagne intérieure, on élève plus de la moitié des porcs français, les trois quarts des poulets et presque le tiers des vaches laitières ! Si l'Armor porte le nom de « ceinture dorée », c'est pour le nombre et la qualité de ses cultures maraîchères : carotte, navet, mâche, pomme de terre, petits pois et artichaut. Ainsi, le célèbre artichaut dit « gros camus » s'illustre dans les artichauts à la bretonne. Le chou-fleur prospère dans le Léon depuis plusieurs siècles, et on l'utilise dans des recettes dites « à la roscovite ». La Bretagne est aussi réputée pour ses haricots blancs, notamment les cocos paimpolais, qui peuvent être servis seuls, sans accompagnement, ou avec le gigot. Les meilleurs gigots sont d'ailleurs fournis par l'agneau de pré salé, dont on apprécie aussi les côtelettes ou même l'épaule. Le veau, lui, sert surtout à confectionner les recettes des repas de fête (rouelle ou fricandeau) et ses abats sont très appréciés. Quant au porc, il est omniprésent dans le répertoire gastronomique ; le lard est en effet de toutes les recettes, mais on l'aime surtout cuisiné avec du chou, des pommes de terre ou des oignons. La boudinerie donne, outre les boudins noirs parfois relevés de panade ou de chou, la fameuse andouille de Guéméné ou le pâté breton. Pourtant, ce sont surtout les ressources de la mer qui retiennent l'attention, qu'il s'agisse de la pêche côtière ou lointaine, d'ostréiculture ou de mytiliculture. Les crevettes au cidre, les palourdes farcies, les sardines au plat, les rougets au gros sel, les maquereaux au vin blanc témoignent d'une cuisine simple et fraîche.
Sur le plateau de fruits de mer, l'huître, et notamment la belon, tient bien sûr la vedette, mais, du splendide homard bleu au modeste bigorneau, la Bretagne possède toutes les espèces de coquillages et crustacés : homards, crabes (tourteaux, araignées de mer) et langoustines. Les moules se cuisinent à la marinière, en gratin, en soupe ou à la sauce bretonne. De tous les poissons consommés, la morue et le congre sont le plus souvent au menu : en gratin, en ragoût ou en soupe, avec, par exemple, la cotriade que l'on préparait à l'origine sur le chalutier ou au retour de la pêche.
La renommée des crêpes, de froment ou de sarrasin, diversement garnies de préparations salées ou sucrées, a largement dépassé le terroir d'origine, de même

que celle des crêpes dentelles et des galettes bretonnes. Le kouing-aman, riche en beurre et en sucre, le far aux pruneaux et les craquelins illustrent la pâtisserie, tandis que les fraises et les pommes font figure de fruits bretons par excellence, tant leur production est ancienne et importante.

SOUPES ET LÉGUMES

Mitonnée, soupe de sarrasin, godaille
Au chapitre des soupes traditionnelles, il faut citer la mitonnée au lait et la soupe de sarrasin (dont on faisait jadis des bouillies parfois enrichies de fruits secs ou de lardons). Bien entendu, les Bretons excellent dans la préparation des soupes de poisson et chaque localité possède sa spécialité, comme la soupe de sardines de Douarnenez, la godaille de Lorient (soupe de têtes de poisson avec herbes, aromates, vinaigre et pain rassis), la soupe de Saint-Jacut aux moules, herbes et pommes de terre, celle du Morbihan avec tomates et oseille, ou celle de Cornouaille, au safran.

Chou en darée, en bardatte, patatez frikez, saucisses
Le chou vert, à la base des soupes et des potées, est particulièrement bon « en darée », c'est-à-dire tout simplement garni d'une bonne dose de beurre demi-sel. Plus complet, le chou en bardatte est farci de lapin et de porc.
À Trébeurden, les pommes de terre deviennent les patatez frikez, avec lardons et oignons, écrasées en fin de cuisson et mélangées avec du beurre fondu. Elles peuvent aussi se transformer « en saucisse », c'est-à-dire en boulettes de purée, assaisonnées d'herbes et liées avec des œufs, que l'on fait frire à l'huile.

POISSONS

Morue, hareng, thon et anguille
On cuisine les sardines, les dorades, les maquereaux, la lotte... La morue, qui appartient en propre à la gastronomie bretonne, est apprêtée de mille manières (gratin, blanquette, soupe, croquettes, aux poireaux, aux œufs durs et au lait, aux épinards, etc.). On apprécie également les harengs grillés à la moutarde, le ragoût de thon aux pruneaux, la barbue de Cancale ainsi que l'anguille de Ploërmel, marinée et grillée.

VIANDES

Porc et charcuterie : kig ha fars, choten, porché
Le lard figure dans de nombreuses recettes, dont la plus ancienne est le kig ha fars (du lard cuit avec de la semoule et des légumes dans un sac en toile). On aime aussi le choten bigouden, à base de tête de porc, tandis que la casse de Rennes ou le porché de Dol réunissent divers abats (tête et pieds de porc, pieds de veau, fraise de veau avec lard, couennes et aromates). À part le jambon cuit à l'os (comme à Morlaix), on aime cuisiner les côtes de porc aux pommes ou, comme à Nantes, la poitrine de porc rôtie au four avec crème, moutarde et muscadet, ou bien encore le jambonneau au chou et aux marrons. Citons aussi la biguenée nantaise, tranche de jambon cuite entre deux crêpes, et les tripes de Saint-Malo au cidre ou à la mode de Vannes, au vin blanc.

Bœuf, agneau et veau : ragoûts et rôtis
Les ragoûts bretons ont beaucoup de caractère, tel celui de Brest servi avec de la purée de sarrasin. Les viandes rôties ou braisées sont dites « à la nantaise » lorsqu'elles sont garnies de petits navets glacés, de petits pois et de pommes de terre nouvelles.

Volaille et gibier : canard, poulet et lapin
Dans ce domaine, les trois fleurons gastronomiques sont le canard nantais, cuisiné aux navets ou aux petits pois, la poularde de Rennes (cuite au vin blanc et garnie de pruneaux) et le poulet de Janzé, un petit poulet à griller. Citons aussi le lapin au muscadet et le poulet aux artichauts. Le garenne aux châtaignes appartient à la cuisine du gibier tout comme le canard sauvage cuisiné au cidre.

FROMAGES ET DESSERTS

Du curé nantais aux mingaux
Dans le domaine de la production laitière, la Bretagne est surtout connue pour son beurre, souvent salé ou demi-sel. On citera néanmoins, parmi les fromages, le curé nantais, le saint-paulin et l'entrammes, ainsi que les mingaux (fromages frais) de Rennes.

Pâtisseries et chouchen
En dessert, on peut déguster chaud le chocart, un gros chausson feuilleté fourré de marmelade de pommes, parfumé de cannelle et de citron. Les autres préparations sont le gâteau à la fleur d'oranger, le bigouden aux amandes, le pouloudig à base de sarrasin, de lait et parfumé au rhum, ou encore le gâteau de Sainte-Anne-d'Auray, parfumé à la bergamote, le gâteau aux figues fraîches de Saint-Briac-sur-Mer. Pouvant être bu pur, l'hydromel breton, le chouchen (ou *suchenn*), aromatise aussi des fruits.

CARTE

ENTRÉES

Soupe au lait d'huître et galettes de sarrasin, PAGE 572

Crabes à la bretonne, PAGE 343

Homard au court-bouillon, PAGE 564

Crêpes au jambon, PAGE 352

PLATS

Cotriade, PAGE 334

Ormeaux à la cancalaise, PAGE 741

LÉGUMES

Artichauts à la bretonne, PAGE 58

DESSERTS

Galettes bretonnes, PAGE 118

Far breton, PAGE 448

Kouing-aman, PAGE 598

Pains de Nantes, PAGE 750

Pommes reinettes au miel et au beurre salé, PAGE 830

BRICK Fromage américain (Wisconsin) de lait de vache (45 % de matières grasses), d'autant plus intéressant qu'aux États-Unis la plupart des fromages sont des imitations ou des importations de produits européens (voir tableau des fromages étrangers page 499). Sa pâte élastique est percée de trous, et sa saveur douce rappelle celle du cheddar, plus fort. Le brick se présente sous la forme d'un bloc de 25 cm de long sur 12,5 cm de large et 7 cm d'épaisseur. Il permet de préparer des sandwichs, des canapés, des hamburgers, etc.

BRICQUEBEC Fromage de lait de vache (45 % de matières grasses), à pâte pressée non cuite et à croûte lavée (voir tableau des fromages français page 496). Fabriqué par les moines de l'abbaye de Bricquebec (Cotentin), il se présente sous la forme d'un disque plat de 22 cm de diamètre sur 4 cm d'épaisseur. Le bricquebec, à la saveur douce et à la bonne odeur de cave, est excellent en toutes saisons.

BRIDER Passer, à l'aide d'une aiguille à brider, une ou deux brides de ficelle à rôti à travers le corps d'une volaille (ou d'un gibier à plume) pour maintenir les pattes et les ailes le long du corps pendant la cuisson. Cette opération s'effectue après l'habillage et le troussage. La volaille est toujours débridée avant l'apprêt et le dressage, ce qui permet de vérifier – et d'achever – la cuisson des côtés protégés par les pattes.

• Bridage d'une volaille à rôtir. (voir illustrations ci-dessous).

• Bridage d'une volaille « en entrée » .Quand la volaille doit être braisée, pochée ou poêlée entière (c'est-à-dire quand elle doit être manipulée plusieurs fois, ou pour certaines présentations décoratives, les pattes sont d'abord rentrées par une petite incision dans la peau du dos avant le bridage, ce qui les maintient encore davantage.

BRIE Fromage de lait de vache (45 % de matières grasses), originaire de l'Île-de-France, à pâte molle et à croûte fleurie, duvetée de blanc et pigmentée de rouge (voir tableau des bries et tableau des fromages français page 494). Le brie se présente sous la forme d'un disque de diamètre variable, souvent posé sur un paillon. La pâte, jaune clair, paille ou or, a une saveur fruitée.

■ **Histoire.** Il semble que le brie ait déjà existé sous Charlemagne, qui en aurait goûté au prieuré de Rueil-en-Brie. Au XIIe siècle, Philippe Auguste en offrit aux dames de sa cour, et Charles d'Orléans, au XVe siècle, le chanta en un madrigal.

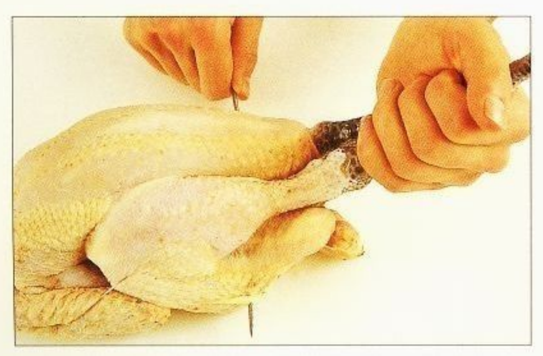
Brider une volaille à rôtir



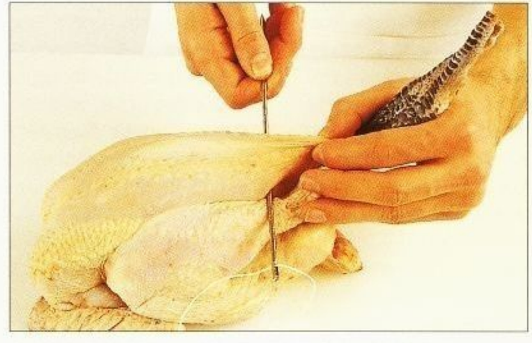
1. *Poser la volaille sur le dos, en tenant les pattes à gauche. À l'aide d'une aiguille à brider et de ficelle, traverser de part en part à la jointure des pilons et des gras de cuisse. Tirer en gardant un peu de ficelle pour nouer.*



2. *Retourner la volaille, pattes toujours à gauche. Rabattre la peau du cou sur le dos. Traverser l'aileron, puis cette peau en passant sous la colonne vertébrale. Piquer dans l'autre aileron, tirer et nouer la première bride.*



3. *Remettre la volaille sur le dos, pattes toujours à gauche. Passer la ficelle sous le gras de cuisse et traverser de part en part au-dessus de la colonne vertébrale.*



4. *Repiquer dans les flancs en passant par dessus les pattes. Tirer la ficelle, en nouer les deux brins, puis couper les extrémités qui dépassent.*

Caractéristiques des différentes variétés de bries

variétés	époque	diamètre épaisseur	durée d'affinage
brie de Coulommiers	oct - avr.	25 cm 3 cm	1 mois
brie de Meaux	mai - oct.	26 - 35 cm 2,5 - 3 cm	1 mois
brie de Melun	juin - oct.	27 - 28 cm 3 cm	2 mois
brie de Montereau	mai - oct.	18 cm 2,5 cm	1 - 2 mois

Le Grand Condé s'en fit servir pour fêter la victoire de Rocroi (1643), et les célèbres bouchées à la reine, inspirées par la reine Marie Leszczynska, étaient, à l'origine, à base de brie.

Talleyrand, diplomate et gastronome averti, œuvra pour que le brie soit proclamé « roi des fromages », lors d'un dîner de dégustation organisé pendant le congrès de Vienne (1814-1815).

■ **Emplois**. On sert le brie en fin de repas, mais il permet aussi de préparer des bouchées, des croquettes et des canapés. Autrefois, il était également utilisé pour confectionner des pâtes à tourte (et des brioches, ajoute Alexandre Dumas, qui explique ainsi l'étymologie de la brioche, à base de brie !).

Le brie jouit toujours du même prestige, même s'il est aujourd'hui souvent fabriqué en laiterie et non à la ferme. On reconnaît quatre sortes de Brie : de Meaux et de Melun (protégés par une appellation d'origine), de Montereau et de Coulommiers (voir tableau).

RECETTE DE ROLAND BARTHÉLEMY

brie aux truffes

« Écroûter soigneusement un brie de Meaux à l'aide d'une spatule. Étaler à la surface 50 g de truffe hachée ou de pelures de truffe, et recouvrir de 250 g de mascarpone. Faire prendre au réfrigérateur 12 heures au moins. Couper le fromage en deux et rabattre les moitiés l'une sur l'autre. Servir découpé en fines tranches. »

BRIGADE DE CUISINE Équipe formée, dans les restaurants d'une certaine importance, des cuisiniers et du personnel des services annexes, et placée sous l'autorité d'un chef de brigade. Ce directeur des cuisines, appelé, dans le jargon professionnel, « gros bonnet », est secondé par un sous-chef (qui est parfois le saucier) et dirige les « chefs de partie », dont chacun a sous ses ordres un ou plusieurs ouvriers.

Une brigade de cuisine complète se compose donc d'un saucier, également chargé des volailles et des viandes non rôties ; d'un garde-manger, pour tous les articles froids, les sauces froides et la surveillance du stock ; d'un rôtisseur qui s'occupe également de la taille des pommes de terre à frire ; d'un entremettier, éventuellement associé à un potager, qui accommode les légumes, les œufs et fait les potages ; d'un poissonnier, qui prépare aussi les sauces hollandaise et béarnaise ; d'un pâtissier, parfois secondé par un glacier et un confiseur ; d'un communard, responsable des repas du personnel, et enfin d'un tournant, qui remplace, en cas d'absence, un chef de partie.

Les services annexes (lavage de la vaisselle et des accessoires, tâches de préparation) sont assurés par le plongeur de batterie (qui s'occupe aussi de l'habillage du poisson), l'argentier, le vaisselier, le garçon de cuisine et le légumier (chargé de l'épluchage).

BRIGNOLES Prune brune, portant le nom de sa ville d'origine, dans le Var, qui s'utilise, séchée et dénoyautée, dans les pâtisseries traditionnelles de la région. La brignoles est alors jaune clair et baptisée « pistole ».

BRIK Crêpe tunisienne de pâte très fine, garnie de maigre de mouton haché avec des oignons et de la menthe, sur laquelle on dépose un œuf. Le brik est ensuite plié, puis frit à l'huile dans une poêle. La pâte, de consistance élastique, est faite de semoule bouillie à l'eau. Elle est ensuite cuite à l'huile d'olive selon une technique particulièrement délicate : on trempe la paume de la main dans de l'eau froide, puis dans la pâte, que l'on étale dans la poêle d'un mouvement circulaire ; très vite, on décolle la feuille de brik au couteau, sans la trouer, et on la dépose sur un torchon sec. Toutefois, on trouve dans le commerce des feuilles de brik toutes prêtes.

brik à l'œuf

Casser 1 œuf sur une feuille de brik, saler, poivrer ; ajouter 1 pincée de persil et de coriandre frais hachés. Plier la feuille en deux suivant la diagonale, puis les deux côtés et enfin la pointe pour enfermer l'œuf. Plonger aussitôt dans la friture bouillante. Dorer en arrosant d'huile pour faire gonfler. Déposer le brik sur du papier absorbant et servir brûlant.

BRILLAT-SAVARIN (JEAN-ANTHELME) Magistrat et gastronome français (Belley 1755-Saint-Denis 1826) qui passa sa jeunesse dans le Bugey, où il prit goût à la cuisine. Il accola à son patronyme celui d'une de ses tantes, nommée Savarin, qui lui légua sa fortune à condition qu'il portât son nom.

Après des études de droit à Dijon, Brillat-Savarin, jeune avocat, fut élu député à l'Assemblée constituante, puis président du tribunal civil de l'Ain, maire et commandant de la garde nationale. La chute des Girondins le contraignit à s'exiler en Suisse.

■ **Retour en France.** Brillat-Savarin finit par s'embarquer pour les États-Unis, où il allait vivre de leçons de français et d'un emploi de violon. Il y découvrit le dindon, le welsh rarebit, enseigna l'art des œufs brouillés à un chef français de Boston, apprécia l'« oie daubée », le *korn beef* (bœuf mi-sel) et le punch. En 1796, il obtint l'autorisation de regagner la France,

mais il fut dépouillé de ses biens. Il fut pourtant nommé, en 1800, conseiller à la Cour de cassation, fonction qu'il occupera jusqu'à sa mort.

Célibataire, il se consacra alors à l'archéologie, à l'astronomie, à la chimie et, bien sûr, à la gastronomie, appréciant les bons restaurants et recevant beaucoup chez lui de nombreux amis pour lesquels il faisait lui-même la cuisine. Le 8 décembre 1825, deux mois avant son décès, parut en librairie, sans nom d'auteur, le livre qui devait le rendre célèbre : *Physiologie du goût* ou *Méditations de gastronomie transcendante, ouvrage théorique, historique et à l'ordre du jour, dédié aux gastronomes parisiens par un professeur, membre de plusieurs sociétés littéraires et savantes*.

■ **Méditations gastronomiques.** L'ouvrage connut immédiatement le succès. L'ambition de Brillat-Savarin était de porter l'art culinaire au rang de véritable science, faisant appel à la chimie, à la physique, à la médecine et à l'anatomie. Ainsi, il distingue trois espèces de soif (latente, factice et adurante), parle de l'« esculence » (pour la succulence), découvre trois mouvements de la langue lorsque l'homme mange (spication, rotation et verrition) et se livre à une analyse très poussée de la « mécanique » du goût.

Il discourt sur la maigreur et l'obésité, sur l'influence de la diète sur le repos, sur le jeûne, l'épuisement et la mort ! Son esprit didactique le pousse à traiter son sujet comme une science exacte, en remontant des effets aux causes. Mais, chez Brillat-Savarin, il y a aussi le conteur aux innombrables anecdotes, le défenseur de la gourmandise. Son œuvre n'a pas cessé d'être rééditée. Elle venait à son heure pour l'éducation d'une bourgeoisie éclairée et prospère, respectueuse du passé et admirative du progrès, soucieuse de bien-vivre et de bienséance.

Les meilleures pages de la *Physiologie* concernent les observations de Brillat-Savarin sur certains aliments et préparations : le pot-au-feu et le bouilli, la volaille et le gibier, les truffes, le sucre, le café et le chocolat. Son *Histoire philosophique de la cuisine* est à la fois érudite et humoristique, allant de la découverte du feu jusqu'à la fin du siècle de Louis XVI ; elle finit par une évocation des restaurants de Paris dans les années 1810-1820.

Le nom de Brillat-Savarin a été donné à de nombreux apprêts de tartelettes et à une garniture de croustade ou d'omelette faite d'un salpicon de foie gras et de truffes. Une autre garniture du même nom, à base de pointes d'asperge, accompagne les œufs mollets.

▶ **Recettes** : BÉCASSE, CONSOMMÉ, CROÛTE, ŒUF MOLLET, POUPETON, TIMBALE, VEAU.

BRILLAT-SAVARIN Fromage normand de lait de vache (75 % de matières grasses), à pâte molle, triple crème, et à croûte fleurie (voir tableau des fromages français page 494). Il se présente sous la forme d'un disque de diamètre très variable sur 3,5 cm d'épaisseur, et a une saveur douce et une odeur de crème.

BRIMONT Nom donné, en cuisine classique, à des apprêts décoratifs, sans doute dédiés par un cuisinier à son maître, comme il était d'usage autrefois.

▶ **Recettes** : ESTURGEON, ŒUF MOLLET, SALADE.

BRINDAMOUR Fromage corse de lait de brebis (45 % de matières grasses), à pâte molle et à croûte habillée de thym et de sarriette. Le brindamour se présente sous la forme d'un gros carré à angles arrondis de 600 à 800 g. Appelé aussi « fleur du maquis », il a un goût doux et parfumé.

BRIOCHE Pâtisserie en pâte levée, légère et gonflée, plus ou moins fine selon la proportion de beurre et d'œufs. Cette pâte est un mélange de farine, de levure, d'eau ou de lait, de sucre ou de sel, d'œufs et de beurre. La brioche se moule de diverses façons. La brioche à tête, dite « parisienne », est faite de deux boules superposées, une petite sur une plus grosse. Les brioches de Nanterre se moulent en parallélépipèdes, avec des sections marquées. La brioche mousseline, haute et cylindrique, est la plus délicate.

La brioche est l'une des pâtisseries régionales les plus répandues : brioche coulante de Normandie (fallue), brioche de Saint-Genix aux pralines, gâteau des Rois de Bordeaux (tortillon), gâtais de la mariée en Vendée (qui peut atteindre 1,30 m de diamètre), brioche vosgienne, farcie de noisettes, de raisins secs et de poires séchées, brioche de Gannat, au fromage blanc ou au gruyère, sans oublier les fouaces, les pompes, les couques et les cramiques, le *koeckbotteram* de Dunkerque, les campanilis corses et le pastis béarnais.

■ **Emplois.** La brioche se déguste au dessert ou avec le thé, mais elle a aussi de nombreux emplois en cuisine. La pâte à brioche ordinaire convient au koulibiac et au filet de bœuf en croûte. La brioche mousseline enrobe le foie gras, le saucisson, le cervelas lyonnais ; les rissoles se font aussi en pâte à brioche, mais cuites dans la friture. Les brioches individuelles servent de croûtes pour divers salpicons salés ou sucrés, proposées en entrées chaudes ou en entremets.

pâte à brioche fine

400 g de beurre, 500 g de farine, 50 g de sucre semoule, 7 œufs, 14 g de levure de boulanger, 2 cuillerées à café rases de fleur de sel.

Pétrir dans un robot la farine, la levure de boulanger et le sucre. Incorporer 4 œufs et le sel. Régler ensuite l'appareil sur la vitesse moyenne et ajouter les 3 autres œufs, un par un. Lorsque la pâte se détache de la paroi, ajouter le beurre en morceaux et pétrir jusqu'à ce que la pâte ne colle plus. La mettre dans un récipient, couvrir de film alimentaire et la laisser « pointer » (doubler de volume) de 2 à 3 heures au chaud (22 °C). La rabattre en l'écrasant avec le poing pour lui redonner son volume initial, la couvrir et la mettre au réfrigérateur pour un second pointage de 1 heure à 1 h 15, puis la rabattre de nouveau. Détailler la pâte, la façonner, la faire lever une dernière fois, et la cuire. La pâte à brioche commune se prépare de la même façon, mais avec 175 g de beurre seulement.

▶

Brioche aux fruits sur coulis d'abricot

Recette voir page 170.



brioche bordelaise
Aplatir 300 g de pâte à brioche (fine ou commune) pour lui donner la forme d'un disque épais. Hacher finement 65 g de fruits confits et les répartir à la surface. Rabattre le tour de la pâte vers le centre pour former une boule. La poser sur la plaque du four beurrée et la laisser reposer 10 min. Y faire un trou avec les pouces et étirer la pâte délicatement tout autour en couronne. Lorsque le trou mesure 10 cm environ de diamètre, laisser reposer 1 h 30. Battre 1 œuf à la fourchette et en badigeonner la couronne. Mettre 30 g de sucre en morceaux dans un torchon et les écraser au rouleau à pâtisserie. À l'aide de ciseaux humides, inciser la surface de la couronne d'entailles obliques de 5 mm de profondeur. Cuire au four préchauffé à 200 °C pendant 30 min au moins, puis sortir la brioche du four et la décorer de fruits confits entiers et de sucre concassé.

brioche aux fruits
Préparer de la frangipane et de la pâte à brioche. Couper en gros dés des fruits de saison (prunes et abricots, ou pêches et poires, ou prunes et poires), les faire macérer dans un alcool de fruit avec du sucre et du jus de citron. Beurrer un moule rond à bord peu élevé, et le foncer de pâte à brioche. Garnir le fond de frangipane. Égoutter les fruits, les mettre dans le moule. Recouvrir de pâte à brioche, souder les bords, puis laisser lever pendant 1 heure. Dorer à l'œuf battu et cuire au four. Poudrer de sucre glace et servir brûlant. (Voir photographie page 169.)

brioche parisienne
Partager 280 g de pâte à brioche en deux boules, l'une de 240 g pour le corps de la brioche, l'autre de 40 g pour la tête. Rouler la grosse boule entre les mains farinées pour qu'elle soit parfaitement ronde. La mettre dans un moule à côtes beurré de 1/2 litre. Donner à la petite boule une forme de poire. Creuser le haut de la grosse boule et y enfoncer la partie pointue de la petite ; appuyer légèrement. Laisser doubler de volume à température ambiante pendant 1 h 30. À l'aide de ciseaux humides, faire de petites incisions dans la grosse boule, du bord vers la tête, et la dorer à l'œuf battu. Cuire 30 min au four préchauffé à 200 °C et démouler la brioche encore tiède.

brioche polonaise
Préparer une brioche à tête de 800 g environ. Couper 200 g de fruits confits en salpicon et les faire macérer dans du kirsch. Préparer d'une part un sirop avec 200 g de sucre, 2,5 dl d'eau et 1 verre à liqueur de kirsch, d'autre part une crème pâtissière avec 60 g de farine, 4 jaunes d'œuf, 100 g de sucre semoule, 1 paquet de sucre vanillé et 1/2 litre de lait. Ajouter à la crème 40 g de beurre ; mélanger, puis incorporer les fruits confits égouttés. Couper la brioche en tranches transversales, après avoir ôté la tête ; les passer dans le sirop et tartiner chaque tranche d'une épaisse couche de crème aux fruits. Reconstituer la brioche et replacer la tête. Monter 4 blancs d'œuf en neige très ferme, en y incorporant 60 g de sucre semoule. En masquer la brioche, puis la poudrer de sucre glace (2 cuillerées à soupe au maximum). La parsemer d'amandes effilées (100 g environ) et faire dorer 5 min au four préchauffé à 260 °C. Laisser refroidir complètement avant de servir.

RECETTE D'AUGUSTE PRALUS

brioche praluline
« Verser dans le bol d'un robot ménager 500 g de farine, 10 g de sel marin, 20 g de levure de bière et 20 g de sucre. Mettre l'appareil en marche et ajouter 5 œufs et 20 cl d'eau. Laisser tourner de 5 à 10 min, puis incorporer 250 g de beurre en morceaux. Laisser reposer une nuit au réfrigérateur. Couper la pâte en trois parties égales et en faire des abaisses de 30 cm de diamètre. Verser au centre 200 g de pralines concassées. Replier les abaisses comme une enveloppe. Donner deux tours au rouleau comme pour une pâte feuilletée, puis replier les angles et former une boule. Laisser lever 1 heure dans une étuve de 60 °C, puis cuire 30 min au four préchauffé à 180 °C. »

brioche roulée aux raisins
Mettre 70 g de raisins secs à gonfler dans 4 cuillerées à soupe de rhum. Beurrer un moule à génoise de 22 cm de diamètre. Le garnir d'une abaisse de 140 g de pâte à brioche. Recouvrir d'une couche de crème pâtissière de 3 mm. Aplatir au rouleau 160 g de pâte en un rectangle de 12 cm de large et 20 cm de long. Recouvrir ce rectangle de crème pâtissière, puis y étaler les raisins égouttés. Rouler le rectangle pour obtenir un boudin de 20 cm de long et le couper en 6 tronçons d'épaisseur égale. Disposer ces tronçons à plat dans le moule garni et laisser lever pendant 2 heures dans un endroit tiède. Dorer à l'œuf battu. Cuire 30 min au four préchauffé à 200 °C. Sortir la brioche et l'arroser de sirop à la vanille ou au rhum ; la démouler tiède. Lorsqu'elle est froide, la badigeonner au pinceau trempé dans un sirop fait de 60 g de sucre glace délayé dans 2 cuillerées d'eau chaude.

brioche de Saint-Genix
Mélanger 500 g de levain avec 3/4 de verre d'eau de fleur d'oranger. Ajouter 10 g de sel et 4 œufs entiers, un par un. Incorporer 600 g de farine, puis 4 autres œufs entiers, un par un. Ajouter 300 g de sucre en deux fois. Lorsque la pâte ne colle plus, incorporer 350 g de beurre ramolli. Bien mélanger le tout. Faire des boules avec la pâte ; les dorer à l'œuf battu. Enfoncer dans chacune d'elles quelques pralines rouges et les cuire au four préchauffé à 180 °C.

RECETTE DE CHRISTIAN CONSTANT, CHOCOLATIER

brioche vendéenne
« Verser 250 g de farine type 55 dans une grande terrine. Ajouter 50 g de levain, 10 g de levure, 50 g de sucre semoule, 6 g de sel, 3 œufs entiers, 125 g de beurre ramolli et un peu de rhum. Pétrir le tout jusqu'à

obtention d'une pâte homogène et bien "corsée" (fortement élastique). Laisser "pointer" la pâte une nuit au frais, bien couverte, d'une feuille de plastique par exemple. Faire une tresse ou former des brioches et les disposer les unes contre les autres dans un moule à cake. Laisser "pousser" à la tiédeur au moins 1 heure. Passer à la dorure (œufs mélangés avec un peu de lait) à l'aide d'un pinceau. Cuire au four préchauffé à 220 °C, puis, dès coloration de la brioche, à 180 °C jusqu'à cuisson complète. »

brioches aux anchois

Avec de la pâte à brioche commune, sans sucre, préparer dans des moules cannelés de toutes petites brioches à tête. Les cuire, puis les laisser refroidir complètement ; les envelopper dans du papier d'aluminium et les mettre 1 heure dans le réfrigérateur. Retirer alors les têtes, évider les brioches avec précaution et émietter très finement la mie retirée. Ajouter celle-ci au même volume de beurre d'anchois ramolli. Emplir les brioches avec ce mélange et replacer les têtes. Mettre au frais jusqu'au moment de servir. On peut alléger le mélange en lui ajoutant un peu de crème fouettée.

filet de bœuf en brioche → BŒUF
foie gras en brioche → FOIE GRAS
saucisson en brioche à la lyonnaise → SAUCISSON

BRIQUE DU FOREZ ET **DU LIVRADOIS** Fromage auvergnat de lait de chèvre, ou de chèvre et de vache (40 à 45 % de matières grasses), à pâte molle et à croûte naturelle, qui se présente sous la forme d'une brique de 250 à 400 g (voir tableau des fromages français page 496). La brique du Forez a une saveur noisetée particulièrement agréable de mai à octobre.

BRISSE (BARON LÉON) Journaliste français (Gémenos 1813 - Fontenay-aux-Roses 1876) qui, après avoir abandonné les services des Eaux et Forêts, se spécialisa dans les chroniques gastronomiques et eut l'idée de proposer chaque jour, dans le journal *la Liberté*, un menu différent. Ces recettes furent réunies en 1868 dans un recueil, *les Trois Cent Soixante-Six Menus du baron Brisse*. Il publia d'autres ouvrages comme *Recettes à l'usage des ménages bourgeois et des petits ménages* (1868). On lui a souvent reproché de ne pas savoir cuisiner, et ses recettes sont parfois fantaisistes. Mais il explique parfaitement la préparation de la terrine de foie gras et de la garbure.

Son nom a été donné à une garniture pour grosses pièces de boucherie, composée d'oignons garnis de farce de volaille et de tartelettes aux olives farcies.

BRISTOL Nom d'une garniture accompagnant les grosses pièces de boucherie (bœuf ou agneau) rôties, ainsi que les noisettes d'agneau et les tournedos. Composée de petites croquettes de risotto, de flageolets au beurre et de pommes château, elle emprunte sans doute son nom au grand hôtel parisien.

BROCCIO Fromage corse AOC de lait de brebis, parfois de chèvre (45 % de matières grasses), à pâte fraîche (voir tableau des fromages français page 494) Le broccio se consomme en hiver, dans les quarante-huit heures, après égouttage dans de petits moules en jonc ; il peut aussi être salé et séché, puis enveloppé dans des feuilles sèches d'asphodèle et conservé au frais. Il entre dans la préparation de nombreux plats et pâtisseries corses ; imbrucciata, fiadone, galettes fourrées, légumes farcis).

BROCHE À RÔTIR Tige de fer pointue sur laquelle on embroche une pièce de viande, ou un animal entier (mouton, gibier ou volaille), pour la faire rôtir, horizontalement ou verticalement, devant le feu (voir BARBECUE, BROCHETTE, RÔTISSOIRE, TOURNEBROCHE).

Ce mode de cuisson assure un rôtissage parfait. La première phase, rapide et à température élevée, a pour but de coaguler le sang et de rissoler la surface du rôti (en particulier pour les viandes rouges et les gibiers riches en sucs, qui doivent être bien saisis avant la cuisson) ; la seconde phase, à feu plus réduit, amène l'intérieur de la pièce au degré de cuisson désiré.

BROCHE À TREMPER Petit ustensile de confiserie formé d'une tige en acier inoxydable montée sur un manche de bois et terminée en spirale, en anneau ou en pique à deux ou trois dents. La broche (ou anneau) à tremper sert à plonger un bonbon dans du fondant ou dans du chocolat fondu, pour former sa couverture, ou bien à immerger un petit-four ou un fruit déguisé dans du sucre cuit, pour le glacer.

BROCHET Poisson d'eau douce à tête allongée, de la famille des ésocidés, dont les fortes mâchoires sont garnies de centaines de petites dents acérées (voir planche des poissons d'eau douce page 819). Mesurant de 40 cm (taille minimale au-dessous de laquelle il est interdit de le pêcher) à 70 cm, le brochet a un corps fuselé, marbré de vert ou de brun, avec un ventre argenté. Les brochets de la Loire et du Bugey – ceux qui vivent dans les rivières sont toujours meilleurs que ceux des étangs – sont réputés pour la finesse de leur chair, ferme, blanche et savoureuse.

Au Canada, le grand brochet, ou brochet du Nord, est le plus répandu, et le maskinongé, encore plus grand, le plus apprécié.

Outre l'apprêt classique au beurre blanc, le brochet se prépare au vin blanc, au vin rouge, à la juive, rôti, à l'escabèche, et même farci à la viande de porc.

brochet au beurre blanc

Vider le brochet, le nettoyer, couper les nageoires et la queue. Préparer un court-bouillon dans une poissonnière, le cuire 30 min environ et le laisser refroidir. Y plonger le brochet, amener de nouveau à ébullition et laisser frémir de 12 à 20 min, puis retirer la poissonnière du feu. Préparer un beurre blanc. Égoutter le brochet ; le dresser sur un plat long et le napper de beurre blanc, ou présenter celui-ci en saucière, additionné de pluches de persil frais.

RECETTE D'ANDRÉ GUILLOT

brochet du meunier

« Écailler, ébarber, vider, étêter et laver 3 brochetons de 700 à 800 g. Les tronçonner ; saler et poivrer les morceaux, puis les passer dans du lait et dans de la farine. Mettre le poisson à cuire doucement dans un plat à sauter avec 200 g de beurre et 1 cuillerée d'huile. Faire fondre d'autre part au beurre 4 oignons moyens émincés. Lorsque les morceaux de brochet sont un peu colorés, ajouter ces oignons et 5 cl de très bon vinaigre de vin blanc. Faire réduire de moitié. Saler, poivrer et servir avec 2 croûtons cuits au beurre par convive. »

RECETTE DE FERNAND POINT

brochet au vinaigre

« Prendre un brochet de 1,5 kg environ. Lever les filets, les saler et les poivrer, puis les passer dans la farine. Les cuire "à la meunière", mais déglacer ensuite au vinaigre de vin blanc ; réduire, ajouter 3 cuillerées à soupe de crème fraîche épaisse et lier légèrement d'un peu de béchamel. Napper les filets. Servir avec un semis de persil ciselé. »

godiveau lyonnais ou farce de brochet à la lyonnaise → GODIVEAU
quenelles de brochet, quenelles de brochet à la lyonnaise, quenelles de brochet mousseline, quenelles de brochet Nandron, quenelles Nantua → QUENELLE
terrine de brochet sauce Nantua → TERRINE

BROCHETTE Grosse aiguille, généralement en acier inoxydable, servant à embrocher des éléments taillés en morceaux, pour les cuire au gril ou sur des braises.

Le mot désigne aussi l'apprêt lui-même, c'est-à-dire les éléments principaux embrochés, éventuellement intercalés avec des ingrédients complémentaires. Les brochettes sont plus tendres si les ingrédients ont macéré ou mariné avec de l'huile assaisonnée, parfois parfumée d'herbes, d'ail ou d'eau-de-vie.

Les mets, présentés enfilés sur la brochette où ils ont cuit, sont servis en hors-d'œuvre chaud ou comme plat principal. Les brochettes sont très appréciées dans certains pays (voir ATTEREAU, CHACHLIK, HÂTELET, KEBAB).

alouettes en brochettes → ALOUETTE
anguilles à l'anglaise en brochettes → ANGUILLE

brochettes de coquilles Saint-Jacques et d'huîtres à la Villeroi

Pocher des noix et des coraux de saint-jacques, puis, dans leur eau, des huîtres décoquillées ; les laisser refroidir. Les égoutter et les embrocher en les alternant ; les enrober de sauce Villeroi, les paner, les frire et les servir comme les attereaux de cervelle à la Villeroi.

brochettes de filet de bœuf mariné

Préparer une marinade avec 1,5 dl d'huile d'olive, du sel, du poivre et des fines herbes hachées. Y mettre 500 g de filet de bœuf détaillé en cubes de 3 cm de côté et 150 à 200 g de poitrine fumée coupée en lardons. Laisser macérer 30 min. Épépiner 1 poivron vert, couper la pulpe en carrés de 3 cm de côté. Trancher 8 gros champignons de Paris au ras du chapeau et les citronner ; les faire sauter à l'huile avec les morceaux de poivron ; les sortir et les égoutter dès que le poivron est assoupli. Enfiler deux fois sur chaque brochette 1 champignon, 1 oignon nouveau, 1 tomate cerise, 1 morceau de poivron, 1 lardon, 1 morceau de filet ; terminer par 1 oignon. Griller à feu très vif de 7 à 8 min.

brochettes de fruits de mer

Préparer une marinade avec de l'huile d'olive, beaucoup de jus de citron, des fines herbes et de l'ail hachés, du thym frais émietté, du sel et du poivre. Y faire macérer 30 min des fruits de mer : huîtres pochées 1 min dans leur eau, moules ouvertes à la chaleur du four, noix de Saint-Jacques crues, queues de langoustine, grosses crevettes, gambas, etc. Enfiler les fruits de mer sur des brochettes sans les égoutter, en les alternant avec des petits champignons très frais, piqués dans le sens de la longueur. Griller à feu vif.

brochettes d'huîtres à l'anglaise

Décoquiller des huîtres bien charnues. Les poudrer avec un peu de poivre blanc fraîchement moulu, les envelopper une par une dans de fines tranches de bacon, embrocher et griller 2 min. Dresser les brochettes sur des toasts de pain de mie chaud.

RECETTE D'OLYMPE VERSINI

brochettes de moules

« Faire ouvrir des moules à feu vif. Les décoquiller et les enfiler sur des brochettes, en alternance avec de fins morceaux de lard fumé et de tomate. Poivrer. Cuire 1 min sous le gril du four. »

brochettes de ris d'agneau ou de veau

Blanchir les ris, les nettoyer, les couper en cubes. Blanchir également des lardons de poitrine fraîche. Faire macérer le tout. Couper en deux ou en quatre de très petites tomates rondes. Garnir les brochettes avec ces éléments et griller à feu vif.

brochettes de rognons

Retirer la membrane des rognons d'agneau, puis les ouvrir en deux et retirer la graisse du centre. Les huiler, les saler et les poivrer, puis les enfiler sur des brochettes et les griller à feu très vif. On peut aussi, après les avoir assaisonnés, les rouler dans du beurre fondu, puis de la chapelure blanche, les enfiler sur des brochettes en les alternant avec des lardons blanchis, les arroser à nouveau de beurre fondu et les griller à feu vif. Présenter les rognons avec des rondelles de beurre maître d'hôtel. (On peut accommoder ainsi des escalopes de ris de veau ou d'agneau, de petits morceaux de bœuf ou de mouton, des foies de volaille, etc.)

RECETTE D'ANDRÉ DAGUIN

brochettes de saumon au foie de canard

« Préparer les brochettes en faisant alterner des cubes de saumon cru et des cubes de foie de canard frais (les seconds taillés plus gros que les premiers). Les disposer dans un plat allant au four, sans qu'elles se chevauchent, sur un lit de julienne de légumes. Saler et poivrer. Faire réduire de moitié, dans une casserole, du vin blanc sec et des échalotes ciselées. Remplacer le volume réduit par de la crème fleurette et faire bouillir 5 min. Verser sur les brochettes, enfourner et laisser frémir 10 min dans le four. Égoutter les brochettes, les placer sur un plat chaud ; faire réduire la cuisson en y ajoutant du jus de truffe. Monter en sabayon, avec 3 jaunes d'œuf, la sauce obtenue et napper les brochettes. »

cigales de mer au safran en brochettes → CIGALE DE MER

BROCOLI Variété de chou-fleur de la famille des crucifères, cultivée pour ses pousses florales charnues, longues d'une quinzaine de centimètres (voir tableau des choux page 274). Il en existe deux types : le brocoli à pomme (très répandu en Italie) et le brocoli à jets verts (le plus courant). Les tiges et les bouquets (débarrassés des feuilles) se consomment comme des asperges, ou en accompagnement de viandes.

brocolis à la crème

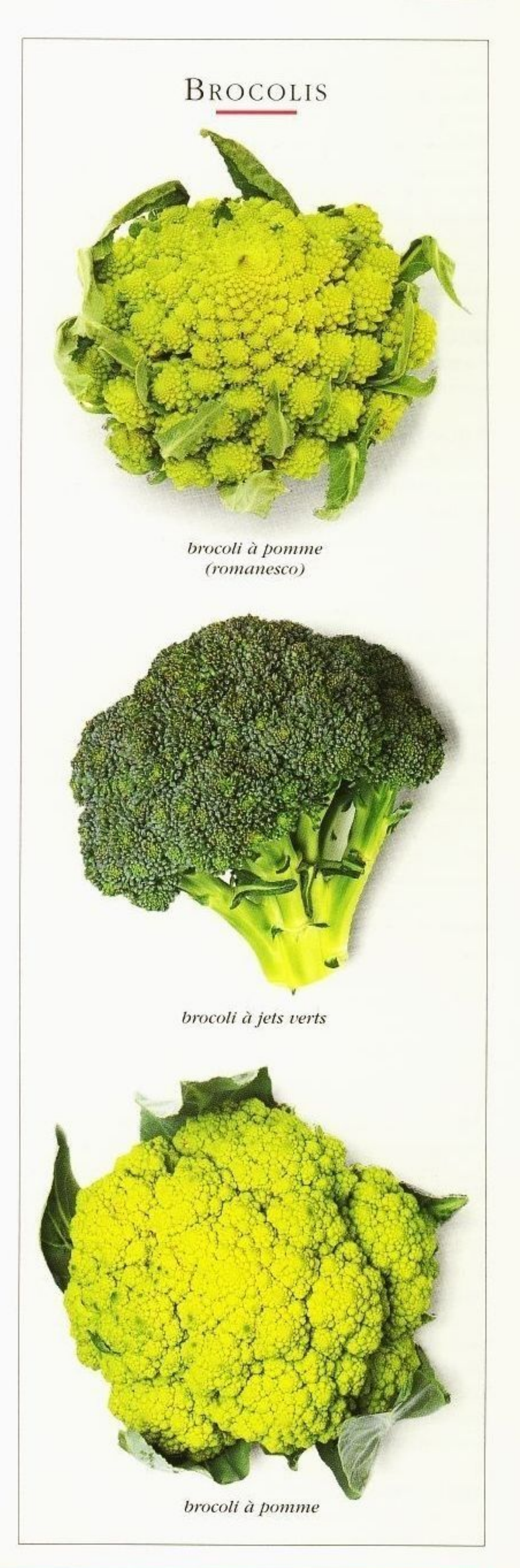
Nettoyer soigneusement 1 kg de brocolis, en enlevant les plus gros pédoncules, pour ne garder que les bouquets ; les jeter dans 2 litres d'eau bouillante salée, additionnée de 2 gousses d'ail écrasées, et les cuire 8 min à bonne ébullition : ils doivent être juste tendres. Les égoutter, les hacher très grossièrement. Faire blondir 50 g de beurre dans une sauteuse, avec 1,5 à 2 dl de crème ; quand celle-ci a pris couleur, ajouter les brocolis. Poivrer et rajouter éventuellement un peu de sel. Laisser mijoter 5 min ; servir très chaud.

poulet farci à la vapeur, ragoût de brocolis → POULET

BROODKAAS Fromage néerlandais de lait de vache pasteurisé (40 % de matières grasses), à pâte pressée semi-dure et à croûte paraffinée jaune ou rouge. Présenté en pains de 2 à 4 kg, le broodkaas possède toutes les caractéristiques de l'édam.

BROSME Poisson de la famille des gadidés, qui vit dans les eaux du nord-ouest de l'Écosse, du nord de l'Europe et de la côte est du Canada, à des profondeurs de 150 à 450 mètres. Présentant la particularité d'avoir une nageoire dorsale unique, il est appelé « loquette » à Boulogne et « pousse-morue » à Saint-Malo. Il se pêche surtout d'avril à juillet.

BROCOLIS



brocoli à pomme (romanesco)

brocoli à jets verts

brocoli à pomme

Sa chair, qui ressemble à celle du cabillaud, se cuisine de la même façon ; mais il est surtout commercialisé sous forme de filet fumé appelé « torsk ».

BROU DE NOIX Liqueur traditionnelle du Quercy, du Dauphiné et des régions du Centre, fabriquée à partir de noix vertes ou de cerneaux. Les coques, encore tendres, sont évidées, broyées, additionnées de cannelle et de muscade, et mises à macérer dans de l'alcool. On ajoute au mélange du sirop de sucre, puis on filtre. Le brou de noix se sert en digestif.

BROUET Mauvais ragoût, soupe grossière et légère, dans son sens actuel ; mais, au Moyen Âge, le mot désignait toute une série de potages, de plats ou de sauces.

BROUFADO Spécialité provençale faite de bœuf mariné, cuit avec des aromates, des cornichons ou des câpres et des filets d'anchois. Le broufado, proche de la daube, serait une très vieille recette de mariniers.

broufado

Couper 800 g de culotte de bœuf en cubes de 5 cm. Les laisser macérer 24 heures au frais en les retournant trois fois, dans une marinade composée de 1/2 verre de vinaigre de vin rouge, 3 cuillerées à soupe d'huile d'olive, 1 verre à liqueur d'eau-de-vie, 1 gros bouquet garni, 1 gros oignon épluché et coupé en rouelles et du poivre. Faire dessaler 6 anchois. Égoutter la viande et la dorer dans une cocotte avec 2 cuillerées à soupe d'huile d'olive. Ajouter 1 gros oignon pelé et haché, puis la marinade et 1 verre de vin (blanc ou rouge). Porter à ébullition, puis couvrir et cuire 2 heures au four préchauffé à 200 °C. Ajouter quelques petits oignons au vinaigre et 3 ou 4 cornichons détaillés en rondelles. Cuire encore 15 min. Laver les anchois dessalés, lever les filets, les couper en morceaux, les mélanger avec 1 cuillerée à dessert de beurre manié et les ajouter dans la cocotte. Bien remuer et servir brûlant avec des pommes de terre en robe des champs.

BROUILLY Vin AOC du Beaujolais aux arômes de mûre et de myrtille, fruité et ferme (voir BEAUJOLAIS).

BROUSSE Fromage provençal de lait de brebis, pour la brousse du Rove, ou parfois de lait de chèvre pour la brousse de la Vésubie (45 % de matières grasses), à pâte fraîche (voir tableau des fromages français page 494).

Blanche, douce et crémeuse, sans croûte, la brousse est faite de caillé égoutté, et est préparée de l'automne au début du printemps. Elle se consomme avec du sucre et de la crème fraîche, ou avec des fruits, ou encore à la vinaigrette, avec des fines herbes, de l'ail et des oignons hachés.

BROUTART Jeune bovin (de trois à dix mois environ) sevré et mis au pâturage ; dans certaines régions, le mot désigne également l'agneau qui a brouté. La viande du broutart est plus rouge que celle des animaux « de lait », car la consommation de l'herbe favorise la formation de l'hémoglobine. Aujourd'hui, ces jeunes animaux sont destinés à des débouchés spécifiques (exportation vers l'Italie, par exemple).

BROWNIE Gâteau traditionnel d'Amérique du Nord, dont le nom fait référence à sa couleur brune. Le brownie est en effet un biscuit au chocolat, garni de noix de pecan et cuit au four sur une plaque. Sa teneur très importante en sucre et en beurre lui confère une texture particulière : croustillante dessus, très moelleuse à l'intérieur. Il se sert découpé en carrés et il est souvent accompagné de crème fraîche.

BRÛLER Noircir sous l'action d'une chaleur excessive, au point de devenir impropre à la consommation.

Une pâte est dite « brûlée » quand, le malaxage de la farine et de la graisse étant trop lent, le mélange devient huileux (cela se produit aussi pour la pâte à brioche quand la température ambiante est trop élevée).

Lorsqu'on laisse des jaunes d'œuf avec du sucre semoule sans les travailler, on voit apparaître des petites particules jaune vif qui s'incorporent mal aux crèmes et aux pâtes : on dit que les jaunes sont « brûlés ».

BRÛLOT Eau-de-vie que l'on fait flamber soit avant de la boire, soit après l'avoir versée dans une boisson, ou avant de l'ajouter à une préparation (omelette flambée, par exemple).

Le brûlot désigne familièrement un morceau de sucre imbibé d'eau-de-vie, que l'on enflamme dans une cuillère posée sur une tasse avant de le faire tomber dans le café.

Le « café-brûlot » est une boisson typique de la Louisiane. Sa recette consiste à faire chauffer du rhum avec du sucre, de la cannelle, une orange piquée de girofle et du zeste de citron ; lorsque le sucre est fondu, on verse sur le mélange du café brûlant et on sert le liquide obtenu, filtré, dans des tasses ébouillantées. En Italie, on prépare une boisson en versant de l'anisette flambée sur des grains de café (voir SAMBUCA).

BRUNCH Repas, d'origine américaine, qui fait office à la fois de petit déjeuner et de déjeuner, et dont le nom vient de la contraction de *breakfast* et de *lunch*. Le brunch se pratique généralement le dimanche ; on se réunit alors autour de la table entre 10 heures et midi. Le menu associe les mets traditionnels du petit déjeuner à l'anglaise et ceux d'un repas froid : œufs au bacon ou brouillés, corn flakes et laitages, salades de fruits et de légumes verts, pancakes tartinés de marmelade ou de sirop d'érable, milk-shakes, jus de fruits, thé et café, et même éventuellement pies et charcuterie. La maîtresse de maison prépare souvent des pains aux raisins, du pain de maïs ou des *french toasts* (pain perdu).

BRUNE Couleur, allant de l'ambre clair au noir le plus opaque, que prend la bière lors de la transformation de l'orge en malt. Plus le malt est cuit longuement, plus il se colore.

BRUNEAU (JEAN-PIERRE) Cuisinier belge (Namur 1935) qui compte parmi les chefs de file de la restauration bruxelloise. Il s'inspire des cultures culinaires du monde entier, et notamment asiatiques, pour y adapter des produits de sa région.

BRUNOISE Mode de découpe des légumes en dés minuscules, de 1 ou 2 mm de côté, et résultat de cette opération, que ce soit un mélange de légumes divers (carottes, navets, céleri-rave, etc.) ou une certaine quantité d'un seul légume. Souvent étuvée au beurre, la brunoise est utilisée comme garniture de potages, de sauces et de farces, et aromatise certains éléments ou plats (écrevisses, osso-buco, etc.).

La brunoise est généralement utilisée aussitôt prête, mais on peut la conserver quelques instants sous un linge humide.

▶ **Recette** : CONSOMMÉ.

BRUXELLOISE (À LA) Se dit d'une garniture associant choux de Bruxelles étuvés, endives braisées et pommes château, qui accompagne les petites et grosses pièces de boucherie, sautées ou rôties. Quant aux apprêts d'œufs « à la bruxelloise », ils sont garnis soit de choux de Bruxelles, soit d'endives.

▶ **Recette** : CHOESELS.

BRUYÈRE (SERGE) Cuisinier franco-québécois (Saint-Galmier 1951 - Québec 1994) qui fit son apprentissage chez Paul Bocuse et les frères Jean et Pierre Troisgros. En 1976, il émigre à Montréal et, quatre ans plus tard, ouvre à Québec son restaurant, *À la table de Serge Bruyère.* En 1988, une agence américaine consacre celui-ci meilleure table de l'année à travers le monde. À l'origine de la « nouvelle cuisine » au Québec, Serge Bruyère a réussi un excellent mariage entre cette nouvelle orientation de la gastronomie française et les produits typiquement québécois.

BÛCHE DE NOËL Gâteau en forme de bûche qui se prépare traditionnellement pour les fêtes de Noël. La bûche de Noël est généralement composée d'abaisses rectangulaires de génoise, superposées et façonnées après avoir été garnies de crème, et enrobées d'une crème au beurre au chocolat, appliquée avec une poche à douille cannelée pour simuler l'écorce. Elle est décorée de feuilles de houx en pâte d'amande, de champignons en meringue et de petits personnages.

bûche aux marrons

Pour la crème : ***70 g de beurre, 260 g de pâte de marron, 280 g de purée de marron, 6 g de gélatine, 1 litre d'eau froide, 20 g de crème liquide bouillie, 35 g de rhum, de cognac ou de whisky, 300 g de crème fouettée.***

Préparer une pâte à génoise avec 6 œufs, 200 g de sucre semoule, 60 g de beurre, 200 g de farine. L'étaler en rectangle sur une plaque tapissée de papier sulfurisé et la cuire de 10 à 15 min au four préchauffé à 220 °C. Faire mousser le beurre, sans l'échauffer, dans un robot ou au fouet. Ajouter la pâte et la purée de marron ; fouetter. Ramollir la gélatine dans l'eau froide, l'égoutter et la rincer. La mélanger avec la crème liquide bouillie et verser le tout dans la préparation sans arrêter de fouetter. Ajouter l'alcool, puis incorporer délicatement la crème fouettée. Étaler aussitôt sur la génoise imbibée d'un sirop de densité 1,2624, additionné de 1 dl de l'alcool choisi et de 20 g d'eau. Parsemer de débris de marrons confits ou de marrons glacés, et rouler la génoise dans le sens de la longueur. L'envelopper du papier sur lequel elle a cuit, en serrant bien. Mettre au réfrigérateur pour plusieurs heures. Pour la finition, mélanger 300 g de crème au beurre nature et 80 g de pâte de marron. En enduire tout le tour de la bûche. Couper en biais les extrémités et les poser sur la bûche pour figurer les nœuds du bois.

BUCHTELN Entremets aux prunes, très apprécié en Autriche. Le buchteln se compose de carrés de pâte levée, repliés sur de la confiture de prune, du fromage blanc ou de la noisette hachée, mis à gonfler au chaud, puis cuits à four doux et servis aussitôt avec de la compote de pruneau ou avec de la crème anglaise.

BUFFET Grande table nappée, garnie de boissons et de mets sucrés et salés destinés aux invités d'une réception (voir COCKTAIL, LUNCH).

• Mets salés. Ils sont généralement présentés en portions d'une « bouchée » (néanmoins, galantines, pâtés en croûte, poissons en gelée, viandes et volailles en chaud-froid, œufs en gelée figurent sur un buffet classique) :

– sandwichs et canapés, sur pain de mie ou de seigle, découpés géométriquement, garnis et décorés ;
– petits pains miniatures fourrés ;
– cubes de fromage, olives, jambon, etc., piqués sur des bâtonnets et présentés en « hérisson » ;
– barquettes et tartelettes garnies d'appareils froids à la mayonnaise ou à la rémoulade ;
– pains-surprise en pain de seigle, garnis de purées aromatisées, noix hachées, fromage, jambon, etc. ;
– toasts chauds diversement garnis ;
– petites réductions salées servies chaudes : pizzas, quiches, allumettes, bouchées aux anchois, au fromage, pruneaux au bacon, feuilletés salés, saucisses cocktail, beignets salés.

• Mets sucrés. Tout aussi variés, ils sont proposés simultanément, également en portions réduites :

– tartelettes et barquettes ;
– petits choux, mille-feuilles, biscuits fourrés, pavés et mokas en bouchées ;
– petits fours glacés, fruits déguisés ;
– corbeilles de fruits, salades de fruits, pots de crème.

Le buffet campagnard est moins classique et moins formel. Les jambons crus ou cuits, les assortiments de charcuterie et de viande froide sont accompagnés de condiments divers. Des légumes crus émincés sont présentés en corbeille, avec des sauces froides. Les salades composées variées sont proposées à côté de plateaux de fromage. Les boissons sont souvent présentées en tonnelet (vin, bière). Corbeilles de fruits et tartes complètent le buffet, avec un assortiment de pains de campagne et de seigle.

BUFFET DE GARE Restaurant établi dans les principales gares du réseau ferroviaire, dont la rapidité des transports et l'apparition de voitures-restaurants et du service à la place ont réduit l'importance.

Toutefois, certains grands buffets demeurent à Valenciennes, Lille, Avignon... À Paris, celui de la gare de Lyon, *Le Train bleu*, classé monument historique pour son architecture et ses peintures, fait figure d'exception, car la qualité de sa cuisine lui a attiré une autre clientèle que celle des voyageurs.

BUFFLE Ruminant de la famille des bovidés, sauvage en Afrique et domestiqué en Inde. La viande des jeunes buffles, surtout femelles, est tendre, avec un goût très proche de celui du bœuf. Le lait de bufflonne contient 40 % de matières grasses (comme celui de la vache) ; il sert à fabriquer des fromages comme, en Inde, le surati, ou, en Italie, la mozzarella ou le *burriello*, dont on dit qu'il est le plus fin du sud du pays.

BUGLOSSE Plante herbacée de la famille des borraginacées, commune en Europe, à feuilles assez charnues et un peu râpeuses. Elle s'emploie comme la bourrache, dont elle est proche. Les fleurs de buglosse servent à préparer une boisson rafraîchissante.

BUGNE Gros beignet du Lyonnais, traditionnellement consommé les jours de fête, en particulier le Mardi gras (beignets de carnaval).

Au Moyen Âge, les « frituriers » vendaient les bugnes en plein air, d'Arles à Dijon. À l'origine, la pâte à bugnes était faite de farine, d'eau, de levure et de fleur d'oranger. Avec l'autorisation de « faire gras » jusqu'au mercredi saint, elle s'est enrichie de lait, de beurre et d'œufs, et les bugnes sont devenues de véritables pâtisseries. Découpées à la roulette en rubans que l'on noue, elles sont meilleures chaudes que froides.

bugnes lyonnaises

Mettre en fontaine 250 g de farine tamisée, ajouter 50 g de beurre ramolli, 30 g de sucre semoule, 1 grosse pincée de sel, 2 gros œufs battus en omelette et 1 verre à liqueur de rhum, d'eau-de-vie ou d'eau de fleur d'oranger. Bien mélanger et pétrir longuement, puis former une boule et laisser reposer 5 ou 6 heures au frais. Abaisser la pâte sur une épaisseur de 5 mm. La détailler en bandelettes de 10 cm de long sur 4 cm de large ; pratiquer au centre une fente de 5 cm. Y passer une extrémité de la pâte : on obtient ainsi une sorte de « nœud ». Frire les bugnes dans de l'huile chaude en les retournant une fois, les égoutter ; les placer sur du papier absorbant et les poudrer de sucre glace.

BUISSON Mode de dressage traditionnel en pyramide, autrefois très employé pour les légumes (asperges) et les crustacés, et encore utilisé de nos jours pour les écrevisses. Le mot désigne aussi les fritures d'éperlan et les goujonnettes de sole dressées en dôme, avec une garniture de persil frit.

asperges en buisson au beurre d'orange → ASPERGE

buisson d'écrevisses

Cuire des écrevisses à la nage, puis les égoutter. Placer sur le plat rond de service une serviette roulée en cornet, en repliant le bas à plat pour qu'elle soit stable. Trousser les écrevisses en piquant l'extrémité des deux pinces sur le dessus de la queue. Les disposer le long de la serviette, la queue en l'air.

BULGARIE La cuisine bulgare a été profondément marquée par les Turcs. Au cours de leur domination (à partir du XIVe siècle), ceux-ci ont transmis le goût des mézès (copieux amuse-gueule avec feuilles de vigne farcies, olives, champignons marinés, etc.) et du halva (confiserie aux graines de sésame) arrosé de raki. Ingrédient de base, le yaourt s'utilise volontiers dans les ragoûts, dans le *ghivetch* (viandes et légumes en terrine, mijotés avec des épices, couronnés d'œufs et de yaourt) ou avec les crudités, comme le *tarator* (concombre mêlé de yaourt et de noix hachées).

Le plat populaire par excellence est la plantureuse *tchorba* (soupe) au poulet, aux abats d'agneau ou aux tripes, mais on apprécie aussi la viande séchée et salée (pasterma), les *kebabcha* (brochettes de saucisses) et les feuilletés au fromage et aux légumes. Le *sirene* est un fromage de brebis renommé.

■ **Vins.** La viticulture bulgare est relativement récente, bien qu'en Thrace, ancienne Bulgarie, on cultivât déjà la vigne il y a 3 000 ans.

Elle ne s'est vraiment développée aux temps modernes que sous le régime communiste, soucieux d'exporter pour obtenir des devises. C'est aujourd'hui une nette volonté de qualité qui préside à la production des vins bulgares, d'autant plus que le gouvernement soviétique a fait arracher à partir de 1984 près de la moitié des vignobles pour limiter la consommation d'alcool.

Certains cépages locaux (mavrud, surtout au sud, ou melnik, au sud-ouest, près de la frontière grecque) donnent d'excellents vins rouges. Cependant, les trois quarts de la surface ont été replantés en cabernet-sauvignon, en merlot, en pinot noir, en gamay et en chardonnay, tous appréciés des amateurs du monde entier, et qui donneront peut-être des vins de grande qualité. Actuellement, la culture et la vinification sont encore assurées par des complexes agro-industriels, avec plus ou moins de bonheur. Les vins blancs, souvent de cépage rkatsiteli, vinifiés à l'ancienne, sans contrôle de température, sont moins intéressants.

BULOT Gastéropode marin de la famille des buccinidés, à coquille blanchâtre, conique et pointue, très courant sur les côtes de la Manche et de l'Atlantique. On l'appelle aussi « ran » ou « buccin » ; sur la côte méditerranéenne, il porte le nom de « casque épineux ». Pas trop gros et cuit de 8 à 10 min – pour ne pas le durcir – dans de l'eau salée, il se mange avec du pain beurré et, éventuellement, de la mayonnaise.

BUN Petit pain rond en pâte levée, farci de raisins secs, que l'on sert en Grande-Bretagne au petit déjeuner ou pour le thé. C'était jadis la pâtisserie du vendredi saint, et on la déguste encore à Pâques. Lorsque les buns sont fendus sur la tranche, beurrés intérieurement et servis brûlants, gorgés de beurre fondu, ce sont des *bath buns.* Quant aux *cross buns,* ils sont fendus en croix sur le dessus avant la cuisson, et des cordonnets de pâte, ou des morceaux d'écorce d'orange confite, sont disposés à cheval sur les fentes. La pâte est souvent aromatisée à la cannelle.

buns

Émietter 25 g de levure de boulanger dans un bol et la délayer avec une tasse de lait ; la laisser à température ambiante. Battre 1 œuf avec 1 cuillerée à café de sel fin. Râper le zeste de 1 citron lavé, le mettre dans une terrine avec 1/2 litre de lait, 125 g de beurre ramolli, 100 g de sucre et 125 g de raisins secs. Bien mélanger, ajouter l'œuf battu, puis la levure, et incorporer 650 g de farine. Travailler pour obtenir une pâte élastique. Laisser reposer 5 heures jusqu'à ce que la pâte ait doublé de volume. La diviser alors en boules de la grosseur d'une mandarine. Beurrer une grande boîte métallique, y mettre les boules de pâte, les badigeonner de beurre, fermer et laisser gonfler 5 heures ; on peut aussi disposer les boules sur une plaque de four et mettre celle-ci dans un placard à l'abri des courants d'air. Cuire les buns 20 min au four préchauffé à 200 °C. Quelques minutes avant de les sortir, mélanger 1 tasse de lait avec 1 cuillerée à soupe de sucre et en badigeonner les buns.

BUSECCA Potage du Tessin (Suisse), influencé par les traditions de la Lombardie voisine, qui se compose d'une grande variété d'ingrédients : légumes, tomates, tripes ou fraise de veau, et dont il existe de très nombreuses variantes.

La busecca est parfumée avec une purée de marjolaine, de sauge et de basilic frais, et se sert toujours accompagnée de fromage râpé.

BUVETTE Petit débit de boissons installé dans un lieu public ; la buvette peut également proposer des glaces, des sandwichs ou des bonbons.

Sous l'Ancien Régime, le mot désignait un petit comptoir établi dans l'enceinte des palais de justice, où juges et avocats pouvaient se rafraîchir et se restaurer légèrement entre les audiences. Le mot a d'ailleurs conservé ce sens dans le cas de la « buvette de l'Assemblée nationale ».

Dans une station thermale, la buvette désigne l'endroit où l'on va boire les eaux ; elle a toujours été un lieu de détente (concerts, repos en chaise longue, jeux de cartes…).

BYZANTINE (À LA) Se dit d'une garniture pour pièces de boucherie, surtout de bœuf, composée de croustades de pommes de terre dorées au four, garnies de purée de chou-fleur à la crème, et de demi-laitues farcies d'une duxelles de champignon et braisées au four sur un lit d'herbes.

La même garniture est aussi dite « à la bisontine » (le terme pouvant venir de Besançon).

▶ **Recettes** : MATAFAN OU MATEFAIM.

C

CABARDÈS Vin rouge et rosé, fin et bouqueté, produit dans le département de l'Aude, au nord de Carcassonne, par un vignoble jouxtant le Minervois (**voir** LANGUEDOC).

CABARET Modeste débit de boissons qui, autrefois, servait essentiellement du vin. Le mot désigne aujourd'hui plus généralement un établissement où l'on consomme en assistant à un spectacle.

La distinction entre « taverne » et « cabaret » fut précise jusqu'au XVIIe siècle environ. Le second innova en vendant du vin « à l'assiette », et non pas « au pot », c'est-à-dire en le servant sur une table à laquelle le consommateur pouvait s'asseoir et éventuellement manger quelque chose.

Au XIIIe siècle, les « escholiers » de la Sorbonne menaient grand tapage au cabaret des *Trois Mailletz*. Au XVIe siècle, le poète Ronsard était un visiteur assidu du *Sabot* (faubourg Saint-Marcel) ; au XVIIe, l'avocat et érudit Ménage avait pratiquement élu domicile à *L'Écu d'argent*, près de la place Maubert, et un peu plus tard, les écrivains Racine, La Fontaine et Boileau se réunissaient fréquemment à *L'Épée de bois* et au *Mouton blanc* (rue de la Verrerie).

Le cabaret devint alors un lieu de rendez-vous à la mode, surtout fréquenté par les écrivains et les artistes, rôle qu'assumeront plus tard les cafés, puis les restaurants et les brasseries. Au XIXe siècle, les cabarets de basse catégorie attiraient encore les romantiques. Certains étaient alors de vrais bouges ; c'est à la grille du *Chat blanc* que l'on retrouva pendu le cadavre de l'écrivain Gérard de Nerval.

CABÉCOU Nom générique des fromages de lait de chèvre (45 % de matières grasses), à pâte molle et à croûte naturelle, fabriqués dans le Quercy et le Rouergue. Le cabécou se présente sous la forme d'un petit palet rond, plus ou moins ferme au toucher, et a une saveur noisetée. Le cabécou de Rocamadour, qui a la forme d'un disque plat pesant environ 30 g, bénéficie de l'appellation d'origine contrôlée.

CABERNET FRANC Cépage d'origine bordelaise, cultivé en France sur 27 000 ha. Selon les régions, il est connu sous le nom de bouchet, carbouet ou plant des sables (dans le Bordelais), bouchy (dans les Pyrénées), breton ou véron (dans le Val de Loire). Ses grappes peu volumineuses et lâches présentent des petites baies noires bleutées avec une pellicule fine qui les rend moins résistantes à la pourriture grise.

Le cabernet franc entre dans la fabrication de la majorité des AOC rouges du Bordelais, où il est souvent associé au cabernet-sauvignon, au merlot et au malbec.

Vinifié seul en Val de Loire (chinon, bourgueil, saint-nicolas-de-bourgueil, saumur-champigny), il donne des vins aux arômes de framboise et de violette, qui doivent se boire assez rapidement.

CABERNET-SAUVIGNON Cépage d'origine bordelaise, le plus noble de France, cultivé en France sur plus de 31 000 ha (rendement limité à 40 hl/ha), qui trouve son terroir de prédilection sur des sols maigres et secs. Ses grappes peu volumineuses présentent des petits grains noirs à peau épaisse, croquants.

Il entre en grande proportion dans la fabrication de la majorité des AOC rouges du Bordelais ; il donne des vins colorés, tanniques, aux arômes de violette et de poivron, qui doivent vieillir plusieurs années en tonneau pour parvenir à leur expression optimale. Vinifié seul, il produit un vin âpre pratiquement imbuvable quand il est jeune.

CABILLAUD Poisson de la famille des gadidés, qui n'est autre que la morue fraîche (voir planche des poissons de mer page 820 et 821). Pouvant mesurer jusqu'à 1,50 m, le cabillaud a un corps puissant et allongé, avec des nageoires très marquées et une tête importante, à large bouche dentée. Sa couleur varie du gris-vert au brun, avec des points sombres sur le dos et les flancs, et un abdomen blanchâtre. Il est abondant dans les mers froides (de 0 à 10 °C). La femelle peut pondre jusqu'à 5 millions d'œufs ; fumés, ces derniers sont vendus sous le nom de « fausse poutargue ». Le cabillaud est le poisson maigre par excellence (68 Kcal pour 100 g ; 1 % de lipides) ; il est riche en sels minéraux.

■ **Emplois.** Le cabillaud possède une chair délicate, blanche et feuilletée, qui se prête à de nombreuses préparations. Les poissons les plus petits (appelés « moruettes »), de 1 à 3 kg, très souvent vendus en filets car le pourcentage de déchets est de 50 %, sont rôtis au four, braisés au vin blanc, pochés dans un court-bouillon aromatisé, servis froids ou chauds avec une sauce. Les gros poissons, plus répandus, sont détaillés en filets, en tranches ou en tronçons. Les tranches se préparent « à l'anglaise » ou « à la meunière », les tronçons se cuisent surtout au four ou au court-bouillon, souvent dans du vin blanc.

Le cabillaud est rarement grillé, car sa chair trop délicate s'effeuille. La queue donne un très beau morceau (à rôtir ou à braiser), tandis que la partie proche de la tête a un goût très fin, bien qu'elle soit moins présentable. Le cabillaud sert en outre à confectionner des croquettes, des pains, des gratins, des coquilles et des mousses. Surgelé, il se présente en filets, nature, ou en carrés et croquettes panés, prêts à frire.

cabillaud braisé à la flamande

Saler et poivrer des tranches de cabillaud. Beurrer un plat allant au four, le parsemer d'échalotes et de persil hachés. Y disposer les tranches et les couvrir à peine de vin blanc sec. Poser sur chaque tranche une rondelle de citron pelée à vif. Faire partir l'ébullition sur le feu, puis cuire 15 min au four préchauffé à 220 °C. Égoutter le poisson et le dresser sur le plat de service. Faire réduire le fond de cuisson, puis y incorporer des morceaux de beurre, remuer, verser sur le cabillaud. Parsemer de persil ciselé.

cabillaud étuvé à la crème

Détailler 800 g de filets de cabillaud en carrés de 5 cm de côté. Saler et poivrer. Fondre au beurre 150 g d'oignons épluchés et hachés, puis y raidir les carrés de poisson. Les mouiller de 2 dl de vin blanc sec et faire réduire des trois quarts. Ajouter 2 dl de crème fraîche et achever la cuisson à couvert. Découvrir pour faire réduire la crème sur feu vif.

RECETTE DU RESTAURANT *APICIUS*,
JEAN-PIERRE VIGATO, À PARIS

cabillaud fraîcheur

« Hacher grossièrement 1/2 botte de persil plat, 1/2 botte de coriandre et 1/2 botte de menthe fraîche. Ciseler finement 2 oignons blancs. Mélanger le tout. Préparer la sauce avec 8 cl de jus de citron, 0,5 dl d'huile d'arachide, 0,5 dl d'eau, 0,2 dl de sauce soja, du sel et du poivre. Monder les tomates, les couper en quartiers, vider l'intérieur et les détailler en losanges. Les disposer autour de 4 assiettes, et mettre au centre de chacune d'elles 30 g de pousses d'épinard. Cuire à la vapeur 4 pavés de cabillaud de 200 g. Imbiber de sauce le mélange d'herbes. Disposer le poisson sur les épinards et napper de la sauce aux herbes. »

cabillaud à l'indienne

Saler et poivrer 4 tranches (ou 2 filets) de cabillaud. Éplucher et hacher 3 gros oignons. Monder, épépiner et concasser 4 tomates. Hacher 2 gousses d'ail pelées et 1 petit bouquet de persil. Chauffer 4 cuillerées à soupe d'huile dans une sauteuse, y faire revenir les oignons et les tomates, puis couvrir et laisser fondre pendant une vingtaine de minutes. Saler, poivrer, ajouter ail et persil hachés, et cuire encore 10 min. Étaler cette préparation dans une cocotte, poser le cabillaud dessus. Poudrer avec 1 grosse cuillerée à soupe de cari, arroser de 2 cuillerées à soupe d'huile et de 1,5 dl de vin blanc sec. Faire partir l'ébullition sur le feu, puis mettre 20 min au four préchauffé à 220 °C, en arrosant le poisson trois ou quatre fois. Servir avec du riz à l'indienne.

cabillaud rôti

Parer un cabillaud de 1,5 kg. Le saler, le poivrer, l'arroser d'huile et de jus de citron, et le laisser macérer ainsi pendant 30 min. L'égoutter, l'embrocher, le badigeonner au pinceau à pâtisserie de beurre fondu et le faire rôtir à feu vif, en l'arrosant plusieurs fois de beurre fondu ou d'huile. Le dresser sur un plat de service et le tenir au chaud. Déglacer la lèchefrite au vin blanc sec, faire réduire le jus et en arroser le poisson. On peut aussi cuire le cabillaud au four, à condition de le placer sur une grille pour qu'il ne baigne pas dans le jus de cuisson.

cabillaud sauté à la crème

Saler et poivrer 4 tranches de cabillaud ; les dorer vivement au beurre dans une sauteuse. Les mouiller à mi-hauteur de crème fraîche épaisse, couvrir et achever la cuisson. Égoutter le poisson et le dresser sur un plat de service. Réserver au chaud. Faire réduire la crème, y ajouter 2 cuillerées rases de beurre frais et en napper le cabillaud.

CABINET PARTICULIER Salon privé, mis à la disposition des clients soucieux de discrétion et d'intimité dans certains restaurants de luxe. Très en vogue à Paris dans la seconde moitié du XIXᵉ siècle et au tout début du XXᵉ, sous le second Empire et à la Belle Époque, les cabinets particuliers (du *Café Anglais*, de *Prunier* ou de *Lapérouse*) se rattachent plus à l'histoire galante et aux « lionnes » de la Belle Époque qu'à celle de la gastronomie.

CABOULOT Petit café de banlieue ou de campagne, ou restaurant d'apparence modeste, pratiquant une cuisine de guinguette.

CACAHOUÈTE OU **CACAHUÈTE** Graine du fruit de l'arachide (également appelée « pistache de terre » ou « des Antilles »), une plante cultivée en très grande quantité pour fabriquer de l'huile. Une faible part de la production, provenant de variétés spéciales, dites « de bouche », est réservée à la consommation des cacahouètes (ou cacahuètes) entières, qui sont torréfiées et vendues en vrac, nature dans leur gousse, ou décortiquées et salées. Celles-ci sont hautement énergétiques (560 Kcal pour 100 g).

■ **Emplois.** Nature, la cacahouète peut remplacer les pignons dans les salades, les amandes ou les pistaches en pâtisserie. Salée, elle se sert à l'apéritif. Aux États-Unis, les cacahouètes permettent aussi de fabriquer un « beurre » *(peanut butter)* très nutritif, que l'on consomme en tartines ou en canapés avec des crudités. En Afrique, on les utilise pour relever des sauces.

CACAO Produit extrait des fruits du cacaoyer, arbre tropical de 4 à 12 m de haut, de la famille des sterculiacées. Les fruits, appelés « cabosses », contiennent de 25 à 40 graines, ou « fèves », plus ou moins grosses, aplaties ou bombées, grises, violacées ou bleuâtres. Ces fèves, extraites quand elles sont mûres, c'est-à-dire jaune foncé, sont entassées pour que la fermentation développe leur arôme, puis elles subissent divers traitements pour donner le chocolat.

■ **Histoire.** Le cacaoyer était, selon la croyance des Aztèques, le plus bel arbre du paradis, et ceux-ci lui attribuaient de multiples vertus : apaiser la faim et la soif, donner la science universelle et guérir les maladies. Grâce à la découverte du Nouveau Monde, la première cargaison de cacao parvint en Espagne en 1524.

■ **Variétés.** On distingue plusieurs variétés de cacao.

– Les forasteros (70 % de la production mondiale) sont les plus courants, avec une saveur amère et des arômes acides.

– Les criollos (5 à 8 % de la production), très délicats, ont une saveur douce malgré une légère amertume.

– Les trinitarios (20 % de la production), hybrides obtenus par croisement des deux précédents, sont assez fins et riches en matières grasses.

Le cacao le plus coté, qui vient du Venezuela, très fin, aromatique et fondant, est connu sous le nom de « caraque ». Le cacao brésilien, dit « maragnan » possède une amertume agréable, de même que ceux de l'Équateur et des Antilles, dont la saveur franche permet de relever d'autres saveurs, plus faibles.

Les cacaos africains, d'un bon rendement mais de qualité ordinaire, sont destinés à des préparations industrielles. Enfin, on utilise aussi des cacaos de Sri Lanka et de Java.

■ **Emplois.** Ils sont très variés selon la forme d'utilisation du cacao.

• PÂTE DE CACAO. C'est la matière première de tous les produits à base de cacao ou de chocolat (voir ce mot). Cette masse onctueuse et amère s'obtient par broyage – dont la technique conditionne la finesse et la fluidité – des fèves fermentées, triées, lavées, dégermées, décortiquées (elle ne doit pas contenir plus de 5 % de débris écrasés) et torréfiées, mais avec leur matière grasse naturelle (de 45 à 60 %, selon les variétés).

• BEURRE DE CACAO. Cette matière grasse naturelle du cacao est relativement ferme, d'un blanc jaunâtre ; elle est extraite par pression, plus ou moins forte, de la pâte quand celle-ci est destinée à la fabrication de poudre. On la réintroduit parfois dans le chocolat en tablette, mis au point au XIXe siècle, pour l'enrichir et modifier sa consistance.

• POUDRE DE CACAO. Inventée par le Hollandais Van Houten en 1828, elle est obtenue par pulvérisation du tourteau, c'est-à-dire de la pâte de cacao débarrassée de la plupart de sa matière grasse. Elle en contient encore 20 %, mais peut aussi être dégraissée (8 %).

• AMANDE DE CACAO. Non broyée, elle permet de parfumer certains apéritifs ou liqueurs, notamment la crème de cacao.

▶ **Recette** : SORBET.

CACHAT Fromage provençal de lait de brebis ou de chèvre (45 % de matières grasses), à pâte fraîche et à croûte naturelle. Nature, le cachat se présente sous la forme d'un petit cylindre blanc et mou. Il a une saveur douce, mais il sert aussi de base à la fabrication du fromage fort du mont Ventoux : conservé dans un pot de grès en couches successivement arrosées d'eau-de-vie, de poivre et de sarriette, il prend un goût très prononcé.

CACHETER Assurer l'étanchéité d'une bouteille à l'aide d'une cire spéciale, dite « cire à cacheter ». Le bouchon de liège est enfoncé au ras du goulot, et ce dernier est plongé dans la cire liquéfiée au bain-marie, qui durcit en une vingtaine de minutes.

CACIOCAVALLO Fromage italien de lait de vache (44 % de matières grasses), à pâte pressée filée et à croûte naturelle jaune paille (voir tableau des fromages étrangers page 499). Le caciocavallo se présente sous la forme d'une gourde étranglée, surmontée d'un renflement plus petit, et pèse de 3 à 4 kg. Il a une saveur prononcée, parfois même piquante. Servi en fin de repas, il se consomme également râpé lorsqu'il a durci après un long affinage, qui peut durer un an.

CADILLAC Vin AOC blanc liquoreux du Bordelais, obtenu après surmaturation du raisin, qui se déguste en vin de dessert, ou avec le foie gras, ou encore à l'apéritif (voir BORDELAIS).

CADRAN BLEU (LE) Café-restaurant qui s'ouvrit en 1773 boulevard du Temple, à Paris. Endommagé lors de la prise de la Bastille (1789), il servit ensuite de lieu de réunion aux meneurs de l'insurrection du 10 août 1792. Devenu très fréquenté sous le Consulat et l'Empire, spécialisé dans les noces et banquets, le restaurant ouvrit également des cabinets particuliers de réputation équivoque. Il finit par disparaître en 1860, après qu'une batterie d'artillerie eut ébranlé le bâtiment pendant les journées de 1848.

CAFÉ Graine du caféier, arbuste de la famille des rubiacées originaire du Soudan et de l'Éthiopie, qui porte des fruits en forme de petites cerises rouges.

■ **Histoire.** L'invention de la boisson qui porte le nom de café et la découverte de ses propriétés ont donné lieu à de nombreuses légendes, souvent fantaisistes. En revanche, il est attesté que l'on buvait du café à Aden (actuellement au Yémen du Sud) en 1420 ; la coutume passa en Syrie, puis à Constantinople (1550) ; les Vénitiens furent les premiers Occidentaux à en importer en 1615, et le café fut réellement introduit en France en 1669, sous Louis XIV.

D'abord considéré comme un produit étrange, plutôt thérapeutique, l'« arôme nouveau », comme on l'appelait, devint une boisson à la mode à la cour et parmi les nobles. L'invention du moulin à café, en 1687, fit beaucoup pour sa diffusion.

En 1690, un plant de café fut mis en terre au Jardin des Plantes, à Paris, mais le caféier reste une plante essentiellement tropicale, dont la culture se répandit en Afrique, en Amérique du Sud et dans les Antilles, puis en Inde et au Pakistan. Aujourd'hui, deux variétés de caféier (qui correspondent à des types de café, et non plus à leur origine géographique) assurent 95 % de la production mondiale : *Coffea arabica*, considérée comme la meilleure, et *Coffea robusta*.

■ **Fabrication.** On commence par dépulper les fruits du caféier pour retirer les graines d'un gris jaunâtre, qui sont décortiquées, triées et mises en sac. Ce café « vert » est alors coté, vendu et exporté.

Il dégage ensuite son arôme (produit par une essence volatile, la caféone) grâce à la torréfaction. Les grains, soumis à un mouvement constant, sont chauffés ; vers 200 °C, ils sont brun clair et ont doublé de volume ; vers 250 °C, ils sont nettement plus foncés, pour les meilleurs, mordorés, jamais noirs ou brillants. Un café torréfié perd rapidement son arôme et rancit à l'air libre ; il faut le conserver au frais, à l'abri de l'humidité. Les grains doivent enfin être moulus, plus ou moins finement ; il vaut mieux le faire au fur et à mesure des besoins et au dernier moment.

■ **Variétés.** Un café vendu avec le nom d'une variété d'arabica se compose uniquement de celle-ci : moka ou manille pour un café fin et parfumé, Colombie pour un café très doux, Haïti pour un café corsé. S'il ne porte aucune mention, il s'agit d'un robusta (bon marché) ou d'un mélange de robusta et d'arabica (plus cher). Le café dit « supérieur » garantit qu'il n'y a pas plus de 10 % de défauts dans les grains (il porte obligatoirement la date de torréfaction, mais les autres appellations sont sans valeur légale). Le café « enrobé » (pour les conditionnements industrialisés) est très noir et luisant à cause du glucose, de la gomme arabique ou de l'huile végétale qu'on lui ajoute en fin de torréfaction ; d'un goût plus corsé, il se conserve plus longtemps, mais il est légèrement sirupeux.

■ **Emplois.** Le café est vendu torréfié, en grains, mais également moulu (de préférence à la meule et non avec des couteaux, pour lui conserver le maximum d'arôme) ; il est souvent conditionné sous vide, mais doit être consommé rapidement une fois le paquet ouvert. On trouve aussi, depuis les années 1930, du café décaféiné (teneur en caféine inférieure à 0,05 %), qui est traité aujourd'hui sans produit chimique. À partir des années 1960, l'industrie a mis au point le café soluble directement dans l'eau chaude, soit atomisé, soit lyophilisé (il est alors moins dénaturé), caféiné ou décaféiné. Enfin, on trouve dans le commerce de l'extrait de café liquide, très utilisé comme arôme en pâtisserie et en confiserie.

CAFÉ (BOISSON) Infusion obtenue avec des grains de café moulus. En France, les goûts vont du café noir du petit déjeuner (ou du café crème servi au comptoir) au café décaféiné du dîner, en passant par l'express de la « pause-café » ou le café filtre du déjeuner.

Le café est une institution dans presque tous les pays du monde, comme rite de bienvenue, moment privilégié de la vie sociale et plaisir gastronomique.

■ **Cafés de tous les pays.** En France, c'est à la fin du XVII[e] siècle que l'on prit l'habitude, dans la haute société, de servir le café à la fin du repas.

Selon les pays et les régions, en fonction de sa force et de son arôme, on le sert très concentré, avec un verre d'eau froide (en Grèce, en Turquie et dans les pays arabes), plus ou moins sucré (le sucre de canne est souvent apprécié), avec une bouchée de chocolat (en Suisse, en Allemagne, en Hollande) ou un petit biscuit (en Belgique, en Angleterre) et, très souvent dans le Nord, avec un petit pot de crème liquide.

Si les États-Unis sont les premiers importateurs, on y consomme beaucoup moins de café (4,07 kg par habitant et par an) qu'en Finlande (14,38 kg), suivie de la Suisse (11,44 kg). Les Français se bornent à 5,32 kg et les Belges à 4,94 kg.

Liqueurs, eaux-de-vie et cigares l'accompagnent traditionnellement à la fin des repas. Enfin, nombreuses sont les régions (en Normandie, en Lorraine, et dans le Nord en particulier) où on le sert avec la « goutte » d'alcool (voir BRÛLOT, CHAMPOREAU, GLORIA).

Caractéristiques des principales variétés de cafés

variétés	provenance	aspect des grains	saveur
arabica, dont Liberica et Excelsa	Amérique centrale et du Sud, Afrique (Kenya)	gros, allongés, ovales, plats	riche, fine, douce, parfumée, tonique, subtilités selon la provenance
robusta	Afrique (Côte d'Ivoire, Angola, Zaïre), Indonésie, Viêt Nam, Brésil	petits, irréguliers, convexes	caféinée, puissante, corsée

Le moka désigne un arabica provenant d'Éthiopie et du Yémen, à transparence ambrée et verdâtre, fèves moyennes, saveur fine et parfumée.

■ **À la turque ou à la française.** L'infusion de café peut se faire selon deux méthodes de base.

• PROCÉDÉ TURC. Il consiste à verser le café, réduit en poudre extrêmement fine, dans de l'eau bouillante, avec une quantité presque égale de sucre semoule, puis à remettre le mélange sur le feu jusqu'à ébullition ; on répète trois fois l'opération, qui se fait dans une petite casserole à base large et de forme conique ; après quoi, on verse quelques gouttes d'eau froide pour faire déposer le marc, et on sert aussitôt le café brûlant, souvent dans de petits verres. Le café à la turque se boit dans les pays méditerranéens et au Moyen-Orient. En Arabie, on y ajoute souvent deux grains de cardamome de Madagascar ; en Grèce, on le consomme soit très fort et très sucré, soit mi-fort et peu sucré, ou bien sans sucre et tiède, ou sucré et bouilli plusieurs fois.

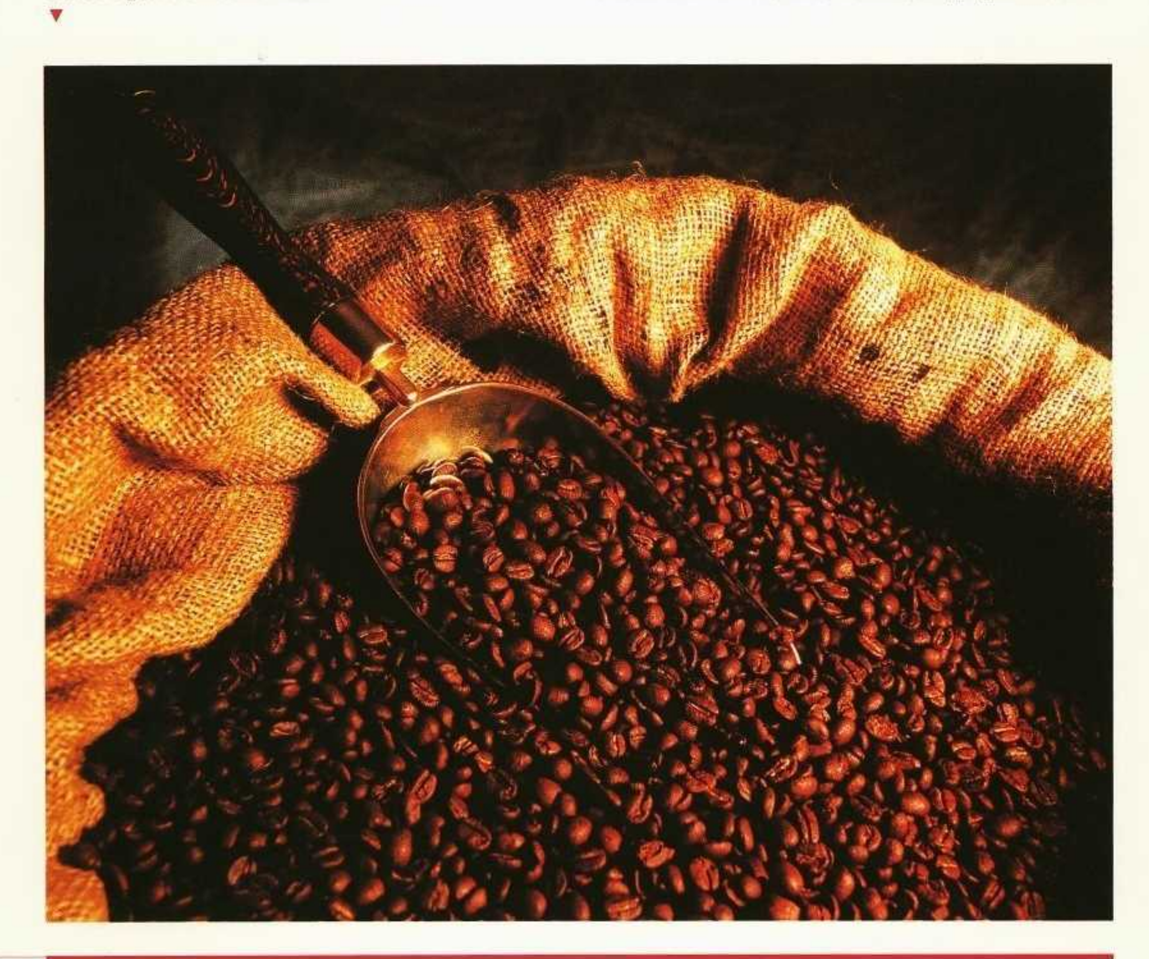
• PROCÉDÉ FRANÇAIS. Il consiste à verser l'eau bouillante sur le café moulu (un peu moins finement), maintenu entre deux grilles perforées qui font office de filtre. Ce procédé porte le nom savant de « lixiviation » (voir PERCOLATEUR). Le café à la française ne doit jamais bouillir et encore moins être réchauffé. Les puristes recommandent l'emploi d'une eau plate peu minéralisée en bouteille (le chlore de l'eau du robinet tue l'arôme) ; celle-ci doit être versée frémissante, le café servi chaud mais non brûlant, et jamais à l'avance. Les tasses ne sont remplies qu'aux trois quarts.

■ **Variantes.** L'express *(espresso)* est un café noir à l'italienne, également très répandu en Autriche, où il porte couramment le nom de « moka », même s'il ne s'agit pas de cette variété de graines de caféier ; il est obtenu par passage de vapeur d'eau bouillante à travers la mouture, tassée dans un appareil sous pression.

Les Italiens ont également fait connaître le *cappuccino* (ainsi appelé à cause de sa couleur brun pâle, qui évoque la robe des frères capucins) ; il s'agit d'une tasse de café fort, additionné de crème mousseuse ou de lait passé à la pression, et servi avec une pincée de chocolat en poudre (en Autriche, il porte le nom de *Kapuziner*). Le café crème, lui, a été introduit par les Viennois : le vrai café crème autrichien s'obtient en déposant une cuillerée de crème fouettée ou de crème fraîche double à la surface du café, sans remuer ; en France, le café est servi déjà mélangé avec du lait.

En Amérique du Sud, où la culture du café fut introduite en 1720, les meilleures variétés sont exportées, mais on consomme sur place beaucoup de *tinto* (café noir fort et très sucré). En Argentine et au Mexique, on boit aussi un café torréfié avec du sucre, qui a un goût accentué de caramel. Aux Antilles, on parfume le café à la vanille, à la cannelle, au gingembre, etc.

Café. Arabica moka.
Le café est généralement livré chez les détaillants dans de grands sacs de corde.
▼



RECETTE DE RENÉ R. KHAWAL,
LA CUISINE ARABE (ALBIN MICHEL)

café arabe
« Mettre 50 g de café arabica moulu très finement et 100 g de sucre cristallisé dans une cafetière à fond large et à col étroit. Faire bouillir 1/2 litre d'eau dans une petite casserole à part et la verser d'un seul coup dans la cafetière. Mettre celle-ci sur le feu et remuer sans arrêt avec une cuillère. Lorsque l'ébullition est atteinte, retirer la cafetière du feu puis la remettre ; répéter cette opération une seconde fois ; à la troisième ébullition, donner un coup sec avec le dessous de la cafetière sur une surface plane. Le marc de café commence alors à précipiter dans le fond. Verser alors dans les tasses en ajoutant dans chacune une petite cuillerée d'eau chaude : le marc précipite totalement. »

café glacé
Préparer 1 litre de café très fort. Mettre dans une terrine 500 g de sucre en morceaux et verser dessus le café chaud. Couvrir et laisser complètement refroidir. Ajouter alors 1 litre de crème épaisse et travailler le mélange dans une sorbetière, en tenant la composition très souple.

café irlandais : irish coffee
Chauffer 1 verre, y verser du sucre et 1 mesure de whisky ; remplir le verre avec du café noir brûlant. Remuer, compléter avec un peu de crème fraîche. Servir aussitôt. (La crème doit rester à la surface du café. Pour l'empêcher de tomber au fond du verre, la diluer avec un peu de lait et la verser doucement le long d'une cuillère.)

café d'Italie : cappuccino
Préparer un espresso très serré. Y ajouter une quantité égale de lait passé à la vapeur, mais non bouilli. Servir dans de grandes tasses, saupoudré de chocolat en poudre.

café de Java : moka
Mélanger 1 tasse de café noir et 1 tasse de chocolat chaud. Ne pas laisser bouillir. Sucrer à volonté.

café liégeois → CAFÉ LIÉGEOIS

café turc
Verser dans une casserole une tasse et demie d'eau. Y jeter 6 cuillerées à café de sucre en poudre. Porter à ébullition. Ajouter 3 cuillerées à soupe bombées de café moulu très finement. Faire bouillir trois fois. Retirer du feu et ajouter quelques gouttes d'eau froide. À l'aide d'une cuillère, mettre dans 4 petites tasses un peu de la mousse qui s'est formée à la surface du café. Remplir ensuite de café, très lentement.

café viennois
Préparer un café fort et le napper d'une couche de crème Chantilly très épaisse.

caramels durs au café → CARAMEL
choux au café, choux à la crème Chiboust au café → CHOU
dacquoise au café → DACQUOISE
éclairs au café → ÉCLAIR
essence de café → ESSENCE
glace au café à la fine champagne → GLACE ET CRÈME GLACÉE
progrès au café → PROGRÈS
religieuses au café → RELIGIEUSE
tartelettes au café ou au chocolat → TARTELETTE
vacherin fin moka → VACHERIN

CAFÉ (ÉTABLISSEMENT) Débit de boissons (café, mais aussi bière, vin, apéritifs et jus de fruits), où sont également proposés quelques plats rapides (croque-monsieur, sandwichs, salades garnies, assiette anglaise).

Le tout premier café du monde fut ouvert à Constantinople en 1550. À Paris, c'est en 1672 qu'un Arménien, nommé Pascal, installa, à l'occasion de la foire Saint-Germain, une petite échoppe où il vendait du café à la tasse, mais dont le succès fut éphémère.

■ **Cafés de Paris :** Palais-Royal, Grands Boulevards, Rive gauche et « bougnats ». Le premier café, au sens moderne, fut le *Procope*, créé en 1686 par un Italien. Dès 1696 se constitua la corporation des « limonadiers et marchands d'eau-de-vie ».

Bientôt, un mode de vie nouveau s'attache à ces établissements : on y lit les nouvelles, on y joue aux échecs ou aux cartes, on y échange des idées, on y fume. L'esprit contestataire y fermente déjà. Les cafés « cénacles » se partagent la clientèle des artistes lyriques, des officiers ou des écrivains.

Au XVIIe et surtout au XVIIIe siècle, le café devient le creuset de la littérature et de la critique littéraire : La Fontaine, Crébillon, Fontenelle, les Encyclopédistes en sont les habitués.

Les cafés des galeries du Palais-Royal – les « portiques de la Révolution » – vont alors connaître une grande vogue. On y discute politique, on y écoute les premiers orateurs, mais c'est aussi le rendez-vous de l'élégance et des modes.

Après la tourmente révolutionnaire s'ouvrent, au début du XIXe siècle, les cafés champêtres, cafés chantants et jardins de plaisir, mais le retour des Bourbons remet à la mode le café politique. Les romantiques ont déserté le Palais-Royal, et la vie littéraire se réfugie dans les salons, où l'on boit plutôt du thé.

Bientôt, lorsque les Grands Boulevards deviennent le pôle d'attraction de la capitale, ce sont le glacier et le restaurateur qui drainent les foules ; le café prend alors plutôt figure de club, de cercle, tandis qu'aux terrasses à la mode on rencontre artistes et chanteurs, écrivains, dandys, grisettes et jeunes lions. Les cafés de la Rive gauche commencent à prendre de l'importance ; c'est le domaine des écrivains, des poètes et des intellectuels.

Dans les années 1900, ce sont les cafés de Montmartre qui voient à leur tour affluer les artistes ; plus tard, Montparnasse prend la vedette. Jusqu'à nos jours, la tradition parisienne de la vie de café a survécu.

Depuis l'arrivée, au siècle dernier, des Auvergnats, marchands de vin et de charbon (les « bougnats »), le « café du coin » entretient, dans tous les quartiers, les rites solidement établis du « petit noir », du « ballon de rouge » ou du pastis pris « sur le zinc », de la partie de cartes et des conversations de « café du Commerce », sur fond sonore de machines à sous ; c'est l'image stéréotypée du « café-bar-tabac », solidement ancrée à Paris comme en province.

■ **Cafés européens.** En Angleterre, où émigra l'Arménien Pascal, le café fit d'abord figure de panacée contre l'alcoolisme, et les maisons de café furent, à la fin du XVIIe siècle, le lieu des réunions publiques des partis. Mais l'opposition du syndicat des brasseurs de bière eut raison de ces maisons de café. De nos jours, le *coffee-shop* est une petite boutique à sandwichs qui vend du café et du thé à la tasse, ainsi que des sodas.

En Allemagne, le café s'installa à Hambourg, à Berlin et surtout à Leipzig, ville d'imprimeurs que fréquentaient les écrivains et les « beaux esprits ». À Berlin, le café se doubla d'une tradition de cabaret de chansonniers. Mais les Allemands consomment surtout du café en famille, avec beaucoup de pâtisseries ; c'est d'ailleurs plutôt une boisson « de dame », les hommes buvant de la bière.

À Vienne, en Autriche, le café est solidement établi depuis que les Turcs, en 1683, abandonnèrent un butin de guerre de 500 sacs de café dont hérita Kolschitzky, héros de la victoire contre les envahisseurs. C'est lui qui transforma le café à la turque en café à la viennoise (filtré, parfumé au miel et additionné de crème), que l'on dégustait avec des croissants.

Le Viennois a toujours considéré le café comme le prolongement naturel de son foyer et de son bureau : il y passe de longues heures le matin pour lire les nouvelles, l'après-midi pour traiter des affaires, le soir pour discuter, recevoir, jouer au billard. Et c'est à Vienne qu'est né le café-concert.

Les grands cafés viennois, qui continuent de perpétuer la tradition, avec leurs tentures, leurs lumières tamisées et leurs boiseries, sont le *Landtmann*, le *Hewelka* (de tradition littéraire et artistique) et le *Sacher*, véritable institution nationale. On retrouve cette même conception du grand café, à la fois salon de thé, haut lieu politique et cercle littéraire, à Lisbonne et à Budapest.

En Italie, les cafés ont existé dès le XVIIe siècle (avant que les premiers ne s'ouvrent en France), notamment à Venise, où la « boutique de café » fit très tôt partie du décor quotidien. Mais les plus célèbres datent du XVIIIe siècle : le *Greco*, à Rome, et surtout le *Florian*, à Venise, avec ses concerts publics offerts sous les arcades de la place Saint-Marc et ses nombreux salons raffinés.

CAFÉ ANGLAIS Établissement créé boulevard des Italiens, à Paris, en 1802. À la mode anglaise, on y servait des « déjeuners à la fourchette » (voir CAFÉ HARDY). Il eut d'abord une clientèle de cochers et de domestiques. En 1822, son nouveau propriétaire, Paul Chevreuil, en fit un restaurant à la mode, réputé pour ses rôtis et ses grillades.

Mais c'est avec l'arrivée d'Adolphe Dugléré (1805 - 1884) que le *Café Anglais* acquit une haute réputation gastronomique et fut dès lors fréquenté par le monde de la finance et le Tout-Paris élégant et fortuné.

La maison fut démolie en 1913, mais sa cave et les boiseries du Grand Seize, cabinet particulier où soupèrent les grands de ce monde, furent rachetées par André Terrail, propriétaire de *La Tour d'Argent*, qui avait épousé la fille du dernier propriétaire.

CAFÉ DES AVEUGLES Établissement ouvert pendant la Révolution française, au Palais-Royal, à Paris, dans le sous-sol de chez *Lemblin*, et d'abord fréquenté par les sans-culottes. Un écriteau annonçait : « Ici on s'honore du titre de citoyen, on se tutoie et l'on fume. »

Un orchestre composé de cinq aveugles, dont une femme, animait des soirées bruyantes, dont, prétendait-on, les musiciens ne pouvaient bien sûr voir les scènes de débauche. Cet estaminet lyrique ferma ses portes en 1867.

CAFÉ DU CAVEAU Établissement ouvert à Paris en 1784 par Cuisinier, dans la galerie de Beaujolais, au Palais-Royal, et fréquenté par des artistes et des musiciens. On y servait surtout du café à la crème et du chocolat. Dans un petit temple à colonnes appelé « la Rotonde », construit devant les arcades du café en 1802, on montrait la table où Bonaparte aurait consommé. Le *Café du Caveau* fut en activité jusque vers 1885.

CAFÉ DE FOY Établissement ouvert à Paris vers 1725, sous les arcades de la galerie de Montpensier, au Palais-Royal. Renommé pour ses glaces et ses sorbets, il fut le lieu historique d'où Camille Desmoulins harangua la foule le 13 juillet 1789. Les Jacobins et les Muscadins en firent alternativement leur quartier général, purifiant à chaque fois les lieux en faisant brûler du genièvre. Il est à noter que la pipe en fut toujours proscrite. L'endroit passa soudain de mode après 1820 ; le fonds, mis en vente en 1863, ne trouva pas d'acquéreur.

CAFÉ HARDY Établissement ouvert en 1799, boulevard des Italiens, à Paris, qui devint célèbre à partir de 1804, lorsque Mme Hardy lança les « déjeuners à la fourchette », pourtant fort chers. Les clients choisissaient leur viande sur un buffet, puis un maître d'hôtel piquait celle-ci avec une fourchette et la faisait griller sur un gril d'argent disposé dans une cheminée de marbre blanc.

Cambacérès affirma un jour : « Il faut être bien riche pour aller chez Hardy et bien hardi pour aller chez Riche » (autre café célèbre du boulevard).

La maison périclita vers 1836, puis l'immeuble fut démoli, pour être remplacé, quatre ans plus tard, par *La Maison dorée*.

CAFÉ AU LAIT Infusion de café additionnée de lait, qui constitue le petit déjeuner le plus répandu en France. Sa vogue, venue de Vienne, remonte à la fin du XVIIe siècle, et ce fut la boisson favorite de Marie-

Antoinette. Les avis ont toujours été partagés sur cette boisson, accusée d'être indigeste et peu raffinée, et qui pourtant, au XVIIe siècle, était recommandée pour ses qualités nutritives. Et dans les campagnes du Nord et de l'Est, le repas du soir resta longtemps un bol de café au lait, avec des tartines et du fromage.

CAFÉ LIÉGEOIS Coupe glacée au café, d'origine viennoise, qui a conquis l'Europe. Le café viennois fut débaptisé pendant la Première Guerre mondiale, en raison de la consonance germanique de son appellation.

café liégeois

Mettre 2 boules de glace au café et 1 tasse de café froid très fort dans un mixeur. Faire tourner l'appareil quelques secondes. Verser dans un grand verre. Surmonter de crème Chantilly, joliment disposée à l'aide d'une poche à douille, et décorer éventuellement de quelques grains de café.

CAFÉ DE MADRID Établissement du boulevard Montmartre, à Paris, qui connut une vogue soudaine et inespérée à partir de 1861, lorsque le patron du *Café des Variétés*, situé en face, refusa de s'abonner au journal *le Boulevard*, que venait de créer l'un des habitués.

Par solidarité avec ce dernier, une partie de la clientèle déserta et rallia le *Café de Madrid*, où se réunissaient déjà de nombreux opposants au régime impérial. Gambetta, Henri de Rochefort, Baudelaire, Villiers de L'Isle-Adam, Monselet et de futurs membres de la Commune (1871) le fréquentèrent assidûment. Alphonse Allais fut également un habitué du *Madrid*.

CAFÉ NAPOLITAIN Établissement situé au numéro 1 du boulevard des Capucines, à Paris, qui fut réputé, de 1870 à 1910, pour ses glaces et ses sorbets. Sa terrasse élégante était fréquentée par le Tout-Paris et quelques personnalités comme Courteline, Catulle Mendès, Barbey d'Aurevilly, Lucien Guitry, Jean Lorrain, Laurent Tailhade, etc.

CAFÉ D'ORSAY Établissement installé à Paris au début du XIXe siècle, à l'angle du quai d'Orsay (aujourd'hui quai Anatole-France) et de la rue du Bac, qui fut le rendez-vous des officiers d'une caserne occupant alors l'emplacement du « palais » d'Orsay. Les écrivains Musset et Barbey d'Aurevilly en furent également des habitués. Il fut ensuite le quartier général des membres du comité central de la Commune avant de devenir un restaurant réputé dans les années 1875.

CAFÉ DE LA PAIX Établissement ouvert en 1862 au rez-de-chaussée du *Grand Hôtel*, boulevard des Capucines, à Paris, et décoré par Garnier, où, à la Belle Époque, les snobs venaient, dans les salons éclairés au gaz, « déjeuner à la fourchette » (voir CAFÉ HARDY) ou souper après l'opéra, pour goûter les spécialités de chefs réputés de l'hôtel (dont Nignon et Escoffier au début du XXe siècle). Massenet, Zola et Maupassant, puis Truman, Leclerc, la Callas et Chagall comptèrent parmi les habitués du *Café de la Paix*, rendez-vous international artistique et mondain.

CAFÉ DE PARIS Établissement ouvert à Paris en 1822, boulevard des Italiens, et considéré jusqu'à sa disparition, en 1856, comme le « temple de l'Élégance ». Être admis parmi les dandies et les élégantes qui le fréquentaient, avec les écrivains Musset, Balzac, Dumas, Gautier et Véron, donnait un brevet de parisianisme. La cuisine y était spectaculaire mais interdite aux noctambules : la propriétaire, la marquise de Hertford, avait en effet spécifié dans le bail que le café fermerait ses portes, en toute saison, à dix heures du soir.

Un autre *Café de Paris*, aussi brillant, aussi élégant et aussi cher que le premier, a existé dans la capitale de 1878 à 1953, avenue de l'Opéra. Il fut fréquenté à la fin du siècle par les Goncourt, leurs amis et le prince de Galles, le futur Édouard VII, et accueillit des chefs réputés dont les créations ont fait date.

CAFÉ TURC Établissement ouvert en 1780, boulevard du Temple, à Paris, et entièrement décoré « à la turque ». Kiosques, tonnelles et charmilles illuminés chaque soir s'élevaient dans les jardins, le long du boulevard. Un orchestre réputé y jouait des quadrilles. Le *Café Turc* ne survécut pas aux transformations du boulevard.

CAFÉ DES VARIÉTÉS Établissement ouvert en 1807, boulevard Montmartre, à Paris, qui était le lieu de rencontre des acteurs du théâtre des Variétés. Il fermait tard, et des noctambules célèbres (Villiers de L'Isle-Adam, Daudet, Murger, Baudelaire, Banville) venaient y déguster la soupe à l'oignon. Son déclin date des années 1860.

CAFÉINE Alcaloïde présent dans le café (de 1 à 2 %), le thé (de 1,5 à 3 %) et la noix de kola (de 2 à 3 %), qui possède des propriétés stimulantes, toniques et diurétiques. La quantité de caféine contenue dans une tasse de café varie selon l'origine des grains (le robusta en apporte deux fois et demie plus que l'arabica) ; c'est aussi le cas pour les thés. Il existe aujourd'hui des cafés décaféinés et des thés déthéinés.

CAFÉTÉRIA Lieu de restauration rapide où les plats, chauds et froids, tout préparés, sont présentés en libre service sur des comptoirs, ou dans des distributeurs automatiques. On y mange debout ou assis. Boissons chaudes et froides sont proposées de la même façon. Le *coffee-shop*, venu des pays anglo-saxons (où l'habitude de déjeuner rapidement de sandwichs est très courante), exploite une formule similaire, complétée cependant par un service à la place.

CAFETIÈRE Ustensile ménager servant à faire ou à servir le café. Lié en France à l'introduction du café, l'usage de la cafetière se répandit au XVIIIe siècle, sous Louis XV ; celle-ci était alors munie d'un réchaud et d'une lampe à alcool. Pendant longtemps, il n'exista que deux modèles de cafetières : l'infusoir

(où le café est retenu dans une chausse, ou chaussette) et la cafetière « à la Dubelloy », apparue après 1850, où le café est filtré et qui reste le type de la « cafetière de grand-mère », en terre à feu et à panse renflée. Un autre principe se répandit entre les deux guerres ; il se fonde sur deux boules de verre trempé (type « Cona »), superposées et chauffées par une lampe à alcool : sous l'effet de la chaleur, l'eau placée dans la boule du bas monte, traverse le café qui se trouve dans la boule du haut, redescend, puis remonte deux ou trois fois. Il faut attendre les années 1950 et l'influence italienne pour voir apparaître d'autres modèles, que l'on pose directement sur le feu, l'eau et le café étant placés dans des compartiments séparés. Apparaissent également la cafetière à filtre de papier spécial et la cafetière à piston filtrant (voir PERCOLATEUR).

Les cafetières électriques, qui ont conservé le principe de la mouture très fine, fonctionnent à la pression *(espresso)* ou avec un filtre (goutte à goutte, à la vapeur) ; certaines permettent de doser la force de l'infusion par un passage plus ou moins rapide de l'eau.

La cafetière de service qui peut être en matériaux très divers, est moins utilisée aujourd'hui, sauf dans le service hôtelier, depuis la diffusion des cafetières électriques, dont le bol sert aussi de verseuse.

CAHORS Vin AOC rouge du Sud-Ouest, très charpenté et coloré, issu de vignobles poussant sur le causse.

CAILLE Petit oiseau migrateur de la famille des phasianidés, proche de la perdrix, qui séjourne en France, dans les régions de plaine, d'avril à octobre, mais qui devient très rare ; au Canada, son équivalent sauvage porte le nom de « colin de Virginie ». Une race originaire d'Extrême-Orient est maintenant élevée comme volaille (voir tableau des volailles page 1 106). Délicate et savoureuse, la « caille de fusil », grasse et ronde en automne, ne doit jamais être faisandée ; elle s'apprête comme la caille engraissée en captivité, qui est moins parfumée, mais assez fine. Toujours vidées et le plus souvent bardées, les cailles, qui pèsent de 150 à 200 g, sont rôties et grillées (notamment en brochettes), sautées, braisées (avec des raisins) ou farcies et présentées sur canapé, mais également apprêtées en pâté, en chaud-froid ou en terrine. Les œufs de caille, gros comme des mirabelles, jaune-vert et tachetés de brun, se servent durs, en cocotte ou en gelée.

cailles en casserole Cinq-Mars

Plumer, vider, brider et flamber les cailles. Préparer une julienne de rouge de carotte, d'oignon et de céleri en branche. La faire fondre au beurre, saler, poivrer. Dorer les cailles au beurre, puis les saler, les poivrer, les napper de la moitié de la julienne, ajouter 2 ou 3 cuillerées à soupe de xérès, couvrir et cuire 10 min au four préchauffé à 275 °C. Débrider les cailles, les ranger dans un poêlon ou une jolie cocotte. Les parsemer d'une julienne de champignons (sauvages si possible) et de truffes ou de pelures de truffe. Les napper du reste de julienne, ajouter le fond de cuisson, 2 cuillerées à soupe de cognac et quelques noisettes de beurre. Couvrir la cocotte et luter le couvercle avec de la farine et de l'eau. Mettre la cocotte dans un bain-marie, faire partir l'ébullition sur le feu, puis placer le tout dans le four baissé à 210 °C et cuire encore 30 min. Retirer le couvercle et servir brûlant.

cailles aux cerises

Équeuter et dénoyauter 1 kg de griottes. Les mettre dans une casserole avec 250 g de sucre et 1 dl d'eau, les pocher de 8 à 10 min, puis ajouter 3 cuillerées à soupe de gelée de groseille et cuire encore 5 min. Rôtir des cailles. Quand elles sont cuites, ajouter les cerises et un peu de leur jus dans le plat de cuisson et réchauffer. Servir les cailles entourées des cerises.

RECETTE ANCIENNE

cailles en chemise

« Nettoyer du boyau de porc. Garnir des cailles de farce à gratin, les trousser, les saler et les poivrer, les enfermer séparément dans un petit morceau de boyau. Ficeler chaque extrémité. Plonger les cailles dans un fond clair bouillant. Les laisser pocher une vingtaine de minutes. Égoutter, sortir les cailles du boyau, faire réduire le fond et en napper les cailles. On peut remplacer le fond par un consommé de volaille bien aromatisé et fortement réduit. »

cailles farcies en caisses

Plumer, vider et désosser 8 cailles. Ajouter à 175 g de farce à gratin 3 ou 4 foies de poulet hachés et 1 cuillerée à soupe de pelures de truffe ciselées. Garnir chaque oiseau d'un huitième de cette farce. Remettre les cailles en forme. Les entourer d'une bande de papier beurré. Les placer, bien serrées les unes contre les autres, dans une cocotte beurrée. Arroser d'un peu de beurre fondu, saler, poivrer ; cuire à couvert de 18 à 20 min dans le four préchauffé à 250 °C. Sortir les cailles du récipient de cuisson, les débarrasser de leur papier et les mettre dans des caisses ovales en papier. Les arroser avec la cuisson déglacée au madère. Remettre les caisses 5 min au four et les dresser dans le plat de service. Selon la même méthode, on peut aussi préparer des cailles en caisses à l'italienne (avec sauce italienne) ; des cailles Lamballe (sur julienne de champignons et de truffes liés à la crème) ; des cailles Lucullus (garnies de morceaux de foie gras et de truffe) ; des cailles à la mirepoix (nappées du fond de cuisson additionné de fondue de légumes à la mirepoix) ; des cailles Mont-Bry (garnies d'une farce de volaille truffée, arrosées de leur cuisson déglacée au champagne et accompagnées de crêtes et de rognons de coq) ; des cailles à la Périgueux (couronnées de lames de truffe et nappées de sauce Périgueux) ; des cailles à la strasbourgeoise (farcies de foie gras de Strasbourg), etc.

▶
Cailles en feuilles de vigne
Recette voir page 188.



cailles farcies Monselet
Plumer, vider et désosser à moitié les cailles. Les farcir d'un salpicon de truffes et de foie gras. Les envelopper séparément dans un morceau de mousseline et les pocher 15 min dans un fond de gibier au madère, préparé avec les carcasses et les parures. Égoutter les oiseaux, les déballer, les mettre dans une cocotte en terre avec une garniture composée de fonds d'artichaut escalopés et dorés au beurre, de champignons de couche et d'épaisses lames de truffe. Passer au tamis le fond de cuisson, y ajouter une quantité égale de crème fraîche épaisse et faire réduire. Arroser les cailles de cette préparation. Couvrir et mettre 10 min au four préchauffé à 180 °C. Servir dans le récipient de cuisson.

cailles farcies à la périgourdine en gelée
Préparer et farcir des cailles, en ajoutant à la farce des dés de foie gras. Les remettre en forme et les envelopper séparément dans une mousseline. Les faire pocher de 20 à 25 min dans un fond de gelée de viande au madère. Les laisser refroidir dans la gelée, les égoutter avant que celle-ci ne soit prise, les déballer, les éponger. Les ranger dans une terrine ronde, assez basse. Clarifier la gelée, puis en recouvrir les cailles. Mettre dans le réfrigérateur jusqu'au moment de servir.

cailles en feuilles de vigne
Laver et sécher 4 grandes feuilles de vigne fraîches. (Si elles sont en conserve, les rincer abondamment, les éponger et ôter les pétioles.) Vider 4 cailles, les saler et les poivrer. Beurrer largement les poitrines et les cuisses. Appliquer une feuille de vigne sur la poitrine de chaque caille et replier les bords par-dessous. Enrouler tout autour 2 fines bardes de lard et ficeler les cailles. Les envelopper étroitement une par une dans une feuille d'aluminium. Cuire les papillotes 20 min au four chaud ou dans les cendres d'un feu de bois, ou les rôtir 15 min à la broche. Servir les oiseaux, déficelés et sans les bardes, coupés en deux dans la longueur. Accompagner de chips et de cresson ou de petites brochettes de champignons. (**Voir** photographie page 187.)

cailles grillées petit-duc
Faire griller des cailles enduites de beurre fondu et de mie de pain. Les dresser sur des pommes Anna. Poser sur chaque caille un gros champignon grillé. Arroser de quelques cuillerées de fumet de gibier additionné de madère réduit et de beurre.

cailles à la romaine
Éplucher et hacher une douzaine de petits oignons nouveaux. Couper en petits dés 100 g de jambon cuit. Écosser des petits pois frais pour en avoir 1 kg à faire cuire. Dorer les oignons et le jambon dans une cocotte avec 30 g de beurre. Ajouter les petits pois, 1 pincée de sel, 1 pincée de sucre et 1 petit bouquet garni ; couvrir et laisser mijoter 20 min. Parer et trousser 8 cailles, puis les faire raidir au beurre à feu vif dans une autre cocotte. Ajouter les légumes, couvrir et cuire 20 min au four préchauffé à 230 °C. Servir dans le récipient de cuisson.

cailles rôties
Envelopper les cailles dans une feuille de vigne, puis dans une fine barde de lard ; les brider et les cuire à la broche, devant un feu vif, ou au four, de 15 à 20 min. Les dresser sur des canapés farcis. Garnir de cresson et de citron en quartiers et servir à part le jus déglacé.

petits œufs de caille en coque d'oursin → ŒUF À LA COQUE

CAILLÉ Lait dont la caséine a coagulé naturellement, sous l'effet de l'acide lactique, ou artificiellement, sous l'action d'une présure ou de la fermentation naturelle. C'est le stade initial de la fabrication des fromages. Le lait caillé naturel a toujours été, dans les campagnes, un dessert traditionnel constituant parfois l'essentiel du dîner ; on le mange sucré, mêlé de fruits, ou salé, condimenté de fines herbes, le plus souvent avec des pommes de terre à l'eau, notamment en Bretagne (c'est le « lait cuit » ou « marri ») et en Lorraine (où il s'appelle « matton » ou « brocq »).

En Corse, selon la tradition, la jeune épousée reçoit, sur le seuil de son foyer, un bol de lait de chèvre caillé avec une caillette (estomac) de chevreau de lait.

CAILLEBOTTE Fromage de lait de vache en Aunis et en Saintonge, de lait de chèvre en Saintonge et en Poitou (taux de matières grasses variable), à pâte fraîche (**voir** tableau des fromages français page 494). La caillebotte, de divers poids et formes, est fabriquée à la ferme ; le lait est souvent caillé par adjonction d'une pincée de chardonnette, la fleur de l'artichaut sauvage. On l'appelle aussi « jonchée », du nom des vanneries dans lesquelles elle est mise à égoutter.

caillebottes poitevines
Faire macérer une pincée de chardonnette dans très peu d'eau pendant 5 ou 6 heures. Verser le jus dans 1 litre de lait frais et laisser reposer jusqu'à coagulation. Diviser la masse obtenue en carrés et porter à ébullition sur feu doux : les morceaux sont cuits quand ils se séparent et nagent dans le petit-lait. Laisser refroidir, enlever le petit-lait et le remplacer par du lait frais. Coiffer de crème fraîche et sucrer à volonté.

CAILLETTE Crépinette à base de hachis de porc et de verdure, cuite au four et mangée froide ou réchauffée (**voir** tableau des pâtés page 767). L'Ardèche revendique la paternité des caillettes, mais on en prépare dans tout le Sud-Est. Selon les régions, ou même les villages, l'assaisonnement et les éléments secondaires varient : caillettes tricastines aux truffes de Pierrelatte, aux épinards de Soyans, aux légumes verts de Chabeuil (où fut créée, en 1967, la Confrérie des chevaliers du Taste-Caillette), au foie de porc et aux bettes de Valence, au foie de porc à la pugétoise de Puget-Théniers. Quant aux caillettes de Cornouailles, elles sont servies avec une sauce à la moutarde et une purée de pomme de terre.

Le mot « caillette » désigne aussi la dernière poche de l'estomac du veau ou du chevreau, qui, une fois séchée, permet de faire coaguler le lait pour la fabrication de certains fromages.

caillettes ardéchoises
Faire blanchir 250 g de feuilles de bettes, autant d'épinards et une grosse poignée de pissenlits, d'orties et de coquelicots. Les égoutter et les hacher. Hacher d'autre part 250 g de foie de porc et autant de mou avec un peu de lard gras. Dorer au saindoux 1 oignon haché. Ajouter la viande, les herbes et 1 pointe d'ail ; saler et poivrer ; laisser cuire 5 min en remuant. Avec cette farce, modeler 8 boulettes de la grosseur d'une mandarine. Les envelopper de crépine de porc et les disposer, serrées, dans un plat en terre. Poser sur chaque caillette 1 lame de lard gras et cuire 10 min au four préchauffé à 220 °C. Laisser refroidir. Ces caillettes se conservent dans des pots de grès, recouvertes de saindoux. On les sert chaudes, revenues dans du saindoux, ou froides, avec une salade de pissenlit.

CAISSE ET **CAISSETTE** Apprêts de cuisine ou de pâtisserie-confiserie. Les préparations salées en « caisse » ou « en caissette » sont des hors-d'œuvre chauds ou des petites entrées ; elles sont servies dans de petits récipients ronds ou ovales, en différents matériaux.

Les petits-fours et certaines confiseries ou pâtisseries sont présentés dans des caissettes en papier plissé. Les caisses de Wassy sont une confiserie réputée de la Champagne, faite de meringue aux amandes.

Le mot « caisse » désigne également certains ustensiles de cuisine : caisse (ou moule) à génoise, caisse de cuisson à asperges, caisse à bain-marie.

▶ **Recette** : ROUGET.

CAKE Pâtisserie qui, en France, se prépare selon une recette bien définie. En forme de parallélépipède, le cake est fait de pâte additionnée de levure chimique, garnie de fruits confits et de raisins secs, parsemée d'amandes effilées et cuite dans un moule spécial à bords hauts, chemisé de papier sulfurisé.

La réussite d'un cake exige un respect scrupuleux des proportions de sucre et de farine pour que les fruits restent répartis uniformément dans la pâte, sans tomber au fond ; la cuisson doit également être bien conduite : à chaleur assez vive au début, puis progressivement réduite. Enveloppé d'aluminium ménager et placé dans une boîte étanche, le cake se conserve bien ; il se sert en tranches, souvent avec le thé.

En Grande-Bretagne et aux États-Unis, le mot *cake*, précédé d'un qualificatif ou d'un nom de ville, s'applique à des pâtisseries du genre biscuit ou pudding : spécialités régionales *(Dundee cake, Eccles cake)*, gâteaux de fête (*wedding cake* [mariage], *christmas cake* [Noël], *birthday cake* [anniversaire]), préparations familiales (*sponge cake* [biscuit mousseline], *almond cake* [aux amandes], *plum cake* [aux prunes], *chocolate cake*, *pound cake* [quatre-quarts], etc.) ou de petits biscuits (*oatcakes* [à l'avoine], *shortcakes* [sablés], etc.).

cake
Faire ramollir d'une part 125 g de beurre à température ambiante. Mélanger dans une terrine 125 g de beurre ramolli, 125 g de sucre semoule et 1 pincée de sel ; incorporer 3 œufs, un par un. Mélanger d'autre part 180 g de farine avec 1 sachet de levure chimique ; rincer et éponger 250 g de raisins de Corinthe, les mettre dans la farine et bien mélanger à la cuillère de bois. Incorporer cette préparation à la précédente et laisser reposer 30 min dans le réfrigérateur. Beurrer un moule à cake de 23 cm de long à la base, le garnir de papier sulfurisé, beurrer celui-ci, emplir avec la pâte. Cuire 10 min au four préchauffé à 240 °C, puis réduire la température à 180 °C et poursuivre la cuisson 45 min. Vérifier que le cake est à point en le piquant avec la pointe d'un couteau, qui doit ressortir nette. Laisser tiédir avant de démouler et faire refroidir sur une grille.

cake au miel et aux cerises confites
Mélanger 100 g de sucre semoule, 100 g de beurre ramolli en parcelles et 1 grosse pincée de sel, ajouter 2 cuillerées à soupe de miel liquide, 1 sachet de levure chimique et 200 g de farine tamisée en pluie, et enfin 3 œufs, un par un. Parfumer avec 2 cuillerées à soupe de rhum. Couper en deux des cerises confites (125 g) et les ajouter à la pâte. Verser aussitôt celle-ci dans un moule à cake beurré et cuire 45 min au four préchauffé à 190 °C. Si le cake se colore trop vite, le couvrir de papier d'aluminium. Quand le cake est cuit, le laisser tiédir, le démouler, le faire refroidir sur une grille et le décorer de cerises confites et de bâtonnets d'angélique.

petits cakes du Yorkshire
Délayer 15 g de levure de boulanger dans 1/3 de verre de lait tiède. Ajouter 125 g de farine tamisée et travailler le mélange pour obtenir une pâte molle qui colle aux doigts. Rouler la pâte en boule et laisser reposer ce levain sous un torchon, jusqu'à ce qu'il ait doublé de volume. Mélanger intimement 75 g de sucre semoule et 100 g de beurre ramolli. Incorporer 125 g de farine tamisée et 2 œufs, un par un. Couper en petits dés 125 g de fruits et un morceau de gingembre, confits, et les ajouter à cette préparation. Incorporer le levain en rompant la pâte plusieurs fois. Diviser alors celle-ci en 8 portions et les façonner en cylindres. Dorer ces cakes à l'œuf battu dans un peu de lait, les disposer, bien espacés, sur la tôle beurrée du four et laisser lever encore 2 heures. Cuire de 30 à 35 min au four préchauffé à 180 °C : les gâteaux doivent être blonds.

CALCIUM Élément minéral indispensable à l'organisme humain, stocké presque uniquement dans les os. Son rôle est essentiel dans la constitution et l'entretien du capital osseux, pour le contrôle du rythme cardiaque, la coagulation sanguine, etc.

Le besoin quotidien de calcium, chez l'adulte, est de 800 mg (1 000 mg en période de croissance ou de grossesse, 1 200 mg pendant l'allaitement et chez les personnes âgées). Les principales sources de calcium

sont le lait (1 250 mg pour 1 litre), le yaourt (même taux) et les fromages (de 75 à 1 200 mg pour 100 g). Il y en a également dans les œufs et les légumes.

CALDEIRADA Bouillon portugais épais à base de mollusques et de poissons au vin blanc, versé sur des tranches de pain dorées à l'huile d'olive.

caldeirada
Mélanger 1 oignon finement haché, 1/4 de poivron haché, 2 petites tomates pelées, épépinées et concassées, 1/2 cuillerée à café d'ail pilé, du sel et du poivre noir du moulin. Mettre dans une cocotte épaisse 12 palourdes avec 0,5 dl d'huile d'olive, couvrir avec la moitié du mélange de légumes, puis 400 g de tronçons de poisson débarrassés de leur peau et de leurs arêtes, et 300 g de calmars nettoyés et coupés en lanières. Couvrir avec le reste des légumes. Arroser de 2 dl de vin blanc, porter à ébullition, couvrir et laisser mijoter 20 min. Chauffer dans un poêlon 0,5 dl d'huile d'olive et y dorer 4 tranches de pain de mie, des deux côtés. Les égoutter sur du papier absorbant. Poser sur chaque assiette une tranche de pain. L'arroser d'une louche de bouillon, puis disposer dessus poissons, palourdes et calmars. Poudrer généreusement de persil ciselé.

CALDO VERDE Plat national portugais, consistant en un potage préparé à l'huile d'olive avec des pommes de terre et du chou vert, garni de rondelles de saucisson à l'ail, que l'on accompagne de pain de maïs et de vin rouge. Le chou frisé portugais, vert foncé et très parfumé, doit être taillé en très fines lanières.

CALEBASSE Nom générique des fruits de diverses plantes de la famille des cucurbitacées. La calebasse douce provient d'un arbrisseau rampant d'Amérique et d'Afrique ; sa pulpe blanche et délicate se mange crue, en salade, cuite au four ou bouillie, voire en daube, avec du lard et des fines herbes (Martinique), ou en cari, avec du bœuf (Sri Lanka). Au Japon, la chair de certaines variétés, séchée et découpée en fines lamelles, est utilisée pour garnir des soupes. En séchant, la calebasse devient dure et ligneuse ; vidée, elle sert alors à fabriquer des ustensiles de cuisine, des gourdes, des petits récipients.

En Amérique du Sud, on tire de la pulpe un liquide dont on fait un sirop réputé.

CALENDAIRE (CUISINE) Inventaire des plats cuisinés et des pâtisseries préparés traditionnellement à l'occasion d'une fête, le plus souvent religieuse, ou lors des événements qui rythment la vie rurale (vendanges, moissons, etc.). Ces mets avaient en commun deux particularités : une valeur alimentaire exceptionnelle, pour rompre avec un ordinaire frugal ou peu varié, et surtout une signification magique ou symbolique.

CALISSON Friandise en forme de navette, de fabrication artisanale et sans doute très ancienne, qui est la spécialité d'Aix-en-Provence. Les calissons sont généralement faits d'un mélange d'amandes mondées et de fruits confits (du melon avec un peu d'orange), additionné de sirop et d'eau de fleur d'oranger. Cette préparation est posée sur un fond de pain azyme et recouverte de glace royale.

CALMAR Mollusque marin, de l'ordre des décapodes, voisin de la seiche, appelé aussi calamar, encornet, chipiron (sur la côte basque) ou supion (dans le Midi). Mesurant 50 cm environ, il a un corps fusiforme recouvert de membranes noirâtres, avec deux nageoires triangulaires à l'arrière ; sa tête, petite et globuleuse, porte 10 tentacules, dont deux très longs. Comme la seiche, il possède une poche à encre. Les calmars sont vendus entiers ou nettoyés, parfois séchés.

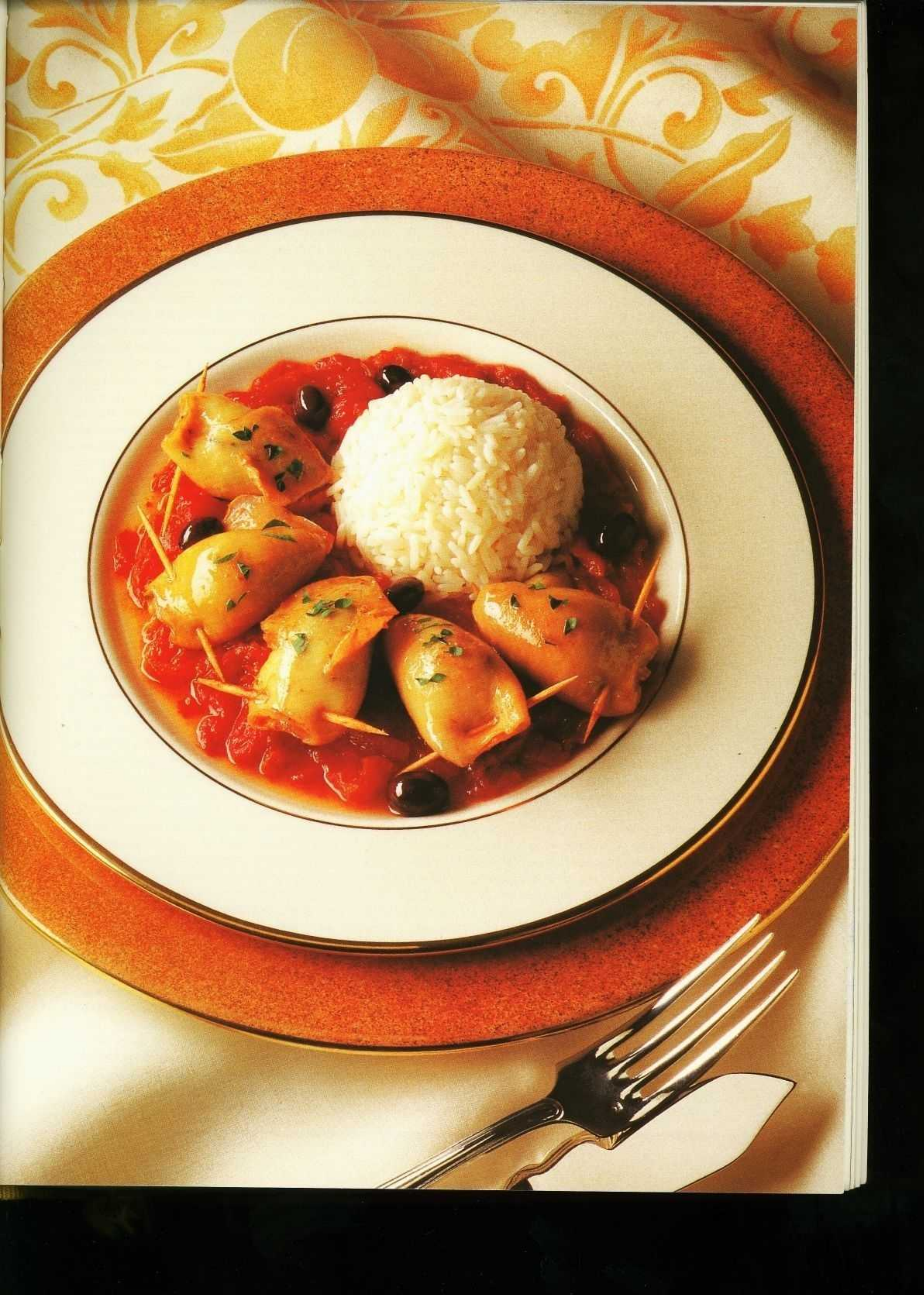
Dans les pays méditerranéens, on les cuisine farcis à la tomate, cuits en sauce à l'américaine ou au vin blanc, froids avec un aïoli, ou encore frits. Leur apprêt le plus traditionnel est espagnol : ils sont cuits *en su tinta*, dans une sauce noire faite avec leur encre (préparation que l'on retrouve à Venise, où elle accompagne la polenta).

calmars à l'andalouse
Laver, éponger et tailler en lanières 1 kg de blancs de calmar. Les faire raidir à l'huile d'olive très chaude. Passer 3 ou 4 poivrons au gril, les peler, les épépiner et les couper en lanières. Éplucher 3 oignons et les couper en rouelles. Ébouillanter 4 ou 5 tomates, les peler, les épépiner et les concasser. Couper 100 g de pain de campagne en dés et les faire dorer dans de l'huile d'olive très chaude. Ajouter aux calmars les lanières de poivron, puis les oignons et enfin les tomates, et faire revenir le tout. Arroser de 1 verre de vin blanc très sec et cuire doucement de 35 à 45 min. Hacher ensemble les dés de pain, 1 petit bouquet de persil, 3 ou 4 grosses gousses d'ail épluchées ; ajouter 1 mesure de safran, 75 g de poudre d'amande et 2 cuillerées à soupe d'huile. Verser cette préparation sur les calmars cuits, bien mélanger et rectifier l'assaisonnement. Servir brûlant avec du riz.

RECETTE DU RESTAURANT *LE JARDIN*, DU *ROYAL MONCEAU*, MR CIRINO, À PARIS

calmars farcis
« Séparer les tentacules des poches de 12 petits calmars de 10 cm de long ; retirer les plumes et les peaux des poches et les rincer abondamment. Les essuyer, les saler et les poivrer fortement. Hacher les tentacules et les faire revenir à l'huile d'olive dans une casserole à fond épais. Ajouter 4 oignons nouveaux épluchés et hachés, cuire doucement 10 min jusqu'à évaporation de l'eau, ajouter 1/2 bouquet de persil ciselé, 50 g de cubes de pain de mie frits, 1 gousse d'ail hachée et de 1 pincée de piment d'Espelette. Farcir de cette

Calmars farcis
Recette du Jardin, *du* Royal Monceau



préparation les poches de calmar et les fermer aux deux bouts avec des bâtonnets en bois. Les faire colorer à l'huile d'olive. Passer les poivrons sous le gril, les évider et les peler ; ébouillanter les tomates, les peler et les épépiner ; dénoyauter les olives. Mettre tous ces légumes dans le fond d'une petite braisière et poser dessus les calmars farcis. Couvrir et cuire 1 h 30 au four préchauffé à 200 °C, en arrosant souvent. Rectifier l'assaisonnement et servir saupoudré de persil haché. »

calmars sautés à la basquaise
Laver 500 g de blancs de calmar, les éponger et les couper en lanières. Épépiner 4 ou 5 poivrons rouges et verts, et les tailler en languettes. Émincer 4 oignons. Peler et concasser 500 g de tomates fraîches. Faire revenir dans de l'huile les poivrons, puis les oignons, les calmars et 1 ou 2 gousses d'ail écrasées. Après 15 min, ajouter les tomates et 1 bouquet garni. Saler et poivrer. Laisser mijoter 10 min en couvrant à moitié le récipient. Servir parsemé de persil ciselé.

CALORIE Nom donné couramment à la grande calorie (ou kilocalorie), la « vraie » calorie des physiciens étant mille fois plus petite. Une calorie représente la quantité de chaleur nécessaire pour faire passer 1 litre d'eau de 15 à 16 °C (sous pression atmosphérique normale). C'est aussi l'unité utilisée en nutrition pour mesurer l'apport énergétique des aliments et les besoins de l'organisme. L'unité internationale adoptée aujourd'hui pour exprimer cet apport est le kilojoule (1 kilojoule = 0,24 kilocalorie).

Les besoins énergétiques sont déterminés par l'âge, le sexe, la taille, le poids, le climat, l'activité individuelle. Un homme adulte sportif doit absorber de 3 000 à 3 500 Kcal par jour, une femme sédentaire de 1 800 à 2 200 Kcal seulement. La croissance peut accroître les besoins de 50 % et l'activité physique augmente les besoins de 200 à 400 Kcal par heure.

La richesse énergétique des divers aliments dépend de leur teneur en protides (1 g = 4,1 Kcal), en lipides (1 g = 9,3 Kcal) et en glucides (1 g = 4,1 Kcal) ; les sels minéraux et les vitamines n'apportent pas de calories ; l'alcool fournit sept calories par gramme (soit de 600 [vin] à 3 000 [cognac] Kcal par litre). Pour un bon équilibre alimentaire, les calories doivent provenir des protides (de 12 à 15 %), des lipides (de 30 à 35 %) et des glucides (de 50 à 55 %). Un excès peut entraîner une obésité ou une maladie cardio-vasculaire.

CALVADOS Eau-de-vie de cidre normande distillée selon une très ancienne tradition. Les meilleurs calvados sont faits avec des cidres d'un an ou plus.

■ **Fabrication.** La distillation s'effectue surtout en mars-avril et en août-septembre. Le calvados d'appellation d'origine contrôlée est fabriqué en pays d'Auge, dans des alambics traditionnels à double chauffe.

Le calvados est une eau-de-vie âpre et rude, titrant 72 % Vol., qui doit vieillir longuement (au moins 1 an) en fût de chêne. Il est généralement présenté sous les dénominations : « trois étoiles » ou « trois pommes » (deux ans de vieillissement en tonneau) ; « vieux » ou « réserve » (trois ans) ; « VO » ou « vieille réserve » (quatre ans) ; « VSOP » (cinq ans) ; « extra », « Napoléon », « hors d'âge » ou « âge inconnu » (plus de cinq ans).

■ **Emplois.** Soumis à une réglementation stricte, le calvados est devenu l'un des grands alcools français, très apprécié à l'étranger (*apple jack* aux États-Unis et *apple brandy* en Grande-Bretagne). Quand il est vieux, il se déguste en digestif dans un verre tulipe. Les Normands et les Bretons apprécient le « café calva » : l'eau-de-vie est servie avec le café, ou versée dans la tasse vide encore chaude (voir TROU NORMAND).

Le calvados s'emploie en cuisine et en pâtisserie, surtout dans les spécialités normandes (poulet ou gigot à la crème et au calvados, entremets aux pommes, omelettes et crêpes flambées).

▶ Recettes : POMME, SORBET.

CAMBACÉRÈS (JEAN-JACQUES RÉGIS DE) Juriste, homme politique et gastronome français (Montpellier 1754-Paris 1824). Il sut mener sa carrière avec adresse, accumulant les charges et les dignités, et se révéla tout aussi compétent en cuisine. Sa table passait pour la plus fastueuse de Paris, avec celle de Talleyrand. Il choisissait lui-même les mets, et son goût faisait loi.

Cambacérès était souvent accompagné du marquis d'Aigrefeuille, son goûteur et son commensal assidu. Il présida aussi, à partir de 1805, le « Jury dégustateur » de Grimod de La Reynière. Gros mangeur, chargé de recevoir à la place de Napoléon les invités de marque, il mourut d'apoplexie à l'âge de soixante-dix ans, après que Louis XVIII lui eut permis de rentrer d'exil. Son nom a été attribué à trois plats très élaborés : un potage-crème de volaille, de pigeon et d'écrevisse, garni de quenelles des mêmes éléments ; une timbale de macaronis et de foie gras ; une truite saumonée aux écrevisses et aux truffes.

CAMBODGE La cuisine cambodgienne se fonde essentiellement sur les produits agricoles, et la population tire ses ressources alimentaires de la riziculture, des cultures maraîchère et fruitière, et de la pêche.

■ **Légumes et poissons.** Les repas sont basés sur les soupes, dont le *kâko*, soupe de légumes variés avec viande, poisson ou poulet, ou les salades, avec notamment le *nhoam*, salade de légumes au poulet (assaisonné avec de la sauce à base de poisson, du jus de citron, de la menthe et du piment), ou la salade de mangues vertes au poisson séché ou salé. Le poisson se consomme également frais ou sauté avec des légumes. Fumé, il sert à confectionner le *praboc*, une pâte très salée à l'odeur forte qui est préparée et conservée d'année en année.

■ **Desserts.** Après le repas, les Cambodgiens ne mangent en général que des fruits : mangues, bananes, papayes, oranges, litchis ou longanes. Les pâtisseries sont faites avec des œufs, du sucre et du lait de coco ; les plus populaires portent le nom de *yeup*, de *vôy*, de *kroap-khnor*, de *san-khyas*. Certaines sont faites à partir de riz gluant *(ansâm-chrouk, tréap-bay)* ou de gelée d'algue *(chahuoy-ktiset)*.

CAMBRIDGE Nom d'une sauce émulsionnée de la cuisine anglaise, à base d'anchois, de jaunes d'œuf et de moutarde, qui accompagne les viandes froides.
▶ Recette : SAUCE.

CAMEMBERT Fromage de lait de vache (de 45 à 50 % de matières grasses), à pâte molle et à croûte fleurie, blanche tachetée de rouille, qui se présente sous la forme d'un disque de 11 cm de diamètre sur 3 cm d'épaisseur (voir tableau des fromages français page 494).

Le camembert a sans doute été inventé sous la Révolution par une fermière normande du nom de Marie Harel. Celle-ci cachait alors un prêtre réfractaire, qui lui apprit les secrets de fabrication des fromages briards ; elle entreprit bientôt de les appliquer à sa propre production... et y réussit à merveille. Sa fille reprit le flambeau et s'installa à Camembert. Lorsque Napoléon III, de passage dans la région, goûta le fromage, il le trouva délicieux, et le baptisa « camembert ». C'était le succès presque assuré, mais le camembert ne supportait pas de voyager. Vers la fin du siècle dernier, un certain Ridel inventa la boîte cylindrique en bois, qui allait permettre de mieux le conserver.

■ **Fabrication.** Les camemberts ne sont presque plus jamais fabriqués à la ferme, mais les produits de laiterie demeurent excellents. Les meilleurs, au lait cru emprésuré, sont moulés à la louche, égouttés, salés, retournés, démoulés et mis à affiner (un mois en cave à sec) ; la croûte se forme naturellement. Le fromage est enveloppé dans du papier parcheminé, qui laisse voir sa croûte un peu bombée, irrégulièrement feutrée, avec des stries orange. L'odeur doit être fine et fruitée, et le fromage souple au toucher (il est alors « fait à cœur ») ; il ne doit pas couler, et la pâte doit être jaune jusqu'au centre, jamais « plâtreuse ».

Les camemberts industriels sont faits de lait écrémé pasteurisé, additionné de crème pasteurisée ; leur qualité est régulière et ils se conservent plus longtemps, mais ils n'ont pas le goût subtil des camemberts laitiers, car l'égouttage est accéléré et le moulage mécanisé. Depuis août 1983, l'appellation d'origine contrôlée « camembert de Normandie » est réservée à des fromages laitiers « fabriqués, fleuris, affinés et conditionnés » dans les cinq départements normands (Calvados, Eure, Manche, Orne, Seine-Maritime).

Quand un camembert est de qualité moyenne, on peut l'écroûter et le pétrir avec du beurre pour confectionner des canapés, des soufflés, des croquettes.

CAMERANI (BARTHÉLEMY-ANDRÉ) Comédien d'origine italienne et gastronome (Ferrare v. 1735 - Paris 1816). Sa carrière débuta en France, en 1767. Il fut également administrateur des théâtres Favart et Feydeau, mais il se rendit surtout célèbre par sa gourmandise. Membre du « Jury dégustateur » de Grimod de La Reynière, il a laissé son nom à un potage qu'il créa, à base de macaronis et de foies de volailles... électrocutées (l'électricité était à l'époque une grande nouveauté).

En cuisine classique, le mot Camerani désigne une garniture pour volailles et ris de veau pochés, faite de petites tartelettes remplies de purée de foie gras (surmontée de lames de truffe et de langue écarlate taillée en crêtes de coq) et de macaronis à l'italienne, le tout étant lié de sauce suprême.

CANADA Les quatre cinquièmes du territoire canadien sont constitués d'étendues d'eau et de forêts, riches en gibier à poil (grands cervidés et petits mammifères) et à plume (oies, canards et perdrix), ainsi qu'en poissons de mer et d'eau douce (saumons, truites, brochets). Ces produits délicieux sont généralement interdits à la vente et réservés à la consommation personnelle.

Cependant, malgré ces richesses, la cuisine quotidienne du Canada diffère peu de celle des États-Unis, les origines ethniques et les conditions de vie de ces deux pays étant très proches.

■ **Spécialités régionales.** À l'Ouest, la Colombie-Britannique fait face au Pacifique. Le quartier chinois de Vancouver est le plus important d'Amérique, après celui de San Francisco. La tradition britannique demeure cependant bien vivante (on sert encore le très traditionnel *high tea*). La cuisine fine s'appuie ici sur les produits de la mer et des vergers de la vallée de l'Okanagan. Le *sourdough* (pain au levain) date de la ruée vers l'or.

Dans les provinces des Prairies, les traditions culinaires sont héritées des juifs d'Europe centrale, des Scandinaves, des Islandais, des mennonites, mais l'influence ukrainienne prédomine (borchtch, pirojki et pétales de roses confits).

Le *saskatoon*, baie sauvage locale, entre dans la composition du *pie* du même nom. Le miel de la rivière de la Paix, au nord, a une réputation mondiale et le riz sauvage (ou zizanie) accompagne merveilleusement le gibier à plume.

La province de l'Ontario, dont les traditions sont britanniques (steak and kidney pie, Yorkshire pudding et trifle) mais aussi allemandes (charcuterie variée, gâteau aux carottes) et mennonites (*shoofly pie*, biscuit à la mélasse), a également adopté quelques plats de récents immigrants arrivés de Hongrie et d'Italie. On y déguste encore deux plats originaux : le *spiced beef* (pièce de bœuf marinée, braisée, puis pressée pour être servie froide en tranches fines) et les filets de porc farcis de fruits.

Les provinces de l'Atlantique exploitent les ressources de la mer. La morue, dont la langue et les joues constituent des mets de choix, se cuisine simplement : fraîche ou salée, souvent avec des pommes de terre et des herbes salées, et sans sauce.

Il en va de même pour le hareng, le maquereau, l'éperlan, la plie ou le flétan.

Longtemps repliée sur elle-même, la cuisine acadienne a évolué de façon originale, tout en gardant le souvenir de la France (fricots, pots-en-pots, râpures). À base de pommes de terre, de poissons et de coquillages, certains plats traditionnels atteignent une grande finesse (blé d'Inde lessivé et poutine à trou, sorte de petit gâteau fourré).

■ **Cuisine du Québec.** Elle marie avec bonheur et chaleur les traditions anglo-saxonnes et les vieilles recettes du terroir normand.



Pâtés de viande et de gibier (tourtières, cipâtes) – en réalité tourtes salées –, et plats mijotés à base de viande (ragoût de pattes) ou de légumineuses (fèves au lard, soupe aux pois) ont longtemps dominé une alimentation campagnarde et riche en calories.

Depuis quelques décennies, cette cuisine s'est raffinée, au point que Montréal et Québec en général sont devenues des hauts lieux de la gastronomie en Amérique du Nord.

S'inspirant de la cuisine classique française et de la « nouvelle cuisine », elles savent admirablement utiliser certaines denrées comme la pomme et le sirop d'érable pour apprêter des mets de choix tels le canard du lac Brome ou le rôti de jambon fumé. Cueillies au début du printemps, les crosses de violon (jeunes pousses de fougère) accompagnent à ravir l'orignal, le caribou ou encore le saumon de la Gaspésie. De nouveaux arrivants ont influencé les habitudes alimentaires québécoises avec des spécialités grecques, italiennes, libanaises, vietnamiennes...

■ **Vins.** Presque tous les vins canadiens proviennent de l'étroite bande de terre qui s'étend entre le lac Ontario et le lac Érié.

Le vignoble, qui date du début du XIXe siècle, est principalement planté de cépages américains : concord, carawba, niagara et agarvan. Les vins de table, rouges, rosés ou blancs, ont tous un goût caractéristique, dit « de renard » *(fox)*. Ils sont souvent chaptalisés pour compenser le manque d'ensoleillement. Les vins de liqueur, lourds et très sucrés, sont en revanche de piètres imitations des portos, xérès et vermouths européens. Les *icewines* (vins de glace) sont faits avec des raisins demeurant sur la vigne jusqu'à ce que le froid les transforme en glaçons ; quand on enlève leur glace, donc leur eau, on obtient un jus exceptionnellement concentré.

Les vins, vendus par les magasins d'État et grevés de lourdes taxes, restent chers. Aussi beaucoup de Canadiens continuent-ils à faire leur vin chez eux, à partir de jus de raisin concentrés de Californie.

Au Québec, une production artisanale – des blancs pour la plupart – se fait dans la région de Dunham (Estrie), à partir d'un cépage adapté au froid, le seyval. Elle est cependant très limitée, l'État autorise les propriétaires à vendre eux-mêmes leur vin.

CANAPÉ Tranche de pain de forme et d'épaisseur variables, garnie d'un appareil ou d'une préparation. On distingue les canapés froids, destinés aux buffets, lunchs, cocktails ou apéritifs, des canapés chauds, servis en entrée ou utilisés pour présenter les apprêts dits « sur canapé ».

Quand ils accompagnent des gibiers à plume, les canapés sont généralement frits dans du beurre et masqués soit de farce à gratin, soit des viscères de l'oiseau (cuit non vidé) réduits en purée, ou de foie gras ; on les appelle aussi « rôties ».

◄
Canada. Tire d'érable.
Après la saignée des érables, il suffit de plonger un bâtonnet dans le sirop, puis dans la neige.

canapés : préparation
Les canapés, contrairement aux sandwichs, se préparent avec une seule tranche, rectangulaire, ronde ou triangulaire, de pain de mie écroûté ou de seigle, parfois légèrement grillée, pour les canapés froids, de pain de campagne, de mie ou complet pour les canapés chauds. Il faut les préparer au dernier moment, pour qu'ils ne sèchent pas, et les protéger éventuellement sous un linge humide. Quant aux garnitures, elles sont innombrables : beurres composés, mousses ou salpicon de poisson ou de volaille, fines tranches de viande, etc.

canapés aux anchois
Masquer de beurre de Montpellier des tranches rectangulaires de pain de mie, légèrement grillées et de la longueur des filets d'anchois. Poser sur chacune 2 filets, séparés par du jaune et du blanc d'œuf hachés séparément, et saupoudrer de persil haché.

canapés à l'anguille fumée
Masquer de beurre de moutarde ou de beurre de raifort des tranches rondes de pain de mie. Les garnir de 2 ou 3 fines tranches d'anguille fumée légèrement décalées en rosace. Entourer d'un double cordon de jaune d'œuf dur et de ciboulette hachée. Arroser d'un peu de jus de citron.

canapés à la bayonnaise
Masquer de beurre aux fines herbes des tranches de pain de mie. Les garnir de tranches très fines de jambon de Bayonne, taillées juste à la dimension du pain. Lustrer à la gelée.

canapés aux crevettes (au homard, à la langouste)
Masquer de beurre de crevette (de homard, de langouste) des tranches rondes de pain de mie. Garnir de quelques queues de crevette disposées en rosace (ou d'un médaillon de queue de homard ou de langouste). Entourer de persil ciselé ou d'un cordon de beurre de crevette.

canapés aux laitances
Cuire délicatement à la meunière des laitances de hareng, de carpe ou, à la rigueur, de maquereau. Beurrer des tranches de pain grillées. Y disposer les laitances. Arroser d'un peu de jus de citron. Décorer d'une rondelle de citron cannelé.

canapés à la parisienne
Masquer de beurre de cerfeuil des rectangles de pain de mie écroûtés. Y poser des escalopes très minces de blanc de volaille (cuites au blanc), un motif de truffe et de feuilles d'estragon, et napper légèrement de mayonnaise. Entourer les canapés d'une bordure de gelée hachée.

canapés au saumon fumé
Beurrer des tranches de pain de mie et les garnir de tranches de saumon découpées exactement aux mêmes dimensions. Décorer d'une demi-rondelle de citron cannelé.

CANARD Oiseau palmipède de la famille des anatidés, domestiqué en Chine depuis plus de 2 000 ans. C'est aujourd'hui une volaille d'élevage (**voir** tableau des volailles page 1 106), dont les deux races les plus courantes en France sont le canard nantais et le canard de Barbarie, lequel représente la majorité de la production. Le mulard, issu d'un croisement entre ces deux derniers, est surtout élevé dans le Sud-Ouest, et il est engraissé pour la production du foie gras. L'excellent canard de Rouen, et en particulier le duclair (du nom d'un village normand), est plutôt commercialisé localement. Enfin, il existe un « croisé sauvage » (mâle colvert et femelle domestique), très apprécié des gourmets. Quelle que soit sa race, le canard tué doit être consommé dans les trois jours.

■ **Cuisson**. Très tendre : rôti à la broche ; tendre : rôti au four (tenir la chair rosée) ; moins tendre : braisé ou rôti (farci), garni d'oignons, de navets, d'olives, de fruits acides ; très gros : pâtés et ballottines, cassoulet.

Il est préférable de prendre une volaille assez jeune (**voir** CANETON), mais pas trop, car, dans ce cas le bréchet, insuffisamment ossifié, est mou, la chair n'est pas faite, et le rendement de la viande est insuffisant.

En restauration, la tendance actuelle est de s'en tenir au caneton, bien que certaines préparations (farcies, braisées) nécessitent des canards dont la chair est faite. Le canard est présenté découpé (cuisses et filets) ou en rôti farci.

RECETTE DE CHRISTIANE MASSIA

aiguillettes de canard au vinaigre de miel

« Compter 2 ou 3 aiguillettes de caneton (il y en a deux par caneton) par convive. Les saler, les poivrer. Faire fondre doucement au beurre 4 échalotes hachées. Lorsqu'elles commencent à dorer, ajouter 4 cuillerées à dessert de miel liquide (d'acacia, de préférence) ; laisser bouillonner et épaissir pendant 2 min environ. Ajouter 4 cuillerées à dessert de vinaigre de vin rouge et laisser bouillir encore 1 min. Faire griller les aiguillettes à part. Les poser sur un plat chaud. Les arroser de la sauce et servir immédiatement. Accompagner de pommes paille légères, de riz blanc, ou encore d'un mélange de carottes et de navets sautés. »

canard à l'agenaise

Flamber un canard de 2 kg environ. Saler et poivrer l'intérieur et y glisser une dizaine de pruneaux à l'armagnac dénoyautés ; refermer en cousant. Dorer le canard à la cocotte dans 25 g de beurre, l'arroser d'un petit verre d'armagnac, le flamber. Couvrir et poursuivre la cuisson 40 min. Râper le zeste d'une demi-orange et le pocher 5 min dans une demi-bouteille de bordeaux avec 2 clous de girofle, un peu de muscade râpée, 5 ou 6 grains de poivre écrasés, 1 branchette de thym et 1 feuille de laurier. Faire rissoler ensemble 100 g de très petits lardons de poitrine fumée, 2 cuillerées à soupe de dés de rouge de carotte, 1 cuillerée à soupe de dés de céleri et 1 gros oignon épluché et haché. Ajouter éventuellement un soupçon de beurre. Poudrer de 1 cuillerée à dessert de farine, puis ajouter le vin aromatisé en le passant dans un tamis. Saler, poivrer, bien remuer et cuire doucement 20 min. Sortir le canard, l'égoutter et le tenir au chaud. Déglacer la cocotte avec la sauce au vin. Ajouter 1 petit verre d'armagnac et une vingtaine de pruneaux dénoyautés. Réchauffer le tout. Entourer le canard de pruneaux et le napper de sauce.

canard à l'ananas

Trousser un jeune canard en mettant à l'intérieur le foie salé et poivré ; le dorer 20 min au beurre dans une cocotte, saler et poivrer, puis flamber au rhum. Ajouter quelques cuillerées de sirop d'ananas en boîte, 1 cuillerée à soupe de jus de citron et 1 cuillerée à soupe de poivre vert. Couvrir et poursuivre la cuisson 30 min. Faire revenir au beurre des tranches d'ananas et les ajouter dans la cocotte ; laisser mijoter encore 5 min. Rectifier l'assaisonnement. Découper le canard, disposer les morceaux dans un plat chaud, garnir avec l'ananas et arroser avec le jus de cuisson.

RECETTE DE RAYMOND OLIVER

canard farci à la rouennaise

« Videz, flambez, bridez 1 canard de 1,5 kg. Dans une cocotte, mettez à chauffer un peu de beurre et d'huile et faites revenir 25 g d'oignons hachés, 2 foies de canard, quelques petites branches de persil, 100 g de lard frais haché. Lorsque le tout est doré, retirez du feu et laissez refroidir. Avec cette préparation, farcissez le canard, salez, poivrez et bardez-le. Mettez-le à rôtir dans une cocotte avec un peu de beurre et des légumes (1 oignon, 2 carottes, 1 branche de céleri) coupés grossièrement. Il faut environ 30 min de cuisson à feu vif (250 °C). En fin de cuisson, retirez la barde. Lorsque le canard est rôti, enlevez-le et réservez-le au chaud. Passez le jus de cuisson au chinois, dégraissez-le. Remettez le canard dans la cocotte, arrosez-le de madère, faites prendre un bouillon, remettez le jus de cuisson, faites prendre un autre bouillon, couvrez la cocotte et laissez étuver quelques minutes. Dressez le canard sur un plat chaud et servez à part en saucière une sauce rouennaise ou tout simplement le jus de cuisson passé au chinois et lié avec un peu de beurre manié. »

RECETTE DE RAYMOND OLIVER

canard aux mangues

« Choisir des mangues pas trop mûres, les éplucher, retirer le noyau et recueillir le jus. Mettre les fruits dans une casserole avec leur jus, un peu de liqueur à l'abricot ou à la pêche, couvrir et laisser étuver à feu doux. Plumer, vider, flamber et brider un canard ; le saler, le poivrer et l'enduire d'une légère

couche de saindoux. Le faire rôtir au four dans un plat garni d'oignons, de carottes et de céleri-branche coupés en mirepoix moyenne, de thym, de laurier et de 2 cuillerées à soupe d'eau. Lorsque le canard est rosé (environ 35 min pour un rouennais de 1,2 kg), verser dans le plat le jus qui s'en écoule et tenir la volaille sur une assiette chaude. Lever les cuisses, les réserver, et terminer la cuisson à four doux avec 1/2 verre de vin blanc ou de bouillon. Faire un caramel à sec avec 2 cuillerées à soupe de sucre en poudre, en remuant à la spatule. Ajouter à ce caramel 1 cuillerée à soupe de vinaigre, le jus des mangues et le jus passé du canard. Laisser cuire doucement. Finir de découper le canard, le garnir de mangues chaudes escalopées en lamelles un peu épaisses, et arroser le tout de sauce. »

RECETTE DU RESTAURANT *GILLES*, À ROUEN

canard aux navets confits et au cidre

« Préparer un fond avec les abattis rôtis d'un canard de 2 kg, 1 oignon et 1 carotte en rondelles. Mouiller avec 1 litre de cidre et y ajouter 1 pomme et 2 gros navets, épluchés et coupés en morceaux. Quand le cidre est réduit de moitié, ajouter 1 litre de fond clair et cuire doucement 20 min. Passer le jus au chinois. Rôtir le canard au four, 10 min sur chaque cuisse et 5 min sur le dos. Le sortir et le laisser reposer. Dans un sautoir, chauffer 50 g de beurre, ajouter une pincée de sucre, 24 petits navets, et faire blondir le tout. Déglacer avec le jus et cuire aux trois quarts. Mettre le canard dans une cocotte en fonte avec les navets et le jus. Laisser mijoter 10 min. Monter la sauce avec 50 g de beurre, ajouter 1 botte de coriandre fraîche ciselée et un trait de cidre cru. »

RECETTE DU RESTAURANT *LASSERRE*, À PARIS

canard à l'orange Lasserre

« Couper à vif, avec un couteau bien aiguisé, les quartiers de 6 belles oranges. Dans une braisière, dorer dans 200 g de beurre un caneton nantais de 2 kg environ, couvrir et cuire doucement 45 min. L'arroser avec 1 dl de Grand Marnier, poursuivre la cuisson 5 min, et tenir le caneton au chaud sous un papier. Passer la cuisson au-dessus d'une casserole, y ajouter 1 cuillerée à soupe de vinaigre, autant de sucre en poudre, 1 petite louche de jus d'orange et 15 cl de fond brun. Laisser dépouiller la sauce 10 min à très petite ébullition ; écumer, dégraisser, passer au chinois. Assaisonner à point, puis verser 5 cl de mandarin. Finir éventuellement la liaison avec 20 g de beurre manié. Mettre les quartiers d'orange dans une petite sauteuse, mouiller avec 4 ou 5 cuillerées à soupe de sauce, chauffer et retirer du feu à la première ébullition. Découper le caneton, dresser les morceaux sur un plat long, les border avec les quartiers d'orange à vif, et les napper de sauce. Servir le reste de la sauce en saucière. »

canard rouennais en chemise

Enlever le bréchet d'un canard rouennais. Faire revenir sans coloration une bonne cuillerée d'oignon haché avec 125 g de lard haché. Ajouter un foie entier de canard et 2 ou 3 foies (de canard ou de poulet) supplémentaires, détaillés en fines escalopes, du sel et du poivre, 1 pincée de quatre-épices et du persil haché. Faire raidir au beurre, puis laisser refroidir et passer le tout au mixeur. En farcir le canard, le brider et le rôtir très vivement (275 °C au moins) de 8 à 12 min. Quand il est froid, le placer, la tête vers le fond, dans une grande vessie de porc préalablement trempée dans de l'eau froide. Ficeler l'ouverture. Pocher 45 min dans un fond de braisage clair. Dresser sur un plat le canard dans sa vessie, tel quel. Servir à part une sauce rouennaise.

RECETTE DU RESTAURANT *JACQUES CAGNA*, À PARIS

canard au sang

« Lever les cuisses et les filets de 2 canards de Challans. Vider et dégraisser les carcasses pour en faire un fond. Les concasser et les colorer légèrement en cocotte. Ajouter une mirepoix composée de 2 carottes, 2 poireaux, 2 gros oignons, 1 tête d'ail, 1 branche de thym et 1 feuille de laurier, du sel et du poivre. Faire suer quelques instants, puis ajouter 1 cuillerée à soupe de concentré de tomate ; déglacer avec 5 dl de vin rouge ordinaire et mouiller avec 3 litres d'eau. Laisser mijoter 2 heures. Réserver. Ôter l'os du gras des cuisses et les parer régulièrement. Passer le fond et le faire réduire de moitié. Réaliser un roux avec 20 g de beurre et 20 g de farine ; le lier avec le fond. Cuire 10 min, puis, hors du feu, incorporer 1 dl de sang en fouettant. Passer au chinois, rectifier l'assaisonnement et réserver au bain-marie. Cuire 2 endives dans une eau citronnée avec 1 pincée de sel et de sucre. Les couper en longueur. Faire un caramel avec 50 g de sucre en poudre, déglacer avec 1 noix de beurre et y dorer les endives. Ne garder que les 3 ou 4 premières feuilles. Faire un caramel avec 100 g de miel, déglacer avec 1 verre de vin rouge, ajouter 2 graines de cardamome, puis y pocher 4 poires épluchées et tournées. Les laisser dans le vin. Cuire 200 g de brocolis à l'anglaise. Équeuter et laver 500 g de champignons des bois ; les poêler, en les assaisonnant, dans 1 dl de graisse de canard. Rôtir côté peau les filets (en les tenant légèrement rosés) et les cuisses de canard. Enlever la peau des magrets et les couper en trois en largeur. Disposer les morceaux de canard sur des assiettes, napper de sauce et assortir

les garnitures, en parsemant les champignons de 30 g d'herbes finement hachées. Décorer avec 1 zeste d'orange et 1 zeste de citron taillés en julienne et blanchis. »

canard Voisin
Rôtir un caneton rouennais en le tenant un peu rosé (30 min environ à 230 °C) ; laisser refroidir, puis lever les filets. Concasser la carcasse et les parures ; préparer avec ces éléments une sauce salmis ; la passer et la dégraisser, y ajouter une quantité égale de gelée de viande ; la faire réduire et passer. Mettre une couche de cette sauce dans une timbale ; lorsqu'elle est prise, disposer dessus une rangée de filets de caneton escalopés. Les napper de la même sauce, en les alternant avec des lames de truffe. Achever de remplir la timbale en nappant chaque rangée d'un peu de gelée à demi prise. Terminer par une couche de gelée. Mettre dans le réfrigérateur et servir très frais.

dodine de canard → DODINE
escalopes de foie gras de canard aux pommes → FOIE GRAS

filets de canard rouennais glacés à l'orange
Cuire 35 min au four préchauffé à 240 °C un canard de 2 kg environ, en le tenant un peu rosé. Détacher les cuisses. Détailler les filets en aiguillettes minces et les napper de sauce chaud-froid brune à l'orange, décorer de truffe et de zeste d'orange détaillés en petits chevrons ; lustrer à la gelée et mettre au réfrigérateur. Avec la chair des cuisses, préparer une mousse additionnée de dés de truffe. Garnir de cette mousse un moule en forme de dôme (ou un moule à parfait) et faire prendre au réfrigérateur. Tailler une tranche de pain de mie au diamètre du moule et la beurrer. Démouler la mousse dessus, sur un plat. Disposer les aiguillettes contre la mousse en les serrant bien les unes contre les autres. Couler dans le plat, tout autour, quelques cuillerées de gelée mi-prise. Mettre à côté des aiguillettes de canard des quartiers d'orange pelés à vif. Éventuellement, ajouter des oranges évidées en forme de petits paniers, à demi remplies de gelée au porto.

foie gras de canard glacé, foie gras de canard au pacherenc, foie gras de canard au poivre blanc et au vert de poireau, foie gras de canard, truffe et céleri-rave, foie gras de canard à la vapeur au fumet de sauternes → FOIE GRAS

RECETTE D'ANDRÉ DAGUIN

magrets de canard au poivre vert
« Faire rissoler les magrets au beurre ou à la graisse d'oie, dans une sauteuse. Ajouter 1/2 verre de bouillon, du sel, du poivre vert, et faire cuire en gardant les morceaux saignants. Hors du feu, ajouter 2 cuillerées à soupe de crème. Garder au chaud. Faire cuire du riz à l'orientale (mais rissolé à la graisse d'oie) avec une quantité égale de cèpes hachés. Préparer une béchamel épaisse (moitié du volume de riz). L'ajouter au riz aux cèpes et façonner des galettes. Les faire rissoler dans un peu d'huile chaude. Servir les magrets avec ces galettes et napper de leur sauce. »

mousse de foie gras de canard ou d'oie → MOUSSE
ravioles de daube de canard au vin rouge → RAVIOLE

rôti de canard du lac Brome à l'érable
Éplucher 2 poires williams, les couper en deux et enlever le cœur. Dans un poêlon, mélanger 50 g de sucre, le jus de 2 citrons et de 2 oranges, et 2,5 dl de vin blanc sec. Porter à ébullition. Ajouter les poires, 2,5 dl de sirop d'érable pur et 1 pincée de poivre de la Jamaïque. Laisser mijoter. Lorsque les poires ramollissent, les retirer du jus et réserver au chaud. Laver 2 canards du lac Brome (Canada). Piquer la peau de la poitrine à la fourchette, assaisonner. Les mettre dans un plat à feu et rôtir 15 min dans le four préchauffé à 200 °C. Éplucher 2 carottes, 2 oignons, 3 branches de céleri, 1 salsifis et 2 gousses d'ail ; les hacher et les ajouter avec 2 clous de girofle, 2 feuilles de laurier, 1 touffe de thym haché. Baisser le four à 150 °C. Dégraisser le plat et arroser les canards toutes les 10 min avec le jus de sirop d'érable. Dès que les légumes commencent à roussir, verser 5 dl de bouillon de poulet. Poursuivre la cuisson (1 h 30 en tout) en continuant d'arroser. Lorsque les canards sont cuits, les retirer du plat et les garder au chaud. Enlever du plat un maximum de graisse. Mettre les légumes et le jus dans un poêlon plus petit et chauffer sur le feu. Ajouter 1 cuillerée à soupe de purée de tomate, et faire sauter de 2 à 3 min. Verser de nouveau 5 dl de bouillon de poulet. Laisser mijoter 15 min et égoutter. Désosser les canards. Disposer les morceaux sur un plat, décorer avec des tranches de poire en éventail. Arroser avec les jus au bouillon et au sirop d'érable.

soufflé de canard rouennais (ou caneton rouennais soufflé) → SOUFFLÉ
suprêmes de canard aux truffes → SUPRÊME
tourte au canard de Barbarie → TOURTE

CANARD LAQUÉ Apprêt traditionnel de la cuisine chinoise, qui consiste à enduire un canard d'une « sauce à laquer » aigre-douce, à le faire rôtir et à le servir chaud ou froid, découpé en petits morceaux.
■ **Préparation.** La sauce est un mélange de sauce soja, de cinq-épices, de miel liquide, d'huile, d'ail, de vinaigre, de farine, de gingembre, de glutamate, de colorant rouge, d'alcool de riz, d'huile de piment et de levure chimique. (On peut la remplacer par la sauce hoisin, condiment sirupeux et épicé.)

▶ *Filets de canard rouennais glacés à l'orange*



Le canard est vidé, piqué en plusieurs endroits avec une aiguille, mis à mariner pendant une nuit dans la sauce, puis suspendu. Il faut ensuite le badigeonner au pinceau à plusieurs reprises, en laissant sécher entre chaque opération, condition indispensable pour l'obtention d'une peau dorée et croustillante. Rôti ensuite à la broche, il doit être arrosé plusieurs fois avec son jus et la sauce à laquer. Le succès de l'apprêt dépend du degré d'absorption de la sauce par le canard. La volaille est découpée perpendiculairement au sens des fibres, en petits morceaux, que l'on sert avec des feuilles de laitue fraîche et des têtes de poireau à l'aigre-doux ou des cornichons. Le canard laqué est préparé par dizaines dans les échoppes de rue et les petits restaurants de la Chine et de l'Extrême-Orient.

CANARD « À LA PÉKINOISE » Plat de prestige de la cuisine classique des mandarins en Chine.

■ **Préparation.** Le canard est vidé, lavé, ébouillanté rapidement et essuyé. À l'aide d'une pompe à air, on décolle la peau de la chair, de façon qu'elle soit bien gonflée. La volaille est farcie d'un mélange de ciboule, d'anis, de gingembre, de céleri et d'huile de sésame, puis cousue et suspendue dans un courant d'air, où on l'enduit toutes les demi-heures d'un mélange de miel et de farine. Au bout de trois heures, on la fait rôtir au four, en l'arrosant de son jus et d'un peu d'huile de sésame.

■ **Service.** Il fait l'objet d'un rituel précis : la peau, et elle seule, est découpée en rectangles de 3 cm sur 4. Le convive, avec ses baguettes, place un rectangle de peau sur une petite crêpe salée chaude, y ajoute un tronçon de ciboule qu'il trempe dans une sauce à base de prunes aigres, relève le tout avec un peu de sucre et d'ail, puis enroule la crêpe sur elle-même et déguste le petit rouleau, toujours en le manipulant avec ses baguettes. La tradition exige non seulement que l'on ne serve que la peau, la viande étant réservée pour d'autres usages, mais aussi que l'on présente auparavant aux convives le canard découpé et reconstitué.

CANARD À LA PRESSE Recette créée au début du XIXe siècle par un restaurateur de Rouen nommé Méchenet, qui dut une grande part de son succès au duc de Chartres, qui en vanta les mérites à Paris.

Lorsque le célèbre cuisinier Frédéric prit en main le restaurant *La Tour d'Argent*, il imagina, vers 1890, de numéroter tous les « canards à la presse » dont il entendait faire la spécialité de son établissement. À la fin de l'année 1996, le million est atteint. L'un de ces canards fut servi à Édouard VII, alors prince de Galles (le n° 328, en 1890), d'autres à Theodore Roosevelt (n° 33 642), à la princesse Élisabeth (n° 185 387), à Charlie Chaplin (n° 253 652), etc.

La préparation du canard à la presse se fait par le chef canardier, dans le « théâtre du canard », devant le client. Les aiguillettes de la volaille, levées à cru, sont saisies, sur un réchaud de table, dans une réduction de vin rouge. Le reste du canard, sauf les cuisses, qui seront servies grillées, est pressé dans une presse spéciale à vis ; le jus obtenu est additionné de cognac, monté au beurre et versé sur les aiguillettes, qui achèvent de cuire dans la sauce.

CANARD SAUVAGE Oiseau aquatique à partir duquel a été obtenu le canard domestique. Le colvert, l'espèce la plus répandue en France, est le plus volumineux (voir tableau des gibiers page 523) ; le mâle a un plumage vert et gris, rehaussé de marron et de blanc ; la femelle est brune. Très sédentaire d'octobre à mars, le colvert ne descend vers le sud que s'il fait très froid. Il est aujourd'hui l'objet d'un élevage, et on le voit couramment sur les plans d'eau des grandes villes.

D'autres canards sauvages sont réputés sur le plan de la gastronomie : le souchet, au bec spatulé ; le chipeau, gris et blanc, aux ailes bordées de marron (dans l'Est) ; le siffleur (plus petit, qui séjourne sur les côtes) et le pilet, qui sont moins appréciés. Le tadorne et le harle sont désormais protégés.

On ne mange généralement que les cuisses et les filets des canards sauvages (il faut donc un oiseau pour deux personnes). Ce gibier n'est jamais faisandé ; sa chair exquise se consomme fraîche, rôtie à la broche ou au four pour les sujets les plus jeunes et les plus tendres, en salmis ou en fricassée pour les plus âgés. Les préparations du canard domestique sont applicables au canard sauvage.

RECETTE DE DANIEL BOUCHÉ,
AU PETIT MONTMORENCY, À PARIS

canard « Cornille ravi »

« Faire revenir dans une cocotte, avec un peu de graisse, les abattis de 2 canards sauvages (ailerons, cous et gésiers coupés en petits morceaux). Lorsqu'ils ont pris une couleur noisette, ajouter 1 gros oignon et 1 carotte finement hachés, puis laisser mijoter le tout 15 min à couvert. Ajouter alors 1 litre de bouillon de pot-au-feu ou d'eau et 200 g de crème fraîche ; saler légèrement et laisser frémir 45 min, puis ajouter 100 g de chocolat coupé en petits morceaux et laisser la cuisson se poursuivre pendant encore 15 min. Pendant ce temps, faire dessaler 300 g d'olives cassées de Maussane. Faire rôtir les 2 canards en les maintenant rosés. Quand ils sont cuits, les découper, les désosser et ajouter les os au fond de sauce pour en corser le goût. Disposer les morceaux de canard dans un plat allant au four, recouvrir d'un papier aluminium et tenir au chaud. Passer le fond de cuisson au chinois fin et le remettre sur le feu en y ajoutant les olives dénoyautées détaillées en rondelles ; rectifier l'assaisonnement. Lorsque la sauce frémit de nouveau, incorporer 100 g de beurre et en napper les morceaux de canard. »

canard sauvage au chambertin

Rôtir ou poêler un canard en le tenant un peu rosé (entre 18 et 20 min de cuisson à four très chaud [275 °C environ] ou à feu vif). Le dresser sur le plat de service. Le napper de sauce chambertin additionnée du fond de déglaçage. Le garnir de champignons et, éventuellement, de lames de truffe.

canard sauvage au porto
Rôtir un canard 20 min dans le four préchauffé à 250 °C. Lever les cuisses et tenir le reste au chaud. Ciseler légèrement les cuisses, les saler et les poivrer, puis les badigeonner de beurre clarifié et les griller. Mettre dans le plat de cuisson 1,5 dl de porto rouge et faire réduire de moitié. Détailler les filets de la poitrine en aiguillettes minces, les disposer dans un plat long chauffé et ajouter les cuisses grillées ; tenir au chaud. Concasser la carcasse, la presser en l'arrosant du porto réduit et ajouter au jus 50 g de beurre en parcelles, en fouettant. Verser cette sauce sur la viande.

RECETTE DU RESTAURANT *LAPÉROUSE*, À PARIS

colvert au poivre vert
« Saler et poivrer l'intérieur et l'extérieur d'un colvert de 1,4 kg environ ; le déposer dans un plat à rôtir. L'arroser de 3 cuillerées à soupe d'huile et le faire cuire 30 min à four moyen (200 °C environ). À la fin de la cuisson, recouvrir le plat d'un papier d'aluminium, de façon à garder le canard au chaud. Peler 2 belles pommes granny, les couper en deux, les débarrasser de leurs pépins et de la partie centrale ligneuse ; les faire cuire à four moyen pendant 10 min environ. Pour la sauce, verser dans une casserole 8 cl de vin blanc et 2 cl d'armagnac, et faire réduire d'environ deux tiers. Ajouter le jus d'une boîte de poivre vert et 6 cl de bouillon (de canard ou d'une autre volaille) ; laisser réduire de nouveau pendant 2 à 3 min ; ajouter 20 cl de crème fraîche, saler légèrement et finir la cuisson de la sauce jusqu'à liaison. Rectifier l'assaisonnement et, au dernier moment, ajouter 2 cl de porto et 15 g de grains de poivre vert. Découper les filets du colvert et les disposer sur le plat de service. Napper avec la sauce et garnir avec les quartiers de pomme. »

RECETTE DE PLUMEREY

filets de canard sauvage à la bigarade
« Séparez les estomacs des cuisses de deux canards sauvages ; mettez-les dans un plat de terre avec sel, mignonnette, persil, thym, laurier, échalotes émincées, jus de citron, 1/4 de verre de bonne huile. Retournez-les souvent dans cet assaisonnement. Couchez-les sur un hâtelet, puis mettez-les à la broche sans les emballer, en les arrosant à l'assaisonnement dans lequel vous les avez mis. Dès que vous les sentirez fermes sous le doigt, débrochez-les. Levez les filets que vous mettrez à mesure dans un plat à sauter où vous aurez fait fondre gros comme une noix de glace de gibier, autant de beurre et un demi-jus de citron. Dressez et saucez d'une sauce bigarade. »

CANCALAISE (À LA) Se dit de plusieurs apprêts de poisson où interviennent, en principe, les huîtres de Cancale. Merlans, soles ou barbues à la cancalaise sont garnis d'huîtres pochées et de queues de crevette, et l'ensemble est nappé de sauce normande (bien que Cancale soit en Bretagne) ou de sauce au vin blanc.

Le consommé de poisson à la cancalaise, au tapioca, est garni d'huîtres pochées. On y ajoute parfois des filets de sole en julienne ou des quenelles de brochet.

► **Recettes** : ORMEAU, SALPICON, SOLE.

CANCOILLOTTE Spécialité franc-comtoise, à base de « metton », fromage de lait de vache écrémé, longuement affiné, qui se présente sous la forme de grains durs très odorants, de la taille d'une noisette. Le metton est mélangé avec de l'eau salée et du beurre frais, pour former la cancoillotte, une pâte homogène jaune clair, très fruitée, parfumée au vin blanc et que l'on consomme tiède.

Au Luxembourg, la cancoillotte, appelée *Kach Kéis*, se prépare de la même façon, mais sans vin ; aromatisée en général d'un mélange d'herbes, elle se consomme simplement tartinée ou en accompagnement de pommes de terre.

CANDI Adjectif qualifiant un sucre épuré et cristallisé (voir tableau des sucres page 1 007). Le sucre candi se présente sous forme de cristaux blancs ou bruns, irréguliers, obtenus par cristallisation lente sur un fil de lin ou de coton d'un sirop de sucre concentré et chaud.

Il est utilisé pour la préparation du champagne, la confection des fruits à l'eau-de-vie et des liqueurs ménagères. En confiserie, on met au candi des fondants, des fruits déguisés, des pâtes d'amande, etc.

Le sucre candi se prépare avec un kilo de sucre et 4 dl d'eau. On fait bouillir une minute et on laisse refroidir. On pose les éléments à candir sur une grille dans une candissoire, on recouvre d'une autre grille et on verse le sucre pour les enrober complètement. On les protège sous du papier sulfurisé, on laisse reposer douze heures avant de retirer le sirop et de recueillir une couche de sucre cristallisé.

CANDISSOIRE Ustensile plat et rectangulaire en fer-blanc, à bords peu élevés et légèrement évasés. Le fond est garni d'une grille amovible en fil de fer étamé. La candissoire sert à laisser reposer les articles candis (fruits, petits-fours frais) après glaçage au sucre fondu. On y fait égoutter aussi les petites pièces de pâtisserie imbibées d'alcool (les babas individuels, en particulier).

CANE Femelle du canard, plus petite mais plus dodue que le mâle. Sa chair est plus fine et plus savoureuse, aussi la préfère-t-on pour les rôtis.

L'œuf de cane, à coquille blanc verdâtre, pèse de 80 à 120 g. Très apprécié en Extrême-Orient, il ne doit être consommé que dur ou cuisiné, car il est souvent porteur de germes.

CANETON ET **CANETTE** Petits du canard qui sont appelés ainsi lorsqu'ils ont moins de deux mois, mais dont la chair reste tendre jusqu'à quatre mois.

Par commodité, les restaurateurs présentent aujourd'hui leurs recettes à base de caneton sous l'intitulé générique de « canard ».

ballottine de caneton → BALLOTTINE

caneton à la bigarade
Détailler en julienne les zestes d'une bigarade et d'un demi-citron, les blanchir, les rafraîchir et les égoutter. Poêler un caneton 45 min au beurre, en le tenant un peu rosé ; l'égoutter, le débrider, le dresser sur un plat. Déglacer le fond de cuisson avec 1 dl de vin blanc. Mouiller de 3 dl de fond de veau ou de demi-glace un peu claire ou, à défaut, de bouillon de volaille bien réduit. Ajouter à ce déglaçage un caramel au vinaigre préparé avec 2 morceaux de sucre fondus dans 2 cuillerées à soupe de vinaigre. Donner quelques bouillons. Verser le jus de l'orange et du demi-citron, faire réduire, passer, ajouter les zestes de bigarade et de citron. Napper le caneton de cette sauce.

RECETTE DE PIERRE ET JANY GLEIZE,
LA BONNE ÉTAPE, À CHÂTEAU-ARNOUX

caneton au miel de lavande et au citron
« Faire fondre dans une sauteuse 2 cuillerées à soupe de mirepoix. Ajouter les abattis de 2 canetons de 1,5 kg et les retourner dans la mirepoix pour obtenir une belle couleur dorée. Mouiller presque à hauteur avec moitié vin blanc et moitié eau. Couvrir et laisser cuire doucement 30 min environ. Passer. Saler et poivrer les canetons. Les poêler au beurre pendant 20 min, puis les retirer : ils doivent rester rosés. Jeter le beurre de cuisson et déglacer l'ustensile avec le jus de 2 citrons et 1 petite cuillerée à café de miel de lavande. Laisser réduire presque complètement. Mouiller ensuite de 2 cuillerées à soupe de jus de canard passé, ajouter 1 noix de beurre, en vannant. Découper la poitrine des canetons en fines aiguillettes, passer les cuisses quelques instants sur le gril, des deux côtés, napper de la sauce assaisonnée. »

RECETTE DU RESTAURANT *LAPÉROUSE*, À PARIS

caneton de Colette
« Vider, flamber et brider un beau canard nantais de 2,2 kg. Enlever l'os de la fourchette pour faciliter le découpage. Rôtir le canard 25 min. Faire sauter le foie du canard (il doit rester saignant), puis l'écraser à la fourchette, ajouter sel, poivre, quatre-épices, 1/2 verre de fine champagne et 1/2 verre de porto. Flamber et laisser réduire à plein feu. Retirer les cuisses du canard et lever les aiguillettes. Dresser sur un plat long. Repasser les cuisses qui sont très rosées au beurre et tenir le tout à l'étuve. Couper la carcasse du canard en deux et passer à la presse pour obtenir le maximum de sang. Mélanger celui-ci à la réduction du foie de canard. Porter le tout à ébullition. Passer au chinois très fin sur les aiguillettes et les cuisses du canard. »

RECETTE DU RESTAURANT
LA TOUR D'ARGENT, À PARIS

caneton Tour d'Argent
« Rôtir à four chaud, de 25 à 30 min, 2 beaux canards (tués par suffocation) de 1,6 kg chacun. Passer les foies au mixeur et les mettre sur un plat creux en argent. Ajouter une mesure de vieux madère, un petit verre de cognac et un filet de citron. Détacher les cuisses des volailles et les mettre à griller. Enlever la peau des filets et les trancher très fin et aussi large que possible. Les ajouter dans le plat au mélange à base de foie. Donner quelques coups de sécateur à la carcasse afin de la presser pour en extraire tout le sang. Ajouter au cours du pressage un bon verre de consommé bien épicé. Arroser les filets de ce jus. Mettre le plat sur un réchaud et cuire 25 min sans cesser de remuer ; la sauce réduite à point doit être très onctueuse. Dresser les filets sur une assiette chaude et napper largement de sauce. Accompagner de pommes soufflées. Un deuxième service est constitué par les cuisses grillées servies avec une petite salade. »

terrine de caneton → TERRINE

CANETTE Bouteille de bière traditionnelle, fermée par un bouchon en porcelaine, garni d'une rondelle de caoutchouc et fixé par un étrier métallique. Ce bouchon est aujourd'hui souvent remplacé par une capsule.

CANNE À SUCRE Plante de la famille des graminées, originaire des Indes et de Java, dont la tige contient une moelle riche en sucre (14 % de saccharose). La culture de la canne à sucre ne se développa qu'après la découverte de l'Amérique, quand les plantations se firent à grande échelle. La canne à sucre est aujourd'hui cultivée dans toutes les régions chaudes et humides du globe. Mais, localement, aux Antilles surtout, on récolte une canne dite « de bouche », que l'on mâche, après en avoir retiré l'écorce, pour en savourer le jus sucré.

Le jus de la canne industrielle, ou vésou, obtenu par broyage des tiges, sert à fabriquer du sucre. En outre, il fermente spontanément et produit, par distillation, divers alcools, comme le tafia et le rhum.

CANNEBERGE Petite baie rouge, de la famille des éricacées, au goût acidulé, qui pousse à l'état sauvage dans les tourbières d'Amérique du Nord. Parente de l'airelle, la canneberge fait partie des traditions culinaires du Québec (où elle est appelée aussi « atoca »), des provinces atlantiques du Canada (« pomme-de-pré ») et des États-Unis *(cranberry)* où elle est toujours servie avec la dinde rôtie. Sa culture, en terrain déboisé, remonte aux débuts de la colonisation anglaise (milieu du XVIIIe siècle). La récolte, en octobre, est un spectacle pittoresque : on inonde le terrain et les petites baies rouges forment un tapis à la surface avant d'être sarclées puis cueillies par aspiration.

CANNELÉ Petit gâteau bordelais fait de farine et de lait, et parfumé à la vanille. En forme de cône et de couleur brune, cette pâtisserie, cuite traditionnellement dans des « moules à cannelés », offre un contraste délicieux entre le croustillant de la croûte et le moelleux d'une pâte parfumée au rhum et à la vanille.

RECETTE DE FRÉDÉRICK E. GRASSER

cannelés

« Fendez 2 gousses de vanille, grattez-les avec un petit couteau et mettez les graines et les gousses dans 1/2 litre de lait que vous portez à ébullition. Laissez infuser 8 heures au moins. Retirez les gousses. Tamisez séparément 250 g de sucre glace et 100 g de farine type 45. Faites fondre 50 g de beurre dans une casserole ; laissez-le refroidir. Dans une terrine, battez au fouet 2 œufs entiers et 2 jaunes d'œuf ; incorporez le sucre glace, puis le rhum, le beurre, la farine et enfin le lait froid, sans cesser de remuer. Couvrez et réservez la pâte au réfrigérateur 24 heures avant de l'utiliser. (Vous pouvez la conserver 4 jours à 4 °C et n'en faire cuire qu'une partie, car les cannelés doivent être dégustés le jour même. Tournez bien la pâte avant chaque utilisation et travaillez-la 2 min au fouet.) Réservez les moules à cannelés au réfrigérateur, puis beurrez-les au pinceau. Remplissez-les de pâte à 1 cm du bord. Faites cuire 1 h au four préchauffé à 210 °C. Démoulez les cannelés encore chauds ; laissez-les refroidir sur une grille ; dégustez-les à température ambiante. »

CANNELER Creuser des petits sillons en V, parallèles et peu profonds, à la surface d'un légume (carotte, champignon) ou d'un fruit (citron, orange), à l'aide d'un canneleur (ou couteau à canneler), voire d'un couteau d'office. On peut aussi canneler la surface d'une purée ou d'une mousse, à l'aide d'une spatule ou d'une fourchette.

Les abaisses de pâte sont dites « cannelées » lorsqu'elles sont découpées avec un coupe-pâte dentelé ; une douille « cannelée » est une douille dentée.

CANNELLE Écorce de divers arbustes exotiques, de la famille des lauracées, qui est utilisée comme aromate. Dépouillée de son épiderme et séchée, cette écorce s'enroule sur elle-même en formant un tuyau (*cannella* en italien) de couleur fauve clair ou gris foncé selon l'espèce. La cannelle dégage une odeur suave et pénétrante, et possède une saveur chaude et piquante ; on la trouve également en poudre et en extrait. Les canneliers (ou cinnamomes) les plus appréciés sont ceux de Ceylan et de Chine.

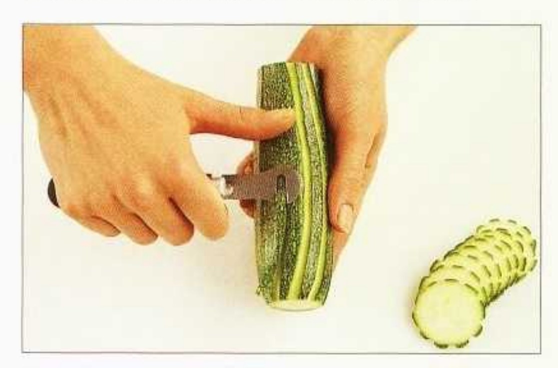
■ **Emplois.** Les Anciens utilisaient déjà de la cannelle pour parfumer le vin. En France et en Belgique, cette dernière aromatise surtout les compotes et les entremets, ainsi que le vin chaud. En Europe de l'Est et en Asie, ses emplois sont beaucoup plus nombreux, tant en pâtisserie que dans les soupes et les viandes.

▶ **Recettes** : CHEVAL, SUCRE, VIN CHAUD.

Canneler



Canneler un citron. *Tenir le citron dans une main et, de l'autre, creuser des cannelures bien proches.*



Canneler une courgette. *Couper net les extrémités de la courgette et la canneler régulièrement.*

CANNELLONIS Pâtes alimentaires qui ont donné leur nom à une spécialité italienne (le mot italien signifie « gros tuyaux »). Ces rectangles de pâte à la semoule de blé dur sont pochés à l'eau, garnis au centre d'une noix de farce à la viande, puis roulés en cylindres. Les cannellonis sont souvent nappés de sauce tomate, de béchamel ou de parmesan, et gratinés. On trouve dans le commerce des cannellonis séchés prêts à farcir.

pâte à cannellonis : préparation

Mélanger 200 g de farine tamisée, une grosse pincée de sel, 2 œufs battus et suffisamment d'eau pour obtenir une pâte souple et lisse. La rouler en boule, l'envelopper dans un linge humide et la mettre au frais pendant 1 heure au moins. Fariner le plan de travail et abaisser la pâte au rouleau sur une épaisseur de 3 mm environ. Avec une roulette, découper des rectangles de 6 cm de large sur 8 de long et laisser sécher 1 heure. Porter à ébullition une grande quantité d'eau salée ; y plonger les rectangles de pâte et les cuire 4 min environ. Égoutter, puis les mettre dans de l'eau froide. Égoutter de nouveau et les étaler sur un torchon humide.

cannellonis à la viande
Rôtir à l'huile d'olive un morceau de viande de veau de 600 g sur une brunoise de carotte, d'oignon et de céleri. Hacher la viande, ajouter 1 œuf entier, 60 g de parmesan râpé, 5 branches de persil hachées, 2 tranches de pain de mie cuit dans du lait, du sel, du poivre et de la noix de muscade râpée. Garnir les rectangles de pâte avec cette farce. Les rouler et les disposer dans un plat beurré. Napper de sauce bolognaise, d'un peu de béchamel et parsemer de noisettes de beurre. Mettre 20 min au four préchauffé à 275 °C.

CANOLE Petit gâteau sec et doré, spécialité de Rochechouart (Haute-Vienne), et dont la création remonte à 1371 : pendant la guerre de Cent Ans, les habitants assiégés furent délivrés par du Guesclin et pillèrent le camp anglais ; ils y trouvèrent du froment et des œufs frais, avec lesquels ils préparèrent ces petits gâteaux, auxquels ils donnèrent le nom du capitaine des troupes ennemies, sir Robert Canolles (ou Knolles).

CANOTIÈRE (À LA) Se dit en général de poissons de rivière pochés, nappés de sauce bâtarde, mais aussi de matelotes et d'un apprêt de la carpe, farcie d'une mousse de poisson, cuite au four dans un fumet au vin blanc, puis disposée dans un plat à gratin (avec échalotes ciselées, champignons émincés et jus de citron) et poudrée de chapelure ; la sauce, faite avec le fond de cuisson réduit, est montée au beurre.
▶ **Recette** : MATELOTE.

CANTAL Fromage auvergnat AOC de lait de vache (45 % minimum de matières grasses), à pâte pressée non cuite et à croûte naturelle brossée (voir tableau des fromages français page 496). Il se présente sous la forme d'un cylindre de 35 à 45 cm de diamètre et de 35 à 40 cm d'épaisseur, pesant de 35 à 45 kg.

Selon son degré d'affinage, le cantal, de couleur ivoire et finement granulé, est souple et d'une saveur douce et noisetée, ou un peu plus ferme et plus relevé. Il est également appelé « fourme du Cantal » ou « fourme de Salers ». Son appellation d'origine contrôlée délimite son aire de production (département du Cantal, arrondissements de Tulle, Ussel, Brioude, Clermont-Ferrand, Issoire).

Le cantal laitier est produit toute l'année. Le cantal fermier provient des burons des monts du Cantal ; il est alors meilleur en été et en automne. Les amateurs l'apprécient affiné 3 mois, lorsque la croûte, très épaisse, s'enfonce dans la pâte en formant des taches brunes ; il possède alors un goût assez âpre. Servi en fin de repas avec un vin léger et fruité, le cantal est aussi largement utilisé en gratins, croûtes, soupes et soufflés, ainsi que dans des apprêts typiquement régionaux (aligot, patranque, truffade).

CANTONAISE (À LA) Se dit d'un plat de riz garni, dont les grains doivent rester parfaitement détachés les uns des autres. Le riz est cuit la veille, au naturel, puis mis à reposer au froid quelques heures, durant lesquelles il est aéré plusieurs fois. On fait frire du saindoux avec du sel, du lard fumé en fines lamelles, des branches de céleri émincées et des crevettes, puis on ajoute le riz et, lorsqu'il est chaud, des œufs, et on remue juste le temps de les cuire. Le plat peut aussi comprendre de la chair de crabe, des fruits de mer, des pousses de bambou et des petits pois. L'assaisonnement se fait à la sauce soja et à l'alcool de riz.

CAPELAN Nom d'un poisson de mer, de la famille des gadidés, comportant deux espèces l'une méditerranéenne, l'autre courante dans la Manche et le golfe de Gascogne. De petite taille (15 cm au maximum), elles ne diffèrent que par l'écartement des nageoires caudales. Le capelan a un corps assez trapu, brun-jaune sur le dos, gris argent sur les flancs et blanc sur le ventre, et une tête importante. Sa chair fragile, qui se défait facilement, est surtout utilisée dans les soupes de poisson.

Au Québec, les capelans sont de petits poissons argentés qui ressemblent à l'éperlan. Au moment de la ponte, en mai, ils déferlent en grands bancs sur les plages du golfe du Saint-Laurent : d'abord les femelles, qui pondent, suivies quelques jours plus tard par les mâles, qui viennent déposer leur laitance. Le capelan se cuit tel quel sur un feu de camp ou en friture.

CAPILLAIRE Variété de fougère dont les feuilles, aromatiques et mucilagineuses, servent à la préparation d'infusions et de sirops pectoraux. Le sirop était autrefois utilisé pour sucrer des boissons chaudes, notamment la bavaroise. Le *capilê*, boisson très consommée au Portugal, surtout à Lisbonne, est fait de sirop de capillaire, de zeste de citron râpé et d'eau fraîche.

CAPILOTADE Ragoût de la cuisine ancienne, préparé avec des restes de viande (volaille, bœuf ou veau) déjà cuits, que l'on remettait à mijoter jusqu'à ce qu'ils s'effilochent. Dans le langage familier, l'expression « en capilotade » signifie en menus morceaux, en bouillie, et elle s'utilise toujours en cuisine.

CAPITAINE Poisson de mer voisin du bar, parfois surnommé « grand pourceau », qui vit sur les côtes de l'Afrique occidentale, où il pénètre dans les estuaires et remonte le cours des fleuves. Long de 50 cm environ, il a une chair blanc rosé, d'un goût très fin, qui se tient bien et ne se défait pas à la cuisson. On le prépare à la vapeur, grillé à l'unilatérale, comme le saumon, en papillote et haché en tartare avec des herbes et du citron. Au Sénégal, il entre souvent dans la composition du tié bou diené.

capitaine en feuille de bananier
Laver 4 feuilles de bananier de taille moyenne, enlever la nervure centrale, puis les ébouillanter rapidement pour les assouplir. Les étaler et déposer sur chacune d'elles 1 filet de capitaine. Plonger 2 tomates quelques secondes dans de l'eau bouillante, les peler,

▶
Capitaine en feuille de bananier



les épépiner et les concasser. Peler et hacher grossièrement 1 oignon. Saler et poivrer les filets de capitaine ; répartir les tomates et l'oignon dessus. Replier les feuilles de bananier pour former des papillotes, et les fermer à l'aide de pique-olives. Les cuire 30 min à la vapeur dans un couscoussier, ou en disposant un panier sur une grande casserole. Servir accompagné de gombos en sauce.

CAPONATA Spécialité sicilienne, composée d'aubergines, de céleri-branche et de tomates, émincés et frits à l'huile d'olive ; diversement condimentée, la caponata se sert froide, en hors-d'œuvre.

caponata

Laver 4 aubergines ; les couper en dés et les frire à l'huile d'olive. Les sortir et les égoutter. Dorer par ailleurs à l'huile un oignon haché très fin, ajouter 500 g de sauce tomate. Dans un autre récipient, laisser mijoter dans du vinaigre bien sucré 100 g de câpres au sel rincées à l'eau froide, des olives vertes dénoyautées et un cœur de céleri haché grossièrement. Quand ils sont al dente, les jeter dans la sauce tomate et cuire 10 min. Baisser le feu et ajouter les aubergines et poursuivre la cuisson 15 min en remuant. Mettre au réfrigérateur. Le lendemain, servir la caponata couverte d'œufs durs hachés, d'œufs de thon, de petits poulpes bouillis et hachés, de sardines à l'huile, de fruits de mer, de persil haché...

CÂPRE Bouton floral du câprier, de la famille des capparidacées, originaire de l'Asie orientale et répandu dans les régions chaudes, notamment dans toute la Provence. La câpre, toute petite, récoltée très jeune (moins de trois jours), est confite dans du vinaigre ou conservée dans de la saumure.

Utilisée comme condiment, elle servait déjà à relever les sauces pour les plats de poisson à Rome. Elle aromatise également le riz et les boulettes de viande (mouton et veau), garnit les pizzas et se marie bien avec la moutarde et le raifort. Le fruit du câprier, gros comme une olive, se prépare de la même façon et porte le nom de « cornichon du câprier ».

CAPUCIN Tartelette salée, garnie de pâte à choux au gruyère et servie en entrée chaude.

capucins

Préparer une pâte fine avec 200 g de farine, 100 g de beurre bien ramolli, 1 grosse pincée de sel et 3 ou 4 cuillerées à soupe d'eau très froide ; en garnir 8 moules à tartelette. Préparer d'autre part une pâte à choux avec 1/4 de litre d'eau, 50 g de beurre, 1 grosse pincée de sel, 125 g de farine, puis, hors du feu, 3 œufs entiers, un par un, et enfin 75 g de gruyère râpé. Placer une boule de pâte à choux au gruyère dans chaque tartelette et cuire au four préchauffé à 190 °C. Servir brûlant.

CAPUCINE Plante ornementale, de la famille des tropéolacées, dont les feuilles et les fleurs sont parfois accommodées en salade ; elles sont aussi utilisées pour décorer d'autres salades et comme condiment. Les boutons floraux et les graines encore tendres, confits dans du vinaigre à l'estragon, peuvent remplacer les câpres : ils sont un peu plus coriaces mais plus aromatiques. La capucine tubéreuse, originaire du Pérou, fournit des tubercules qui, confits comme les pickles, accompagnent hors-d'œuvre et viandes froides.

CAQUELON Poêlon en terre cuite ou en fonte, à intérieur vernissé, utilisé pour cuire des mets qui doivent mijoter. Autrefois, le caquelon était placé dans la cendre chaude ; lorsqu'on l'utilise sur une cuisinière, il faut l'isoler de la flamme du gaz ou de la plaque chauffante en intercalant un diffuseur. Il est d'usage, la première fois qu'on l'emploie, de frotter l'intérieur avec une gousse d'ail, pour qu'il n'éclate pas.

CARAFE Récipient de verre ou de cristal, à base large et à col étroit, pouvant être fermé par un bouchon de même matière. La carafe est employée pour servir l'eau et le vin (voir DÉCANTER) ; les liqueurs et les alcools se conservent aussi dans des carafes ou des carafons bouchés.

Les vins dits « de carafe » sont des vins de pays légers et frais, jeunes et bon marché, que l'on sert au restaurant en carafe (ou en pichet) et non en bouteille.

CARAMBOLE Fruit du carambolier, de la famille des oxalidées, cultivé aux Antilles, en Indonésie et au Brésil (voir planche des fruits exotiques pages 502 et 503). Jaune d'or, de forme allongée, marquée de côtes saillantes, la carambole a une chair juteuse et acidulée, et se consomme fraîche, en tranches, avec de la crème et du sucre pour le dessert, ou à la vinaigrette, comme l'avocat.

CARAMEL Sucre cuit, plus ou moins coloré en brun par la chaleur. Chauffé à plus de 150 °C (voir SUCRE), le sirop de sucre change de couleur, perd peu à peu son pouvoir sucrant, tandis que son odeur de brûlé, d'abord discrète et légère, devient de plus en plus forte ; au stade ultime de cuisson, il est si âcre qu'il devient inconsommable.

Selon l'emploi auquel on destine le caramel, on obtient le résultat souhaité en contrôlant la cuisson, de façon à l'arrêter à un point précis.

■ **Préparation.** Quelques étapes incontournables sont les clés de la réussite d'un caramel : prendre une petite casserole en acier inoxydable, en aluminium épais ou en cuivre non étamé, qui assure une bonne répartition de la chaleur (proscrire tout récipient émaillé ou étamé) ; choisir un sucre bien blanc (le peser sur une balance ou savoir qu'un morceau n° 4 = 5 g) ; imbiber le sucre avec de l'eau en passant vivement la casserole sous le robinet ; ajouter quelques gouttes de jus de citron, de vinaigre, ou quelques grammes de glucose ; chauffer à feu moyen en agitant la casserole d'avant en arrière pour répartir la chaleur ; bien surveiller la coloration progressive du sirop.

• CARAMEL TRÈS CLAIR. Presque blanc, il sert à glacer les petits-fours et les fruits déguisés ; arrêter la cuisson dès que le sirop commence à jaunir sur les bords de la casserole ; une cuillerée à café de vinaigre lui conserve plus longtemps sa fluidité.
• CARAMEL BLOND. Jaune doré, il sert à caraméliser les choux, à napper des tranches d'agrume, à souder des meringues, à assembler des pièces montées ; procéder par petites quantités (200 à 300 g de sucre maximum), car le caramel durcit et change de couleur si on le réchauffe pour le liquéfier à nouveau.
• CARAMEL MOYEN. Acajou clair, il sert à chemiser les moules, à préparer la nougatine, à napper puddings, crèmes, compotes, glaces, gâteaux de riz, œufs à la neige, etc.; ne jamais préparer le caramel directement dans le moule à gâteau.
• CARAMEL ÉTEINT. Additionné d'une petite quantité d'eau froide ou de jus d'orange (pour les crêpes Suzette), versé avec précaution quand il est couleur acajou (pour arrêter la cuisson), il se solidifie en partie, est remis sur le feu doux pour se dissoudre de nouveau, et il sert alors à parfumer.
• CARAMEL BRUN. Rouge ambré, il sert à colorer consommés, sauces et ragoûts. Au-delà de 190 °C, le sucre brûle et devient inutilisable.

Le caramel peut aussi être cuit à sec, sans eau, pour la réalisation de certaines recettes (nougatine, glace).

On le trouve enfin dans le commerce prêt à l'emploi, en flacon ou en sachet, pour aromatiser des desserts, caraméliser des moules ou napper des entremets.

Le caramel est également un colorant industriel (E 150), utilisé en particulier pour les liqueurs et les apéritifs, ainsi que pour certaines sauces toutes prêtes.

caramel à napper

Mettre 200 g de sucre cristallisé et 4 cuillerées d'eau dans une casserole épaisse ou un poêlon en cuivre. Faire fondre sur feu doux en remuant doucement avec une cuillère de bois. Ajouter une douzaine de gouttes de jus de citron et laisser le liquide en pleine ébullition. Lorsque l'ensemble commence à se colorer, agiter la casserole pour unifier la couleur. Quand le caramel est bien doré, y verser 2 cuillerées à soupe d'eau chaude, agiter la casserole, ajouter encore la même quantité d'eau et remuer. L'ensemble doit être très fluide : il durcira en refroidissant.

caramel à napper (autre recette)

Faire fondre à feu moyen dans une casserole 100 g de sucre, à sec et en le versant par petites quantités. Laisser caraméliser et ajouter 20 g de beurre et 80 g de crème liquide bouillie. Porter de nouveau à ébullition, puis laisser refroidir avant l'emploi. L'utilisation d'un beurre demi-sel permet d'équilibrer le goût très sucré du caramel, qui irrite parfois les papilles.

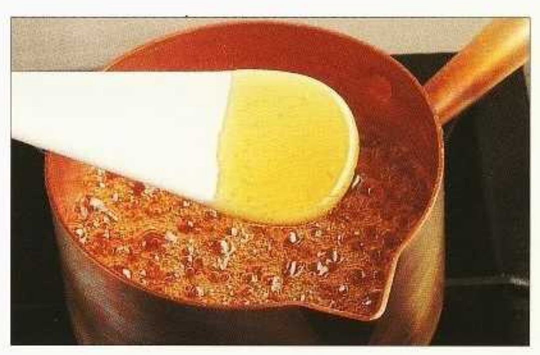
caramel à sauce

Faire fondre du sucre en poudre, le mouiller d'un peu d'eau, et le laisser colorer lentement sur feu doux. Lorsqu'il est devenu d'un rouge ambré, le mouiller d'un verre d'eau et augmenter le feu ; après quelques minutes d'ébullition, on obtient un caramel d'une belle couleur qui ne ressemble en rien, comme le disait ironiquement Antonin Carême, « à ce caramel amer que l'on fait noircir à grand feu et que l'on appelle vulgairement " jus de singe " ».

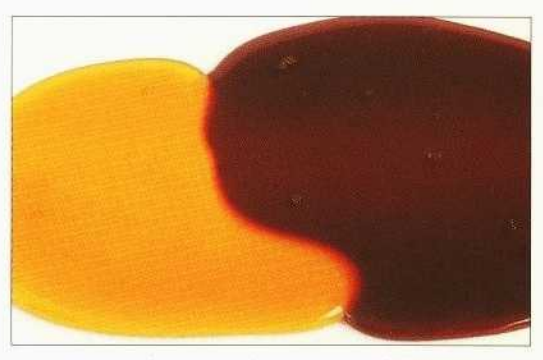
Confectionner du caramel



1. Mélanger le sucre semoule et l'eau et porter sur le feu, en nettoyant régulièrement le bord de la casserole avec un pinceau humide.



2. Dès que l'ébullition est atteinte, nettoyer de nouveau le bord de la casserole avec le pinceau. Vérifier la couleur du caramel en y plongeant une spatule de bois.



3. Interrompre la cuisson du caramel en fonction de son utilisation. Blond clair, il sert aux décorations ; foncé, il aromatise.

crème caramel → CRÈMES D'ENTREMETS
gâteau de riz au caramel → GÂTEAU DE RIZ
glace au caramel → GLACE ET CRÈME GLACÉE
île flottante au caramel → ÎLE FLOTTANTE
sauce au caramel → SAUCE DE DESSERT

Confectionner une cage en caramel



1. *Sur une louche préalablement huilée, laisser couler le caramel liquide en effectuant des allers et retours avec la fourchette.*



2. *Croiser les fils de caramel de manière à obtenir un quadrillage assez serré.*



3. *Ébarber les fils qui dépassent de la louche et soulever délicatement la cage pour la séparer de son support sans la briser.*

CARAMEL (BONBON) Bonbon, souvent carré, fait d'un mélange de sucre et de sirop de glucose ou de sucre inverti cuit, auquel on incorpore des produits laitiers (lait frais, en poudre ou concentré, beurre, crème), des matières grasses végétales et des parfums (cacao, café, vanille, noisette). La variété des dénominations (caramel dur ou mou, fudge, *hopje*, toffee) dépend de la composition, du degré de cuisson, de la forme du produit fini et de son parfum ; mais c'est du lait que provient essentiellement sa saveur. En France, dans la ville d'Isigny, célèbre pour son lait, on fabrique des caramels réputés.

caramels durs au café

Dans une casserole épaisse, mélanger 250 g de sucre en poudre 100 g de crème fraîche, 2 cl d'extrait de café et une douzaine de gouttes de jus de citron. Chauffer en remuant à la cuillère de bois jusqu'à ce que la température atteigne 142 °C. Huiler un marbre et un cadre à caramels, verser le caramel au milieu du cadre et laisser durcir, mais non pas refroidir complètement. Retirer le cadre et passer une spatule métallique souple sous la plaque de caramel pour la décoller du marbre. Découper le caramel en carrés de 2 cm de côté.

caramels durs au chocolat

Dans une casserole épaisse, mélanger 250 g de sucre en poudre, 100 g de crème fraîche, 50 g de miel ou de glucose et 50 g de cacao en poudre. Chauffer en remuant à la cuillère de bois jusqu'à ce que la température atteigne 142 °C. Huiler un marbre et un cadre à caramels et procéder comme pour les caramels au café.

caramels mous au beurre

Dans une casserole épaisse, mélanger 250 g de sucre en poudre, 1 dl de lait et 80 g de miel ou de glucose. Ajouter 1 gousse de vanille fendue en deux et porter à ébullition en remuant à la cuillère de bois. Incorporer 150 g de beurre par petites quantités et réduire le feu. Continuer la cuisson en remuant jusqu'à ce que la température atteigne 120 °C. Huiler un marbre et quatre règles à caramel ou un cercle à tarte de 18 cm de diamètre. Retirer la gousse de vanille et verser le caramel sur le marbre, dans le cercle ou entre les règles. Laisser refroidir complètement pendant 2 ou 3 heures avant de découper les caramels.

CARAMÉLISER Transformer du sucre en caramel en le chauffant à feu doux. Cette manipulation culinaire, qui demande de la précision, intervient surtout en pâtisserie et signifie « enduire de caramel » (caraméliser un ramequin), « parfumer avec du caramel » (caraméliser un riz au lait) ou « glacer de sucre cuit au caramel » (caraméliser des fruits déguisés, des choux, etc.).

« Caraméliser » veut dire aussi faire colorer sous le gril le dessus d'une pâtisserie poudrée de sucre, pour lui faire prendre couleur. De même, certains légumes tournés, et dits « glacés », sont légèrement caramélisés dans une casserole à fond plat, avec du sucre et une petite quantité d'eau ou de beurre. « Caramélisé » se dit encore de ce qui a l'apparence, le goût ou la couleur du caramel.

caraméliser un moule

Utiliser un caramel à napper encore chaud. Le verser dans le moule qui servira pour la cuisson au bain-marie d'un appareil. Faire tourner rapidement le moule, jusqu'à ce que le caramel ne coule plus, de façon à en enduire le fond et les bords d'une épaisseur égale.

compote poire-pomme caramélisée → COMPOTE
crème caramélisée à la cassonade → CRÈME BRÛLÉE

CARBONADE Spécialité flamande, faite de tranches de bœuf d'abord rissolées, puis cuites avec des oignons et de la bière. On donne aussi le nom de carbonade (ou carbonnade) aux grillades de porc (dans la bavette ou dans l'échine), ainsi qu'à certaines daubes de bœuf au vin rouge préparées dans le Midi (voir CHARBONNÉE).

carbonade à la flamande

Émincer 250 g d'oignons. Détailler en morceaux ou en tranches minces 750 g de hampe de bœuf ou de paleron, les faire colorer vivement dans une poêle avec 40 g de saindoux, puis les égoutter. Faire dorer les oignons dans la même graisse. Disposer des couches de viande et d'oignon dans une petite cocotte en les alternant ; saler et poivrer à chaque fois. Ajouter 1 bouquet garni. Déglacer la poêle avec 6 dl de bière et 1/2 verre de bouillon de bœuf. Préparer un roux brun avec 25 g de beurre et 25 g de farine, l'arroser avec le mélange à la bière, ajouter 1/2 cuillerée à café de cassonade. Rectifier l'assaisonnement. Verser cette préparation dans la cocotte, couvrir et laisser mijoter 2 h 30 à feu très doux. Servir dans la cocotte de cuisson.

CARCASSE Animal de boucherie tel qu'il est livré à la sortie de l'abattoir (sans les abats et les issues). La carcasse est composée d'os, de cartilages, de muscles, d'aponévroses (tendons, ligaments, membranes) et de graisse. Le rapport entre le poids de la carcasse et celui de l'animal sur pied représente le rendement à l'abattage.

Les gros bovins, les veaux et les moutons abattus sont saignés, dépouillés et éviscérés, la queue et les pattes sont coupées (les porcins, eux, ne sont pas dépouillés). Leur carcasse est ensuite coupée en deux, puis chaque demi-carcasse de nouveau en deux : on a ainsi les « quatre quartiers » (l'appellation de « cinquième quartier » étant donnée aux abats et aux issues).

Les carcasses sont alors suspendues à une lourde barre de fer, nommée « cheville », d'où le nom de « chevillards » donné aux professionnels du commerce de la viande en gros.

CARDAMOME Plante aromatique, originaire de la côte de Malabar, en Inde, et dont les capsules renferment des graines qui, séchées, sont employées comme épice en Orient, notamment en Inde, où elles parfument le riz, les gâteaux, les omelettes, les boulettes de viande et les nouilles.

Dans les pays d'Europe du Nord, la cardamome condimente les vins chauds, les compotes, les tartes et certaines charcuteries.

CARDE Côte comestible de la poirée, communément appelée bette. Les cardes constituent un légume apprécié en Provence et dans la vallée du Rhône. Cuites à l'eau ou dans un blanc, elles s'apprêtent au jus, avec une sauce tomate ou une sauce blanche bien condimentée, pour relever leur goût un peu neutre.

CARDINAL Se dit d'un apprêt de poisson de mer garni d'escalopes de homard (parfois avec des lames de truffe) ou nappé d'une sauce blanche additionnée d'un coulis de homard. « Cardinaliser » signifie cuire au court-bouillon des crustacés, dont la carapace devient rouge (comme la robe d'un cardinal).

On qualifie aussi de « cardinal » des entremets glacés aux fruits rouges (bombe cardinal) ou des desserts aux fruits, froids, crus ou pochés, parfois dressés sur de la glace à la vanille et nappés d'un coulis de fraise ou de framboise, ou tièdes, pochés et nappés du sirop de cuisson réduit, additionné de crème de cassis (poires cardinal, en particulier).

▶ **Recettes** : BARBUE, CROÛTE, FRAISE, FRICASSÉE, HOMARD, SAUCE.

CARDINE Poisson de mer plat assez allongé, de la famille des scotophthalmidés, qui se caractérise par des yeux placés du même côté, une grande bouche et des nageoires à longs filaments. Mesurant de 20 à 50 cm, la cardine a une seule face colorée grisâtre, marquée de brun ou de rose, avec une ligne latérale très nette. Elle se pêche sur toutes les côtes françaises, ainsi qu'au Canada, où elle porte le nom de « cardeau d'été ». Sa chair épaisse, ferme et blanche, se détache bien des arêtes. Ce poisson maigre se prête à de nombreuses préparations, surtout quand il est détaillé en filets, comme la sole.

CARDON Plante potagère de la famille des composées, comme l'artichaut, dont il a un peu le goût. Disponibles à la fin de l'automne et en hiver, les cardons du Lyonnais sont réputés ; dans le Midi, ils étaient de tradition au repas de Noël ;à Tours, on les cuisine en gratin. À l'achat, les côtes de cardons – les cardes – doivent être bien fermes, d'un blanc crémeux, larges et charnues ; vendues avec la partie feuillue et le haut de la racine, elles peuvent se conserver quelques jours si on les met à tremper dans de l'eau froide salée. Les cardons sont surtout appréciés frits et à la moelle, mais aussi froids, à la vinaigrette. Au jus, au beurre, à la béchamel, à la crème, aux fines herbes, etc., ils accompagnent souvent des viandes blanches ou rouges.

cardons : cuisson

Nettoyer le pied des cardons en supprimant les côtes dures. Défaire les branches tendres, les effiler, les couper en tronçons de 8 cm, les citronner pour éviter le noircissement. Couper le cœur en quatre. Plonger le tout dans un blanc bouillant. Porter de nouveau à petite ébullition, couvrir et cuire doucement 2 heures.

cardons à la moelle

Égoutter les cardons blanchis et les dresser dans un légumier. Les garnir avec le cœur, coupé en tranches rondes, et des lames de moelle pochées à l'eau salée. Napper de sauce crème. Parsemer de persil ciselé.

sandre grillé aux cardons, filet d'huile d'olive et citron → SANDRE
tajine au bœuf et aux cardons → TAJINE

CARÊME Période de quarante jours d'abstinence – les repas gras étant autorisés le dimanche –, prévue dans la religion catholique comme temps de pénitence avant Pâques. La rigueur originelle du carême imposait de ne manger ni viande, ni graisse, ni œufs. L'ordinaire se composait donc de légumes, souvent secs. Mais on finit par trouver divers arrangements : ainsi, moyennant une aumône au clergé, on pouvait consommer, sans excès toutefois, du beurre et des œufs, et certains gibiers d'eau, comme le castor, furent assimilés à des poissons et donc autorisés. En cuisine, les liaisons à l'œuf se faisaient à la chair de carpe, et la pâtisserie sut tourner la difficulté avec les croquants, les craquelins, les échaudés, les gâteaux de farine au miel et la bouillie aux amandes.

La règle de l'abstinence a beaucoup fait pour développer l'imagination des cuisiniers ; ainsi, la morue, servie sur bien des tables pendant plusieurs semaines d'affilée, est l'un des poissons qui connaît les apprêts les plus variés.

CARÊME (MARIE-ANTOINE, DIT ANTONIN) Cuisinier et pâtissier français (Paris 1784 - *id.* 1833). Né dans une famille nombreuse et très pauvre, il se retrouva dans la rue dès l'âge de dix ans. Recueilli par un gargotier de la barrière du Maine, il apprit les rudiments de la cuisine. À seize ans, il entra comme apprenti chez Bailly, rue Vivienne, l'un des meilleurs pâtissiers de Paris, qui l'aida dans ses études. Carême rencontra aussi Jean Avice, excellent praticien, qui le conseilla et l'encouragea. Doué et travailleur, le jeune homme se fit bientôt remarquer, et Talleyrand, qui se fournissait chez Bailly, lui proposa d'entrer à son service.

■ **Au service des grands de ce monde.** Carême dirigea pendant douze ans les cuisines de Talleyrand. Il servit aussi le prince régent d'Angleterre, le futur George IV, fut envoyé auprès du tsar Alexandre Ier (il rapporta de Russie quelques grands classiques, tels le borchtch et le koulibiac), puis à la cour de Vienne, à l'ambassade d'Angleterre, chez la princesse Bagration, chez lord Steward ; il passa ses dernières années chez le baron de Rothschild. Carême mourut à cinquante ans, « brûlé par la flamme de son génie et par le charbon des rôtissoires » (Laurent Tailhade), non sans avoir réalisé son rêve : « Publier un livre sur l'état entier de ma profession à l'époque où nous sommes. »

L'œuvre écrit de Carême comprend *le Pâtissier pittoresque* (1815), *le Maître d'hôtel français* (1822), *le Pâtissier royal parisien* (1825) et surtout *l'Art de la cuisine au XIXe siècle* (1833), en 5 volumes (les deux derniers étant de la plume de son disciple Plumerey). Ces ouvrages invitent le lecteur à la table des empereurs, des rois et des princes pour qui fut conçue cette cuisine d'apparat.

■ **L'apport de Carême.** Carême avait compris que la nouvelle aristocratie, issue du Consulat, aspirait au luxe et au décorum. Il mit ainsi au point des recettes à la fois spectaculaires et raffinées, faites pour l'élite de la nouvelle société. Certaines de ses formules sont restées célèbres, notamment en matière de sauces. En outre, véritable fondateur de la grande cuisine française, il mit celle-ci au service du prestige de la France.

Cela ne l'empêcha pas de s'occuper aussi de détails matériels : il redessina certains ustensiles de cuisine, modifia la forme des poêlons pour filer le sucre, conçut des moules et se soucia même de la forme du bonnet des cuisiniers. On lui attribue la création du vol-au-vent et des grosses meringues. Pâtissier incomparable, il fut tout autant l'homme des sauces et des potages (on en dénombre 186 français et 103 étrangers dans *l'Art de la cuisine*). Son nom reste attaché à des recettes et à des apprêts baptisés en son honneur.

▶ **Recette** : ŒUF MOLLET.

CARI Nom d'un mélange d'épices d'origine indienne, en poudre ou en pâte. Le mot (on écrit aussi curry) désigne également le plat que ce mélange condimente et colore en jaune.

■ **Composition.** En Inde, chaque cuisinier prépare son propre cari, et les composantes varient selon la région, la caste et l'usage. En Occident, les mélanges (datant du XVIIIe siècle) obéissent à des formules fixes. On y trouve aujourd'hui des caris doux *(mild)*, forts *(hot)* et brûlants *(very hot)*. Une composition classique comprend, par exemple, curcuma, coriandre, cumin, poivre (indispensables), girofle, cardamome, gingembre, muscade, tamarin, piment (facultatifs). Elle peut être rehaussée de fenouil, de carvi, de ginseng, de basilic séché, de graines de moutarde, de cannelle. Au Sri Lanka, on y ajoute du lait de noix de coco ou du yaourt ; en Thaïlande, de la pâte de crevettes séchées. En Inde, les caris sont onctueux, liquides, secs ou poudreux, et leur couleur va du blanc au brun doré ou au rouge en passant par le vert.

■ **Emplois.** En Orient, le cari condimente de nombreux mets végétariens (à base de farine de pois chiches, de lentilles, de riz), ainsi que des plats de viande ou de poisson. En Occident, on prépare surtout des caris de porc, de poulet ou d'agneau. Il existe trois modes de préparation du cari.

• À L'INDIENNE. La viande en morceaux est mise à dorer avec oignons et échalotes émincés, puis remplacée par un ragoût de tomates, de cari (parfois additionné de lait de noix de coco) et d'épices, que l'on fait mijoter avant d'y remettre la viande avec du bouillon.

• À LA CHINOISE. La viande, détaillée en très petits morceaux, est mise à macérer avec le cari et de la sauce soja, puis versée en une seule fois dans une poêle graissée au saindoux, où elle cuit avec des épices.

• À L'ANGLAISE. La viande en morceaux, poudrée de farine, puis de cari, et mouillée de bouillon, cuit en ragoût classique.

Le cari peut également relever un pilaf de fruits de mer, une bisque, un potage à la tomate, un ragoût de lentilles, un plat de légumes, voire une mayonnaise pour le poisson ou un beurre composé.

cari d'agneau

Mélanger 1 cuillerée à soupe de gingembre frais râpé (ou 1 cuillerée à café de gingembre en poudre), 1 mesure de safran, 2 cuillerées à soupe d'huile, 1 grosse pincée de poivre de Cayenne, du sel et du poivre. Rouler dans ce mélange 1,5 kg de collier

ou d'épaule d'agneau coupé en morceaux et laisser macérer 1 heure. Peler et concasser 3 grosses tomates. Dorer les morceaux de viande dans une cocotte, avec 2 cuillerées à soupe de saindoux, puis les retirer. Faire revenir 5 min dans la même graisse 4 gros oignons épluchés et émincés, puis ajouter la tomate concassée, 1 cuillerée à soupe de cari, 3 gousses d'ail épluchées et finement hachées et 1 bouquet garni. Éplucher et râper 1 grosse pomme un peu acidulée, l'ajouter dans la cocotte et remuer pendant 2 ou 3 min. Remettre la viande dans la cocotte, remuer, ajouter 1 petit bol de lait de coco ou, à défaut, de lait demi-écrémé ; couvrir et laisser mijoter 40 min. Rectifier l'assaisonnement. Servir ce cari très chaud, avec du riz cuit à l'indienne et, dans des raviers séparés, des noix de cajou, des raisins secs et des dés d'ananas et de banane citronnés.

cari de lotte à la créole

Couper 1 kg de lotte en morceaux, les dorer à l'huile dans une cocotte puis les égoutter. Faire revenir dans la même huile 1 tasse d'oignons épluchés et finement hachés, puis ajouter 2 ou 3 tomates pelées et concassées, 1 mesure de safran, 1 cuillerée à soupe de gingembre frais râpé (ou 1 cuillerée à café de gingembre en poudre), 2 gousses d'ail épluchées et finement hachées, 1 bouquet garni, 1 morceau d'écorce d'orange et 1 cuillerée à café de cari ; bien remuer sur feu moyen pendant 5 ou 6 min, puis ajouter 1/4 de litre d'eau chaude, du poivre de Cayenne, du sel et du poivre ; couvrir et laisser mijoter 20 min. Remettre la lotte dans la cocotte, couvrir et cuire doucement 30 min. Retirer le bouquet garni et l'écorce d'orange, et servir avec du riz créole.

RECETTE DE MONT-BRY

cari de poulet

« Après l'avoir vidé, flambé, épluché, dépecez un poulet de grosseur moyenne et divisez chacun des membres en trois ou quatre morceaux (en dépeçant la volaille, coupez nettement les os, afin de ne pas les fragmenter en menus éclats). Mettez ces morceaux de poulet à cuire dans une casserole où, préalablement, vous aurez fait cuire, dans du saindoux ou dans du beurre, 2 oignons moyens, 100 g de jambon et 2 pommes reinettes pelées, le tout haché et assaisonné avec de l'ail écrasé, du thym, du laurier, de la cannelle, de la cardamome et du macis en poudre. Lorsque les morceaux de poulet sont bien raidis, les remuer dans le mélange sans les faire trop colorer et les saupoudrer de 2 cuillerées de cari. Ajoutez 2 tomates pelées, épépinées, concassées, et mélangez bien. Mouillez de 2,5 dl de lait de noix de coco (ou, à défaut, de lait d'amande). Cuisez, à petite ébullition et la casserole couverte, pendant 35 min environ ; 10 min avant de servir, ajoutez 1,5 dl de crème fraîche épaisse et le jus d'un citron. Cette sauce doit être amenée au point voulu, par la seule réduction. Dressez le poulet dans une timbale et servez-le avec du riz, préparé de la façon suivante : cuire 15 min dans de l'eau salée, en le remuant souvent, 250 g de riz ; l'égoutter et le laver à plusieurs reprises à l'eau froide ; le mettre sur une plaque, enfermé dans une serviette. Le faire sécher à l'étuve ou au four à chaleur très douce pendant 15 minutes. »

CARIBOU Nom canadien du renne, dont on s'accorde généralement à dire que c'est le plus savoureux des gibiers. Sa commercialisation, autorisée mais réglementée, est effectuée par l'intermédiaire des Inuit, qui conservent leurs droits ancestraux de chasse. On découpe et on cuit le caribou de la même façon que le bœuf. Habituellement, on le sert saignant avec une sauce poivrade, accompagné d'une poire pochée au vin rouge ou de légumes d'automne (purée de céleri-rave ou betteraves râpées).

Le mot désigne aussi un apéritif québécois, à base de vin rouge doux auquel on ajoute de l'alcool naturel.

CARICOLE Nom bruxellois du bigorneau (voir planche des coquillage page 324). Tout un folklore entoure aussi bien la cuisson des caricoles, réalisée dans un court-bouillon fortement aromatisé de céleri, que leur commercialisation : dans les rues, des cuisinières ambulantes sortent leur préparation d'une grande casserole colorée posée sur une charrette, puis extraient la chair abondante de la coquille des gastéropodes marins.

CARIGNAN (À LA) Se dit d'un apprêt de grande cuisine des noisettes d'agneau et des tournedos, qui sont sautés, puis dressés sur des pommes Anna (façonnées en petites tartelettes) et nappés d'une sauce déglacée au porto et au fond de veau tomaté. La garniture comprend des pointes d'asperge au beurre et des œufs moulés en appareil à duchesse, panés, frits, évidés et remplis de purée de foie gras.

Le mot désigne aussi un entremets froid : poire, pêche ou pomme pochée, évidée, remplie de glace au chocolat, puis dressée sur une abaisse de génoise et recouverte de fondant vanillé.

CARMÉLITE (À LA) Se dit d'un apprêt froid de suprêmes de volaille, qui sont nappés de sauce chaud-froid, décorés de lames de truffe et dressés avec une mousseline d'écrevisse et des queues d'écrevisse.

L'appellation désigne aussi des œufs (mollets ou pochés) dressés dans une croûte à flan, garnis de moules à la crème et nappés de sauce au vin blanc.

CARMEN Nom de divers apprêts (consommé, œufs, filets de sole) caractérisés par la présence de tomate ou de poivron et, en général, d'une garniture ou d'un assaisonnement assez relevé « à l'espagnole ».

La salade Carmen est composée de riz cuit, de blanc de poulet coupé en dés, de poivrons rouges détaillés en lanières et de petits pois assaisonnés d'une vinaigrette à la moutarde et à l'estragon haché.

CARMIN Colorant naturel rouge, également appelé « cochenille » ou « acide carminique » (E 120), dont les emplois sont très nombreux (voir ADDITIF ALIMENTAIRE) : charcuteries et salaisons, crevettes en conserve et poissons séchés, sirops, liqueurs et apéritifs, fromages et laits aromatisés, mais surtout confiseries et pâtisseries.

CARNAVAL Temps de réjouissances populaires et de mascarades, qui ont lieu dans les jours qui précèdent le Mardi gras, veille du carême.

■ **Origine.** Elle remonte aux fêtes romaines des calendes de mars, qui célébraient par des rites agraires le réveil de la nature. À cette occasion, les interdits étaient transgressés et les déguisements autorisés ; on brûlait des mannequins de paille au milieu des cris. C'est pourquoi, dans les campagnes, des rites magiques se mêlaient aux réjouissances gastronomiques.

■ **Abondance de viandes.** Le carnaval s'étend, théoriquement, du jour des Rois au mercredi des Cendres, mais il atteignait jadis son paroxysme lors du repas du Mardi gras, traditionnellement marqué par une abondance de viandes de toutes sortes (d'où la coutume du défilé du bœuf gras [voir BŒUF]). En Champagne, ce dernier repas gras devait comporter des pieds de cochon, en Ardèche, des oreilles. Dans la Marne, on mangeait les coqs vaincus durant les combats de la journée. En Touraine, le plat spécial était un gigot de chèvre ; en Limousin, un lapin farci ; dans le Quercy, un gros vol-au-vent, contenant un poulet dépecé avec une sauce aux salsifis. En Provence, le grand aïoli était de rigueur. En Nivernais, le repas était ainsi composé : bouillon aux pâtes, bœuf bouilli avec les légumes, coq au sang (ou en sauce blanche), dinde ou oie rôtie, salade à l'ail et à l'huile de noix, fromage blanc avec de la crème, tarte aux pruneaux et brûlot au marc.

De telles festivités rassemblaient un grand nombre de personnes ; il fallait donc confectionner des desserts assez bon marché et vite préparés à l'aide d'une bonne flambée, d'où la tradition des crêpes, des gaufres, des beignets et autres friandises apparentées.

Dans l'est de la Belgique, aujourd'hui, on fête le carnaval en mangeant des beignets, appelés « beignets boule de Berlin », ou de la salade russe (Malmédy) ; à l'ouest (Tournai), on prépare la veille du Mardi gras un « lapin du lundi perdu ».

Au Québec, c'est une boisson qui est associée au carnaval : le « caribou », un mélange d'alcool pur (entre 40 et 80 % Vol.) et de vin rouge, que l'on boit dans la rue pour se réchauffer.

En Suisse, à Bâle, la coutume est de manger de la soupe à la farine et des tartes à l'oignon ou au fromage ; à Lucerne, on déguste des *Fasnacht Chuechli*, sortes de beignets frits.

CAROLINE Apprêt salé en pâte à choux, en forme d'éclair miniature, cuit au four puis garni soit d'un appareil au fromage ou au jambon, soit de caviar, de mousse de saumon, de foie gras... Servies chaudes ou froides, les carolines – ou éclairs « Karoly » – constituent des assortiments pour les buffets.

La caroline est aussi un petit-four en pâte à choux, lui aussi en forme d'éclair miniature, cuit puis garni de crème pâtissière naturelle ou parfumée, et glacé au fondant, au sucre cuit ou au glaçage miroir chocolat.

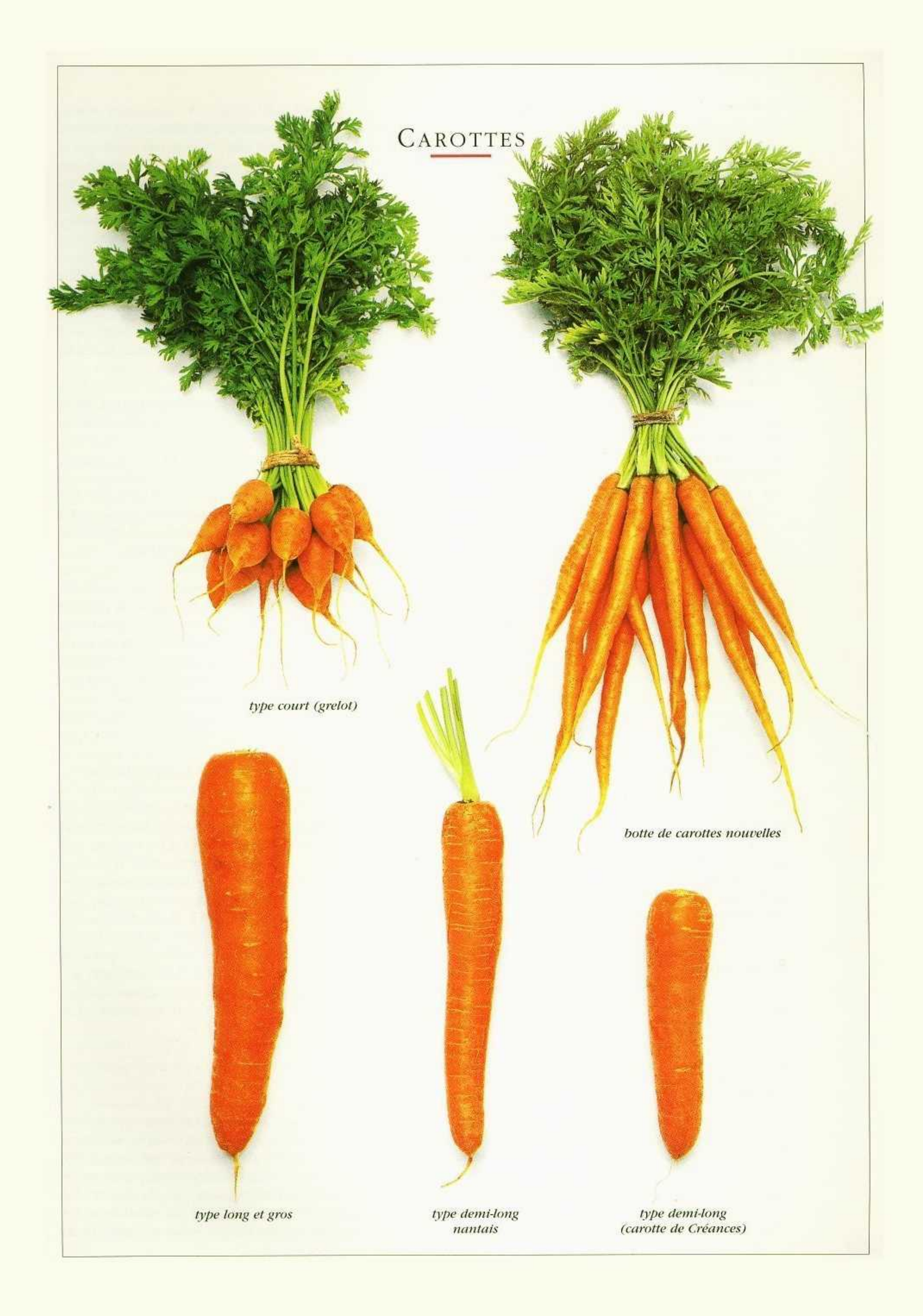
carolines à la hollandaise

Préparer une pâte à choux sans sucre. Coucher sur une plaque de petits éclairs de 4 cm de long environ. Les dorer à l'œuf, les cuire au four préchauffé à 190 °C et les laisser refroidir. Pour une douzaine de carolines, dessaler 4 filets de hareng, les parer, les éponger. Les piler ou les passer dans un mixeur avec 2 jaunes d'œuf durs et 80 g de beurre ; y ajouter 1 cuillerée de ciboulette et 1 cuillerée de persil ciselés. Fendre légèrement les éclairs sur le côté et, par cette ouverture, les emplir de farce à l'aide d'une poche à douille. Badigeonner les carolines de beurre fondu et les parsemer aussitôt d'un peu de jaune d'œuf dur et de persil hachés. Mettre au frais avant de servir.

CAROTTE Plante potagère, de la famille des ombellifères, cultivée pour sa racine comestible rouge-orangé (voir tableau). La carotte est l'un des légumes les plus consommés en France, après la pomme de terre. Elle contient beaucoup d'eau, et fournit 42 Kcal pour 100 g ; elle est riche en sucre (9 g pour 100 g), en sels minéraux, en vitamines (provitamine A surtout) et en pectine ; elle contient en outre un pigment, le carotène.

Caractéristiques des différents types de carottes

types	provenance	époque	aspect
type court	ceintures vertes	fin mars - fin oct.	court, renflé, peau lisse
grelot	ceintures vertes	fin mars - fin oct.	rond, de plus en plus rare
type demi-long ou nantais	Nantes et sa région, Landes, Espagne	fin mars - fin juin	cylindrique, longueur et calibre moyens, bien bouté, peau lisse, rouge
	Manche (dont la Créances, à peau très lisse et fine), Landes, Bretagne,- Ain, Bouches-du-Rhône, Gironde, Haute-Garonne, Vaucluse	fin juin - fin avr.	
type long et gros	Aisne, Somme, Bretagne	fin juin - fin déc.	coloré, peau lisse ou peu rugueuse



CAROTTES
type court (grelot)
botte de carottes nouvelles
type long et gros
type demi-long
nantais
type demi-long
(carotte de Créances)

■ **Histoire.** Les Anciens reconnaissaient à la carotte une valeur nutritive et la vertu thérapeutique de renforcer l'acuité visuelle, mais ils ne l'appréciaient guère comme légume. Jusqu'à la Renaissance, elle n'avait d'ailleurs qu'une racine jaunâtre et coriace, au cœur fortement lignifié, et n'apparaissait jamais, pas plus que les autres « raves », parmi les aliments nobles. Elle fut améliorée peu à peu, et des espèces cultivées furent vendues sur les marchés. Sa teinte orangée ne date que du milieu du XIXe siècle.

■ **Emplois.** En principe, les carottes ne devraient pas être épluchées, mais simplement brossées sous un filet d'eau, les vitamines étant concentrées dans la peau ; aujourd'hui, elles sont souvent traitées avec des produits antiparasitaires, et il vaut mieux les peler (sauf celles de Créances) et ne pas les laisser tremper.

Les carottes sont meilleures quand elles sont toutes jeunes, « nouvelles » ; elles se consomment crues, râpées plus ou moins finement, et assaisonnées d'une vinaigrette, ou simplement de jus de citron, d'huile d'olive, de sel et de poivre, éventuellement aromatisée aux anchois, aux raisins, aux miettes de thon, aux fruits secs, etc.

Cuites, elles s'accommodent glacées, à la crème, aux fines herbes, Vichy, en jardinière, en purée, en soufflé. Elles entrent dans la préparation de potages, de potées, de plats de viandes ou de légumes et de fonds de cuisson (brunoise, court-bouillon).

On peut les détailler de diverses façons, selon leur emploi et leur cuisson : rondelles, tronçons, bâtonnets, dés, rouelles, julienne. La conserverie propose de très petites racines, au naturel, ainsi que des macédoines et des mélanges petits pois-carottes.

Enfin, ce légume se prête bien à la stérilisation et à la surgélation.

carottes glacées

Éplucher des carottes nouvelles rondes et courtes, et les tourner. Les mettre dans une sauteuse sans qu'elles se chevauchent ; couvrir d'eau froide. Ajouter, par demi-litre de liquide, 30 g de sucre, 60 g de beurre et 6 g de sel. Porter vivement à ébullition, puis réduire le feu, couvrir de papier sulfurisé et cuire jusqu'à réduction presque complète du mouillement. À ce stade, les carottes doivent être à point : les faire rouler pour bien les enrober de leur cuisson. Ces carottes glacées peuvent être accommodées à la béchamel (ajouter quelques cuillerées de sauce au dernier moment), au beurre, à la crème (couvrir de crème bouillante et réduire des deux tiers), aux fines herbes (parsemer de persil ou de cerfeuil ciselés), au jus (ajouter quelques cuillerées de jus de rôti de veau ou de volaille).

carottes aux raisins

Couper en rondelles des carottes nouvelles. Les faire sauter dans du beurre fondu. Poudrer légèrement de farine, et mouiller à hauteur d'eau et d'une cuillerée de marc de Bourgogne. Couvrir. Cuire 15 min environ et ajouter une poignée de raisins de Málaga épépinés. Terminer la cuisson à couvert et à feu doux.

carottes Vichy

Éplucher 800 g de carottes nouvelles et les émincer en fines rondelles. Les mettre dans une sauteuse et les recouvrir juste à hauteur d'eau, additionnée de 6 g de sel et d'une grosse pincée de sucre par demi-litre. Cuire à feu doux jusqu'à ce que tout le mouillement soit absorbé. Présenter les carottes parsemées de 30 g de beurre en petites parcelles et de persil ciselé.

escalopes de saumon tièdes aux carottes → SAUMON
purée de carotte → PURÉE
rouelle de thon aux épices et aux carottes → ROUELLE
salade de carotte à l'orange → SALADE

CAROUBE Fruit en gousse du caroubier, arbre méditerranéen de la famille des césalpiniadés. La caroube, qui peut atteindre 30 cm de long, a une pulpe nutritive, rafraîchissante et aussi riche en sucre que la mélasse. Broyée, elle permet de préparer des confitures, une liqueur, les galettes traditionnelles kabyles. Dans l'industrie alimentaire, la farine est largement utilisée pour son pouvoir gonflant et agglutinant. Elle est également utilisée contre la gastro-entérite des enfants.

CARPACCIO Hors-d'œuvre italien, composé de tranches très fines de faux-filet de bœuf cru, servies froides, avec une légère mayonnaise. Cet apprêt est né en 1950 au *Harry's Bar* de Venise (sans rapport avec le bar américain de Paris) ; son nom est un hommage au peintre vénitien de la Renaissance, Vittore Carpaccio.

RECETTE DU *HARRY'S BAR*, À VENISE

carpaccio

« Ôter tout le gras, les nerfs et les cartilages d'un morceau de 1,3 kg de faux-filet très tendre, de façon à obtenir un cylindre bien net. Le mettre au congélateur. Quand il est bien raidi, le découper à l'aide d'un couteau parfaitement effilé en tranches très fines. Disposer celles-ci sur des assiettes, saler légèrement et remettre au réfrigérateur 5 min au moins. Mélanger 2 dl de mayonnaise avec 1 ou 2 cuillerées à café de Worcestershire sauce et 1 cuillerée à café de jus de citron. Ajouter du sel et du poivre blanc. Mettre un peu de cette sauce sur les tranches de viande, en créant éventuellement des motifs décoratifs. »

selle d'agneau en carpaccio au pistou → AGNEAU

CARPE Poisson des rivières à cours lent, de la famille des cyprinidés, élevé aujourd'hui en étang ou en bassin (voir planche des poissons d'eau douce page 819). Pouvant atteindre 75 cm de long, la carpe a un corps trapu, recouvert d'écailles épaisses (brunâtres sur le dos, jaune doré sur les flancs et blanchâtres sur l'abdomen) ; sa bouche, petite et sans dents, porte

quatre minuscules barbillons. Par croisement, on a obtenu des variétés de meilleur rendement : la carpe cuir et la carpe miroir, la plus fine. Au Canada, on lui connaît de proches parents (voir CORÉGONE). La carpe est le poisson le plus prisé par les Chinois (ses lèvres sont considérées comme la partie la plus fine). On trouve sur le marché français des carpes asiatiques surgelées, dont la chair passe pour être plus ferme et plus savoureuse que celle des carpes d'élevage français.

À l'achat, la carpe doit être charnue ; si elle est vivante, il faut veiller à bien extraire la poche de fiel, difficile à sortir du fond de la gorge. Il est conseillé de faire ensuite séjourner le poisson, vidé et écaillé, dans plusieurs bains successifs d'eau vinaigrée.

La carpe se prépare rôtie, farcie (notamment « à la juive »), grillée, au court-bouillon – voire au bleu –, en matelote (à la bière, en particulier), au vin blanc ; les petites carpes, ou carpillons, se font également frire.

carpe à la bière

Habiller une carpe de 2 kg environ, puis retirer soigneusement les laitances. Saler et poivrer le poisson intérieurement et extérieurement. Émincer 150 g d'oignons épluchés et les faire fondre dans du beurre, à couvert, sans coloration. Couper en dés 30 g de pain d'épice. Émincer finement 50 g de céleri-branche bien effilé. Beurrer un plat à four, le garnir avec les oignons, le pain d'épice et le céleri, y disposer la carpe, ajouter 1 bouquet garni et mouiller presque à hauteur de bière allemande de type Munich. Cuire 30 min au four préchauffé à 170 °C. Faire pocher les laitances dans un peu de court-bouillon, puis les égoutter et les escaloper. Sortir le poisson, le disposer dans un plat de service avec les laitances, tenir au chaud. Faire réduire d'un tiers le fond de cuisson, le passer et le monter au beurre ; servir en saucière avec la carpe.

carpe à la chinoise

Nettoyer et vider une carpe de 1,5 kg environ ; la couper en tronçons. Hacher finement 2 gros oignons épluchés, les faire blondir dans de l'huile. Ajouter 2 cuillerées à soupe de vinaigre, 1 cuillerée à soupe rase de sucre en poudre, 1 cuillerée à dessert de gingembre frais râpé, 1 ou 2 cuillerées à soupe d'alcool de riz (ou de xérès), du sel, du poivre et 1 verre d'eau ; remuer, couvrir et laisser mijoter 10 min. Cuire les tronçons de carpe 10 min à la poêle, avec de l'huile, puis les déposer dans la sauce et poursuivre la cuisson 4 ou 5 min.

RECETTE D'ANTONIN CARÊME

carpe farcie à l'ancienne

« Prenez une grosse carpe laitée, écaillez-la, levez-en les chairs après en avoir ôté les petites arêtes ; joignez à la chair de la carpe celle d'une petite anguille et celle de 8 anchois bien dessalés ; faites une farce à quenelle suivant la règle, mais sans y ajouter de sauce ; tenez-la ferme. Vous aurez soin, en levant la chair de la carpe, de laisser l'arête du milieu et de ne pas en séparer la tête et la queue. Faites blanchir les laitances ; coupez-les ensuite en plusieurs parties, sautez-les au beurre avec un peu de citron, ensuite joignez-y des truffes et des champignons et liez de quelques cuillerées de sauce allemande très réduite. Prenez un couvercle de la longueur de la carpe, beurrez-le grassement ; couchez dessus de la farce d'un pouce d'épaisseur, en lui donnant la forme de la carpe, et couchez dessus l'arête à laquelle tiennent la tête et la queue. Masquez-la d'un peu de farce, mettez dessus le ragoût préparé et recouvrez d'un second pouce de farce, en conservant toujours la forme de la carpe ; lissez-la avec la lame du couteau trempée dans l'eau chaude. Beurrez une plaque, ou un plafond qui puisse tenir la carpe, et jetez sur le beurre un lit de mie de pain ; présentez le couvercle sur un fourneau pour faire fondre le beurre, et glissez la carpe sur le plafond sans la déformer. Ensuite, à l'aide d'un pinceau, masquez-la d'œufs battus ; panez le dessus et appuyez fortement la panure, arrosez-la de beurre clarifié ; puis, avec le bec d'une petite cuillère d'argent, figurez les écailles, en commençant par la tête. Trois quarts d'heure avant de servir, mettez la carpe au four. Ayez soin de l'arroser souvent de beurre clarifié, qu'elle se colore d'une belle couleur dorée. Lorsque, au bout du temps prescrit, vous vous serez assuré de sa parfaite cuisson, glissez entre le plafond et la carpe un couvercle de sa longueur pour la poser dans le plat dans lequel vous devez la servir. Mettez dans le plat une financière travaillée à l'essence de poisson, et envoyez-en dans une saucière. »

carpe à la juive

Écailler, ouvrir et vider une carpe de 1 kg en réservant soigneusement les œufs. Couper la carpe en tronçons et les faire dégorger 20 à 30 min dans du gros sel. Égoutter ces morceaux, bien les éponger dans un torchon et ajouter les œufs. Préparer un petit bol de persil mélangé de 2 ou 3 gousses d'ail épluchées et hachées. Dans une cocotte, faire revenir les tronçons et les œufs de carpe dans 3 ou 4 grosses cuillerées d'huile, puis les réserver dans un plat. Délayer alors dans la graisse 2 cuillerées à soupe de farine de blé et mouiller aux deux tiers de la cocotte ; saler, poivrer, ajouter le persil et l'ail, puis les morceaux de poisson et les œufs. Cuire 20 min à petits bouillons. Retirer les morceaux de poisson et les œufs et les dresser dans un plat creux. Faire doucement réduire la sauce d'un tiers. Verser sur le poisson et laisser prendre en gelée, dans le réfrigérateur. La carpe se sert tiède ou froide.

CARRAGHÉNANE Additif extrait des algues rouges, très utilisé en industrie agroalimentaire pour ses propriétés épaississantes, stabilisantes et gélifiantes (voir ADDITIF ALIMENTAIRE). On utilise le carraghénane

dans les produits laitiers, la charcuterie, les viandes restructurées, les plats préparés, le surimi, ainsi que dans certains produits allégés, où ils contribuent à remplacer la matière grasse.

CARRÉ Pièce de boucherie (de veau, de mouton, d'agneau ou de porc) comprenant l'ensemble des côtes premières et secondes (voir planches de la découpe des viandes pages 22, 128 et 129, 839 et 1 081). Le carré est généralement détaillé en portions individuelles (côtes et côtelettes), à griller ou à poêler.

Le carré de mouton (ou d'agneau, plus délicat) est légèrement dégraissé ; le haut des manches des côtelettes est dénudé et les os des vertèbres entaillés, afin de faciliter la découpe lors du service (voir SELLE). Ce carré peut être présenté « à plat » ou « en couronne ».

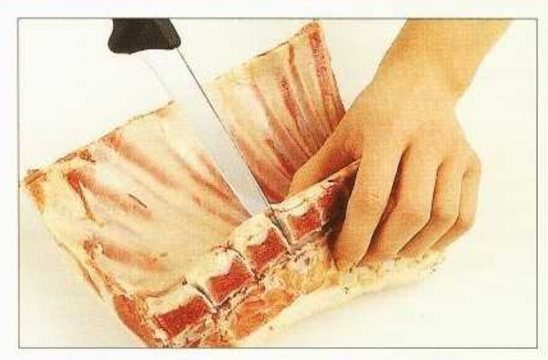
Le carré de veau, désossé, est rôti avec les os, disposés autour, qui lui communiquent leur saveur.

Le carré de porc, désossé et ficelé, fournit un excellent rôti ; toutefois, la viande ayant plus de goût lorsqu'elle a cuit avec les os, il vaut mieux fendre les vertèbres ou les enlever, et dégager le haut de chaque

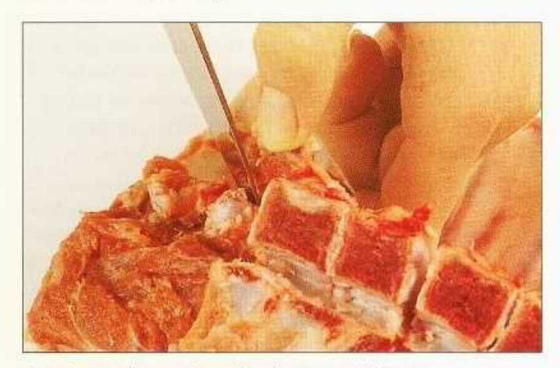
Découper un carré d'agneau



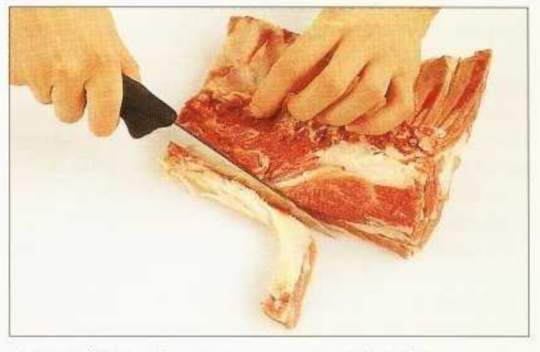
1. *Retirer en l'arrachant la peau parcheminée du carré d'agneau, en tirant de la partie la plus étroite vers la plus large.*



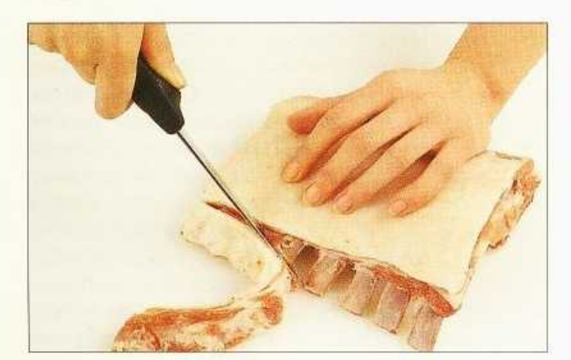
2. *Poser le carré côté graisse sur la planche et faire le tour de chaque vertèbre et de chaque côte avec un couteau à désosser.*



3. *Désosser le carré en détachant complètement chaque vertèbre.*



4. *Finir de parer le morceau en tenant les côtes d'une main et en sectionnant de l'autre le nerf dorsal.*



5. *Manchonner le carré : l'inciser sur toute la longueur à 2 cm du bout des côtes. Dégager l'excédent de chair. Mettre l'os à blanc en grattant avec le couteau et égaliser les côtes.*



6. *Pratiquer sur le gras, avec le couteau, des incisions peu profondes et parallèles, qui permettront l'écoulement de la graisse et une meilleure pénétration de l'assaisonnement.*

côte pour en faciliter le service. En charcuterie, après transformation (salage, fumage…), le carré de porc fournit le bacon, le lonzo, le carré fumé.

▶ **Recettes** : AGNEAU, PORC.

CARRÉ (FERDINAND) Ingénieur français (Moislains, Somme, 1824- Pommeuse, Seine-et-Marne, 1900), qui fit construire, dès 1859, les premières machines frigorifiques ; l'une d'entre elles fut installée la même année à la brasserie Velten, à Marseille. En 1877, après avoir créé une entreprise qui exportait des machines en Allemagne, en Grande-Bretagne et aux États-Unis, il renouvela l'expérience de l'ingénieur Tellier datant de 1856, en équipant de cales frigorifiques un bateau (le *Paraguay*), à destination de Buenos Aires. Au retour, chargé de viande argentine, le navire s'échoua sur la côte du Sénégal ; malgré une immobilisation de deux mois, la cargaison arriva au Havre en parfait état, et un grand banquet fêta l'événement.

CARRÉ DE L'EST Fromage de lait de vache pasteurisé (45 % de matières grasses), à pâte molle et à croûte fleurie, originaire de Champagne et de Lorraine, où il est fabriqué industriellement (**voir** tableau des fromages français page 494). Le carré de l'Est, présenté en boîte de 8 à 10 cm de côté et de 2,5 à 3 cm d'épaisseur, a une saveur douce et onctueuse.

L'appellation « carré » s'applique aussi à des fromages normands du pays de Bray ou du pays d'Auge.

CARRELET Poisson plat de la famille des pleuronectidés, qui vit dans toutes les zones côtières de la Norvège au Maroc, mais surtout dans la Manche et dans la mer d'Irlande et, en France, plus particulièrement entre Boulogne et Fécamp (**voir** planche des poissons de mer pages 820 et 821). Mesurant de 25 à 60 cm, il a un corps brun-vert parsemé de taches orangées plus ou moins foncées. Il est commercialisé entier ou en filets, et sa chair iodée se prépare au four, grillée, frite ou en papillote.

CARROTCAKE Gâteau typiquement nord-américain, composé d'une pâte à base de farine, d'œufs, de sucre et d'huile, à laquelle on incorpore des carottes en purée (ou en morceaux). Épais et moelleux, le carrotcake est nappé d'un glaçage à la vanille et peut s'accompagner de noix et de raisins secs.

CARTE Document énumérant tous les mets disponibles d'un restaurant, et présenté aux clients pour qu'ils choisissent la composition de leur repas. Cette carte, manuscrite ou imprimée, parfois décorée, propose souvent un ou plusieurs menus, des suggestions, des plats du jour, saisonniers ou régionaux, et la carte proprement dite, qui répertorie, selon l'ordre du service, les entrées froides, les entrées chaudes, les poissons, les viandes, les garnitures et les desserts, ces derniers faisant de plus en plus l'objet d'une carte spéciale.

Les cartes sont aujourd'hui plus courtes et mieux structurées qu'elles ne l'étaient il y a quelques années, et témoignent davantage de la spécificité de chaque établissement.

La carte des vins, quant à elle, propose un choix plus ou moins vaste, s'enrichissant parfois de vins de haute qualité, classés par grandes régions de production.

CARTHAME Plante oléagineuse de la famille des composées, originaire d'Orient et cultivée dans le sud de la France, que l'on utilise aussi en pharmacie et comme colorant. Ses graines donnent une huile pauvre en cholestérol. Les pétales de ses fleurs remplacent parfois le safran (les Britanniques les appellent « safran bâtard »), mais leur saveur est un peu plus amère ; ils servent surtout à colorer et à épicer les plats de riz. À la Jamaïque, le carthame est utilisé comme épice, mélangé avec des piments et des clous de girofle.

CARVI Plante aromatique de la famille des ombellifères, commune en Europe centrale et en Europe septentrionale, appelée aussi, en raison de similitudes de goût et d'aspect, « cumin des prés », « faux anis » ou « cumin des montagnes » (**voir** planche des herbes aromatiques page 561). Le carvi est cultivé surtout pour ses graines, oblongues et brunes, qui, séchées, sont utilisées comme épice, en particulier dans l'est de la France, pour condimenter la choucroute et les ragoûts, et accompagner certains fromages (gouda, munster).

En Hongrie et en Allemagne, le carvi parfume très souvent le pain et la pâtisserie ; en Angleterre, les pommes de terre cuites et la pâte des biscuits. En France, il aromatise les dragées des Vosges. Mais surtout, le carvi est partout utilisé dans la fabrication de liqueurs : kummel, vespétro, schnaps, aquavit.

CASANOVA DE SEINGALT (GIOVANNI GIACOMO) Aventurier italien (Venise 1725- Dux, Bohême, 1798), célèbre par ses exploits galants. Il a attentivement observé les mœurs de son temps. Les habitudes de la table et ses propres goûts culinaires tiennent une grande place dans ses *Mémoires*. Entre deux aventures, il n'hésitait pas à faire un détour pour goûter des pâtés renommés, le rare hermitage blanc des côtes du Rhône et la liqueur de Grenoble, les cèpes de Gênes ou les brochettes d'alouettes de Leipzig. Les truffes, les huîtres, le champagne et le marasquin lui doivent en grande partie leur réputation d'aphrodisiaque.

CASSATE Entremets glacé d'origine italienne, composé d'un appareil à bombe pris dans un moule semi-sphérique chemisé de couches successives de glace à la vanille et de glace au fruit. Dans certaines régions, on y ajoute de la ricotta, du chocolat en copeaux et des fruits confits.

cassate à la fraise

Préparer 1/2 litre de glace à la fraise, 1/2 litre de glace à la vanille et 4 dl de crème Chantilly additionnée d'un salpicon de fruits confits macérés dans de l'eau-de-vie ou de la liqueur. Étaler la glace à la vanille dans un moule semi-sphérique, napper de la crème et mettre au congélateur pour faire prendre la chantilly. Recouvrir avec la glace à la fraise, bien tasser, lisser et remettre le tout au congélateur.

CASSE-CROÛTE Repas rapide et sommaire, composé généralement de pain, de fromage et de charcuterie. Dans le langage familier, « casser la croûte » (ou, encore plus argotique « la graine »), c'est « manger sur le pouce », c'est-à-dire tailler sa tranche de pain au couteau et la garnir de rillettes, de saucisson ou de camembert.

Une tradition du casse-croûte a gagné ses lettres de noblesse : le mâchon lyonnais.

Le mot « casse-croûte » désignait, à l'origine, un ustensile dont les vieillards édentés se servaient pour briser la croûte du pain.

CASSE-NOISETTES ET **CASSE-NOIX** Instruments servant à casser par pression les noix, les noisettes et autres fruits à coque dure. Il s'agit le plus souvent d'une pince en acier chromé, à deux niveaux de serrage pour recevoir des coques de grosseur différente. Il existe aussi des casse-noix en bois, de forme cylindrique, équipés d'une grosse vis qui écrase la noix quand on la serre.

CASSEROLE Ustensile de cuisson cylindrique, muni d'une queue et souvent accompagné d'un couvercle et qui, en restauration, porte le nom de « russe ».

Les premières casseroles de cuivre sont apparues au XIVe siècle, mais leur étamage était loin d'être parfait, et l'on s'en servait relativement peu, bien que la présence d'une longue poignée les rendît plus maniables que la marmite.

Aujourd'hui, elles sont généralement vendues par séries de cinq – bien qu'il existe plusieurs modèles spéciaux (à jus, à pommes Anna, etc.) – et proposées dans différents matériaux : aluminium (revêtu ou non d'une pellicule antiadhésive), acier inoxydable, fonte ou tôle d'acier émaillée, nickel, cuivre-Inox, vitrocéramique, porcelaine à feu, etc. Il faut aussi tenir compte de la nature du fond (surtout si l'on cuisine à l'électricité), de la stabilité et de la maniabilité (manche de la bonne longueur, pas trop lourd, isolé s'il est en métal, éventuellement amovible), du versage (par bec verseur ou, mieux, par bord verseur, c'est-à-dire avec un rebord ourlé sur toute la circonférence, ce qui permet de verser en n'importe quel point de la casserole), et, enfin, de la facilité d'entretien.

Les casseroles servent essentiellement à faire chauffer les liquides, cuire les aliments dans un mouillement et réchauffer des préparations (éventuellement au bain-marie). Quant aux apprêts dits « en casserole », ils peuvent être cuisinés dans une cocotte.

CASSEROLE (APPRÊT) Préparation de cuisine classique, généralement faite avec du riz cuit façonné en forme de cassolette ou de timbale, ou avec un appareil à pommes duchesse. Les casseroles, aujourd'hui peu usitées, sont garnies d'appareils divers (à vol-au-vent, en particulier), de mousses, de salpicons ou de hachis au gras ou au maigre, de purée de gibier, de ris de veau ou d'agneau, d'escalopes de foie gras aux truffes, etc. Elles peuvent aussi être garnies à la Sagan, à la vénitienne, à la bouquetière, à la régence, à la Nantua, etc.

bécasse en casserole à la périgourdine → BÉCASSE
caille en casserole Cinq-Mars → CAILLE

RECETTE D'ANTONIN CARÊME

casserole au riz à l'ancienne

« Après avoir lavé à plusieurs reprises et à l'eau tiède six quarterons de riz caroline, vous le versez dans une grande casserole du diamètre de dix pouces, afin de pouvoir de travailler quand il en sera temps ; vous le mettez sur le feu, à l'eau froide, et après quelques secondes d'ébullition, vous l'égouttez. Ensuite, vous mouillez le riz, avec à peu près deux fois son volume de bon bouillon, et le liez, en sus, d'un bon dégraissé de volaille ; c'est-à-dire que, si le riz se trouve être d'un pouce d'épaisseur, vous pouvez hardiment le mouiller de deux pouces au-dessus de sa surface (sans y comprendre le dégraissé). Vous placez la casserole sur un bon fourneau ; aussitôt que le riz est en ébullition, vous le retirez sur l'angle du fourneau, afin de pouvoir aisément ôter le peu d'écume qu'il jette ; cela fait, vous placez la casserole sur des cendres rouges ; vous la couvrez sans mettre de feu dessus. On doit avoir soin que le riz mijote sans interruption ; après une petite heure d'ébullition, vous le remuez un peu avec une spatule, afin qu'il crève également ; vous le faites encore mijoter pendant vingt à vingt-cinq minutes, puis vous le remuez de nouveau ; et si vous trouvez qu'il soit doux et facile à s'écraser sous la pression des doigts, vous le retirez du feu. Mais dans le cas contraire, vous y joignez un peu de mouillement et vous le laissez achever de crever à point. Alors vous le remuez quelques minutes avec la spatule. Lorsque le riz n'est plus que tiède, vous en formez une pâte lisse et ferme en la travaillant bien et assez longtemps pour que tous les grains aient passé en partie sous la pression de la spatule ou cuiller de bois ; et si vous jugez nécessaire d'y ajouter un peu de bouillon, vous en mettez, mais bien peu à la fois, attendu que le riz doit être ferme quoique très liant. Cette opération terminée, vous formez la casserole au riz sur un plafond ou sur une tourtière. À cet effet, vous y versez le riz en masse et lui donnez quatre à cinq pouces d'épaisseur sur sept de diamètre et, pour le rendre bien lisse, vous passez et repassez encore vos doigts sur les parties qui en ont besoin. Pour l'enjoliver, vous vous servez de la pointe d'un couteau et de tranches de carottes que vous découpez afin de les rendre propres à ce travail (c'est-à-dire à en faire des sortes d'ébauchoirs). Faites en sorte que votre décor soit bien saillant, c'est-à-dire que les ornements soient bien détachés de la masse du riz. Vous masquez ensuite la surface de la casserole au riz avec un peu de beurre clarifié : cela la dispose à prendre une

couleur plus vive ; puis vous la placez sur une chevrette et la mettez au four chaud : la cuisson est d'une heure et demie à peu près, sa couleur doit être d'un jaune vif. Étant cuite, vous ôtez le couvercle que vous avez tracé en formant la casserole (en l'incisant de la pointe d'un couteau sur le dessus de la casserole), après l'avoir dégarnie entièrement de tout le riz qui ne tient pas à la croûte, afin que celle-ci soit bien mince. Alors vous mêlez dans une petite casserole une grande cuillerée de riz (du dedans) avec un peu de béchamel (si la garniture est à la béchamel) ou un peu d'espagnole (si son ragoût est saucé à l'espagnole) ou telle autre sauce et, au moment de servir, vous glacez légèrement les parties saillantes. »

cœur de veau en casserole à la bonne femme → CŒUR
côtes de veau en casserole à la paysanne → VEAU

CASSIS Fruit du cassissier, ou groseillier noir, arbrisseau de la famille des ribésiacées, originaire d'Europe du Nord, qui donne des grappes de baies noires et juteuses, aigrelettes et aromatiques.

Produit essentiellement en Bourgogne, mais aussi dans l'Orléanais, en Haute-Savoie, en Allemagne, en Belgique et aux Pays-Bas, le cassis est très riche en vitamine C, acide citrique, potassium et calcium (60 Kcal pour 100 g).

■ **Emplois.** Le « noir de Bourgogne », à petits grains très foncés et brillants, est exceptionnellement parfumé et savoureux ; les variétés à gros grains, moins denses, sont plus aqueuses. Le cassis, qui se récolte en été, est rarement vendu frais, comme fruit de table. Il est employé pour la fabrication de gelée, de confiture, de jus de fruits, de sirop et surtout de liqueur. Congelées ou réduites en purée, les baies sont aussi utilisées pour préparer sorbets, bavarois, charlottes, soufflés et tartes. On trouve parfois dans le commerce des grains de cassis séchés : ils peuvent remplacer les raisins de Corinthe en pâtisserie.

▶ **Recettes** : CHARLOTTE, SAUCE DE DESSERT, SIROP, SORBET.

CASSIS (LIQUEUR) Liqueur très parfumée, obtenue par macération de grains de cassis dans de l'alcool, qui sera additionnée de sucre (325 à 375 g de fruits et 400 g de sucre par litre d'alcool). Titrant de 16 à 18 % Vol., cette « crème de cassis » est la grande spécialité de Dijon et de la Côte-d'Or, où sa fabrication fut mise au point en 1841 par un certain Claude Joly. Elle entre dans la composition du « mêlé-cass » (un tiers de cassis, deux tiers d'eau-de-vie de vin) et dans celle de nombreux cocktail, tel le « cardinal », mélange de beaujolais rouge et de cassis. L'invention du kir a notablement augmenté sa production.

CASSIS (VIN) Vin AOC blanc et rouge provenant d'un vignoble proche du port de Cassis, entre Marseille et La Ciotat (voir PROVENCE).

CASSOLETTE Petit récipient à oreillettes ou à manche court, en porcelaine à feu, en verre trempé ou en métal, utilisé pour préparer et servir des entrées chaudes, ou pour présenter certains hors-d'œuvre et entremets froids. Le mot désigne aussi le mets lui-même, dont la composition est très variable : salpicons et ragoûts divers (ris de veau, hachis de volaille, champignons, mousses de poisson, etc.), liés de sauce blanche ou brune, pour les cassolettes salées ; crèmes, bouillies aromatisées, fruits pochés pour les cassolettes sucrées).

RECETTE DE FREDY GIRARDET

cassolettes de saint-jacques aux endives

« Détailler 1 kg d'endives en tronçons de 1 cm ; les laver, les égoutter, les citronner. Saler et sucrer, ajouter 2 cuillerées d'huile d'arachide et faire sauter 7 ou 8 min au beurre à couvert. Décoquiller et parer des coquilles Saint-Jacques, les poêler, les saler, les poivrer et les poudrer d'un soupçon de poivre de Cayenne ; les faire colorer (3 ou 4 min) en les tenant peu cuites. Les dresser en cassolette sur les endives. Faire réduire des deux tiers 0,5 dl de porto, ajouter le jus de 1 citron et 50 g de beurre coupé en morceaux. Émulsionner. Ajouter un peu de zeste de citron coupé très fin. Verser sur les coquilles Saint-Jacques et servir. »

CASSONADE Sucre roux cristallisé, extrait directement du jus de la canne à sucre (voir tableau des sucres page 1 007). La cassonade a une couleur brune et un léger goût de rhum dus aux résidus de gomme et de cire. En Amérique du Nord, elle remplace souvent le sucre blanc.

En cuisine, la cassonade entre dans les préparations à l'aigre-doux (chutneys), dans plusieurs plats traditionnels canadiens, comme les fèves au lard, et dans certaines recettes françaises du Nord (civet de lièvre, chou rouge à la flamande, boudin noir) et du Midi (pâté de Pézenas à la viande de mouton) ; en pâtisserie, elle donne un arôme particulier aux tartes, aux gâteaux briochés, aux puddings et à la croûte caramélisée des crèmes brûlée ou catalane.

▶ **Recette** : CRÈME BRÛLÉE.

CASSOULET Spécialité languedocienne, à base de haricots blancs, cuits dans une marmite avec des couennes, des condiments et des aromates, garnis de viandes et gratinés en fin de cuisson.

■ **Composition.** Si la qualité des haricots est primordiale pour procurer au cassoulet son goût et son onctuosité, ce sont les viandes qui lui donnent son originalité. Le cassoulet de Castelnaudary – ville qui revendique le titre de capitale « mondiale » du cassoulet – comporte essentiellement du porc (longe, jambon, jarret, saucisson et couennes fraîches de lard), avec, éventuellement, un morceau de confit d'oie.



Dans le cassoulet de Carcassonne, on ajoute du gigot de mouton et, en période de chasse, de la perdrix. Celui de Toulouse, avec les mêmes ingrédients que celui de Castelnaudary, mais en quantités moindres, s'enrichit de lard de poitrine, de saucisse de Toulouse, de mouton et de confit d'oie ou de canard.

Il existe d'autres variantes, notamment celle de Montauban (aux haricots de Pamiers, garnis de confit, de saucisse crue et de saucisson à l'ail) et celle du Comminges (aux couennes de porc et au mouton). On cuisine même un cassoulet de morue (le stockfisch tenant lieu de confit).

Les états généraux de la Gastronomie française de 1966 ont défini des proportions impératives : 30 % au moins de viande de porc, de viande de mouton ou de confit d'oie ; 70 % de haricots et de jus, de couennes de porc fraîches et d'aromates.

■ **Préparation.** La préparation du cassoulet exige des opérations simultanées : cuisson des haricots, des viandes (porc et mouton séparément) qui s'y ajoutent (braisage de la longe, préparation du ragoût de mouton s'il y a lieu, cuisson des saucisses). La chapelure finale est indispensable à l'obtention d'une croûte dorée. Enfin, selon les puristes, plusieurs détails ne sont pas négligeables : frottement de la terrine de cuisson avec une gousse d'ail et surtout enfoncement de la croûte de gratin à plusieurs reprises (sept fois, dit-on à Castelnaudary ; huit fois, rétorque-t-on à Toulouse !).

***cassoulet** (d'après Prosper Montagné)*

Pour 8 personnes. Mettre à cuire 1 litre de haricots blancs secs (préalablement trempés à l'eau froide pendant quelques heures, mais pas trop longuement) avec 300 g de lard de poitrine, 200 g de couennes fraîches (ficelées en paquet), 1 carotte, 1 oignon piqué de clous de girofle, 1 bouquet garni contenant 3 gousses d'ail. Assaisonner de sel, mais pas trop (le lard étant salé), le tout mouillé d'eau en quantité suffisante pour que les haricots baignent bien. Cuire à très faible ébullition, ce qui permet d'obtenir des haricots parfaitement cuits, mais intacts. D'autre part, faire revenir au saindoux ou à la graisse d'oie 750 g d'échine de porc et 500 g de haut de carré de mouton désossé, le tout bien assaisonné de sel et de poivre. Lorsque ces viandes sont bien rissolées, mettre dans le « sautoir » où elles ont cuit 200 g d'oignons hachés, 1 bouquet garni et 2 gousses d'ail écrasées. Cuire à couvert et mouiller de temps en temps avec du bon jus ou du bouillon de marmite (on peut, si l'on veut, ajouter à la sauce quelques cuillerées de purée de tomate ou 3 tomates fraîches, pelées, épépinées et concassées). Les haricots étant presque cuits, retirer les légumes de garniture et le bouquet garni, et mettre dedans le porc, le mouton, un saucisson à l'ail, un quartier de confit d'oie ou de canard et, éventuellement, un morceau de saucisse de ménage. Faire mijoter doucement pendant 1 heure. Égoutter alors toutes les viandes qui sont dans les haricots ; détailler en escalopes de même grosseur le mouton, le porc et l'oie ; détailler les couennes en rectangles, le saucisson en tranches (la peau enlevée) et la saucisse en petits tronçons. Mettre dans un grand plat creux en terre, foncé de couennes, une couche de haricots, puis une assise des viandes précitées et de leur sauce ; recouvrir de haricots et achever de remplir le plat, en alternant les divers éléments et en assaisonnant chaque couche d'un peu de poivre juste moulu. Sur la dernière couche de haricots, placer les morceaux de lard et de couennes, ainsi que quelques tranches de saucisson. Poudrer de chapelure blonde, arroser de graisse d'oie. Faire cuire doucement au four (de boulanger, si possible), cela pendant 1 heure et demie environ. Servir le cassoulet dans la terrine où il a cuit.

◄
Cassoulet au porc, au mouton et au confit dans sa terrine

CASTAGNOLE Poisson de la famille des bramidés, appelé « grande castagnole », et vendu sous le nom d'« hirondelle de mer » sur la côte atlantique ou « castagnola » sur les côtes méditerranéennes, qui vit aussi dans l'océan Indien et dans le Pacifique. La castagnole, rare, a un corps ovale, gris-noir, avec une nageoire caudale noire et très échancrée. Sa chair, excellente, s'apprête souvent en filets.

CASTIGLIONE Nom qui désigne certains apprêts de cuisine classique (viandes, poissons), hérités de la tendance « décorative » des plats sous le second Empire : les petites pièces de boucherie sont sautées, dressées sur des rondelles d'aubergine sautées au beurre, surmontées de lames de moelle pochée et garnies de têtes de gros champignons, farcies de risotto et gratinées ; les soles ou les filets de poisson (plie, merlan, etc.) sont glacés au vin blanc et garnis de champignons, d'escalopes de homard et de pommes vapeur.

CASTILLANE (À LA) Se dit de tournedos ou de noisettes d'agneau sautés, surmontés de tomates concassées réduites à l'huile d'olive (parfois disposées dans des tartelettes et, dans ce cas, posées à côté des pièces) et accompagnés de pommes croquettes et de rondelles d'oignon frites ; la sauce s'obtient par déglaçage au fond de veau tomaté.

CASTOR Rongeur de la famille des castoridés, aujourd'hui protégé. Autrefois, en France, on l'appelait « bièvre » ; assez répandu, il était chassé tant pour sa chair que pour sa fourrure. L'Église avait en effet déclaré sa viande « maigre », comme celle de tous les gibiers d'eau, ce qui permettait de la consommer pendant le carême.

Il ne faut pas confondre le castor avec le myocastor, ou ragondin, originaire d'Amérique du Sud et introduit en Europe au XXe siècle. Le castor est élevé pour sa fourrure, mais aussi pour sa viande, à l'odeur légèrement musquée, qui entre dans la composition de pâtés et de certaines préparations culinaires.

Au Québec, on apprécie beaucoup le castor : on le trappe en hiver pour sa consommation personnelle, car la commercialisation en est interdite. Mais on a cru

longtemps que sa viande avait mauvais goût car on traduisait *castor oil* – « huile de ricin », en anglais – par « huile de castor ».

On le rôtit entier, au four, farci de petits légumes et enveloppé d'une crépine.

La queue, elle, est cuite au court-bouillon jusqu'à ce que se forme une grosse huile entre cuir et chair ; on dépose alors la queue sur un plat et on l'incise le long des vertèbres pour dégager une matière grisâtre dont la consistance rappelle celle du ris de veau. On sert sur chaque assiette bien chaude un carré de 3 cm, entouré de quatre sauces chaudes à base de gelées de fruits sauvages - menthe, pembina, raisin sauvage et atoca, par exemple.

CATALANE (À LA) Se dit de diverses garnitures inspirées de la cuisine espagnole en général (la Catalogne étant surtout réputée pour ses fruits de mer, ses poissons et son goût pour l'ail).

Le poulet sauté (ou le sauté d'agneau ou de veau) à la catalane est garni d'amandes et de citrons confits.

Les grosses pièces de boucherie sont garnies de dés d'aubergine sautés à l'huile et de riz pilaf.

Les tournedos et les noisettes d'agneau grillés sont dressés sur des fonds d'artichaut et entourés de tomates grillées.

▶ **Recettes** : AUBERGINE, ŒUF POÊLÉ, PINTADE, SAUCISSE.

CAUCHOISE (À LA) Se dit de plusieurs apprêts typiques du pays de Caux, en particulier du râble de lièvre (ou de lapin) mariné au vin blanc avec des aromates, cuit au four, nappé d'une sauce obtenue en réduisant le fond lié ensuite avec de la crème fraîche épaisse additionnée de moutarde ; ce plat s'accompagne de pommes reinettes sautées au beurre.

L'appellation désigne aussi une sole braisée au four dans du cidre, puis nappée d'une sauce réduite et montée au beurre, et garnie d'écrevisses.

La salade cauchoise, qui associe pommes de terre en rondelles, branches de céleri émincées et julienne de jambon cuit, est assaisonnée d'une sauce à la crème fraîche, au vinaigre de cidre et au cerfeuil.

▶ **Recette** : TARTE.

CAVE À LIQUEURS Coffret d'ébénisterie ou de marqueterie, parfois doté de poignées, dont l'intérieur est compartimenté pour ranger les carafes et flacons à liqueurs, ainsi que le service de verres assortis.

CAVE À VINS Lieu où l'on conserve les vins. Une cave doit être sombre, légèrement humide, fraîche, à température constante et à l'abri des mauvaises odeurs et des vibrations. Si l'humidité est trop forte, des moisissures se fixent à l'extérieur des bouchons, ce qui n'a pas d'effet sur le vin mais risque, à la longue, de ramollir les bouchons. Une trop grande sécheresse, en revanche, donne des vins durs et desséchés.

Les bouteilles de vin se gardent couchées à l'horizontale dans des casiers en bois ou en métal, rangées par région et par année. Le livre de cave, où tous les vins que l'on possède sont répertoriés (nom, millésime, prix, fournisseur, date de réception, date de consommation et notes de dégustation), est indispensable à la bonne gestion d'une cave. Les eaux-de-vie et les liqueurs, quant à elles, se gardent debout, sur une étagère, car elles craignent moins les différences de température que la lumière, qui les oxyde.

On trouve aujourd'hui des armoires à vin dans lesquelles un thermostat, un système antivibratoire et un hygromètre permettent de maintenir des conditions favorables à la bonne conservation des vins.

CAVEAU (LE) Société littéraire, bachique et gastronomique, fondée à Paris en 1729 par Piron, Collé, Gallet et Crébillon fils ; son règlement stipulait que tout membre qui avait manqué aux convenances dans les discussions devait boire de l'eau. *Le Caveau*, dissous en 1757, fut de nouveau ouvert en 1796, puis remplacé par le *Caveau moderne*, qui publia pendant plusieurs années le *Journal des gourmands et des belles*, et, enfin, en 1834, par un dernier *Caveau*.

CAVIAR Préparation faite d'œufs d'esturgeon salés et soumis à une certaine maturation. La tradition du caviar, tel que nous le connaissons aujourd'hui, est russe. Elle fut introduite en France dans les années 1920 par les frères Pétrossian.

L'esturgeon vit en mer, mais il remonte, à l'époque du frai, dans les estuaires des grands fleuves de Russie et d'Asie. Aujourd'hui, il est presque exclusivement pêché dans la mer Caspienne (98 %). C'est l'Union soviétique, après la Russie des tsars, qui fut longtemps le seul fournisseur de caviar ; en 1953, elle a fait don

▶
Frivolités de saumon fumé au caviar
Recette de Joël Robuchon
Voir page 224.

Caractéristiques des différentes variétés de caviars

variétés	aspect	taille des grains	saveur
pressé	noir, œufs trop mûrs	ébauche de grains	puissante
béluga, 2 à 5 % du marché	gris foncé et nuance gris clair	grosse	fine, grasse, goûteuse
osséta ou oscietre, 15 à 25 % du marché	gris-noir et nuances mordorées	moyenne	fine, très iodée
sevruga, 60 à 80 % du marché	gris à noir	petite	très marquée, salée



à l'Iran des pêcheries qu'elle exploitait sur les côtes iraniennes de la Caspienne, qui représentent environ 10 % de la production mondiale Les œufs d'esturgeon, une fois extraits du ventre des femelles (10 % de leur poids), sont lavés, criblés, mis en saumure, puis égouttés et conditionnés en boîtes métalliques. On distingue le caviar en grains et le caviar pressé (voir tableau page 222) ; quant au « caviar blanc », provenant d'esturgeons albinos, c'est plutôt une curiosité.

Le caviar, très fragile, se déguste frais, jamais glacé, et s'accompagne à merveille de blinis et de crème aigre, ou de toasts grillés, légèrement beurrés.

filet de loup au caviar → LOUP

RECETTE DE JOËL ROBUCHON

frivolités de saumon fumé au caviar

« Retaillez 6 grandes tranches de saumon fumé très fines en rectangles de 17 x 7 cm et les réserver. Mettez les parures dans le bol d'un robot ménager et ajoutez 5 g de beurre doux, à température ambiante. Faites tourner l'appareil, mais pas trop longtemps pour ne pas chauffer le mélange. Réservez. Tiédissez 6 cl de bouillon de crevette sur feu doux. Ajoutez dans la casserole 1 feuille et demie de gélatine préalablement trempée dans de l'eau froide, et remuez pour la dissoudre. Versez ce mélange dans le bol du robot, ajouter 1 goutte de Worcestershire sauce et 2 gouttes de tabasco. Actionner le moteur, 2 ou 3 fois seulement. Battez dans un bol froid 12,5 cl de crème fraîche très froide jusqu'à ce qu'elle forme des pointes raides dans le fouet. Mettez-en le tiers dans la purée de saumon et mélangez intimement, puis incorporez le reste. Étalez sur le plan de travail des morceaux de film alimentaire un peu plus grands que les rectangles de saumon fumé. Posez ceux-ci dessus. Étalez au milieu 3 cuillerées à soupe de mousse, dans le sens de la longueur. En vous aidant du film plastique, rouler la tranche en forme de cigare ; les deux grands côtés des rectangles doivent se superposer. Tordez les extrémités du film pour bien enfermer le tout. Rangez les frivolités côte à côte sur un plat. Mettez-les au réfrigérateur, 2 heures au minimum, 24 heures au maximum. Retirez le film des rouleaux et coupez-les en deux. Disposez-les en V sur des assiettes bien froides. Garnissez-les d'un cordon de caviar de façon à dissimuler la jointure des bords. Décorez d'une rondelle de citron et servez. » (Voir photographie page 223.)

galette de pommes de terre au lard et caviar → POMME DE TERRE
gelée de caviar à la crème de chou-fleur → GELÉE DE CUISINE
gougères au céleri-rave et branche, crème de caviar → GOUGÈRE
panaché de homard et d'écrevisses au caviar → PANACHÉ

CAVOUR Nom de deux garnitures inspirées de la cuisine du Piémont, patrie de l'homme d'État italien (1810-1851). L'une concerne les escalopes ou les ris de veau : les éléments sont sautés, déglacés au fond lié et dressés sur des galettes de polenta ; celles-ci sont entourées de cèpes grillés garnis d'une purée de foie de volaille et de lames de truffe blanche. L'autre garniture dite « Cavour », pour grosses pièces de boucherie, se compose de croquettes de semoule et de raviolis.

CÉDRAT Agrume originaire de Chine, fruit du cédratier, voisin du citronnier ; en France, il est essentiellement cultivé sur la Côte d'Azur et en Corse. Plus gros que le citron et légèrement piriforme, le cédrat possède un zeste épais et verruqueux, qui s'utilise confit, en pâtisserie (cakes, biscuits, puddings, etc.).

Caractéristiques des différents types de céleris

types		provenance	époque	aspect
céleri en branche ou à côtes				
type doré	géant doré amélioré	Val de Loire, ceintures vertes	fin juin - déc.	feuilles jaunes, côtes, extérieur jaune, cœur blanc
	golden spartan	Pyrénées-Orientales, Var, Alpes-Maritimes, ceintures vertes	fin sept.-fin mars	
type vert	florida, lepage, vert d'Elne	Pyrénées-Orientales, Var, Alpes-Maritimes, ceintures vertes	fin juin - déc.	feuilles vertes, côtes charnues, extérieur verdâtre, cœur très serré et blanc
céleri à couper		ceintures vertes	mai - nov.	côtes vertes, fines, creuses, tendres
céleri-rave ou céleri-boule		Nord, Manche, Loiret, Côte-d'Or, Ain	fin juin - déc.	feuilles vertes, racine cylindrique, renflée, peau rugueuse

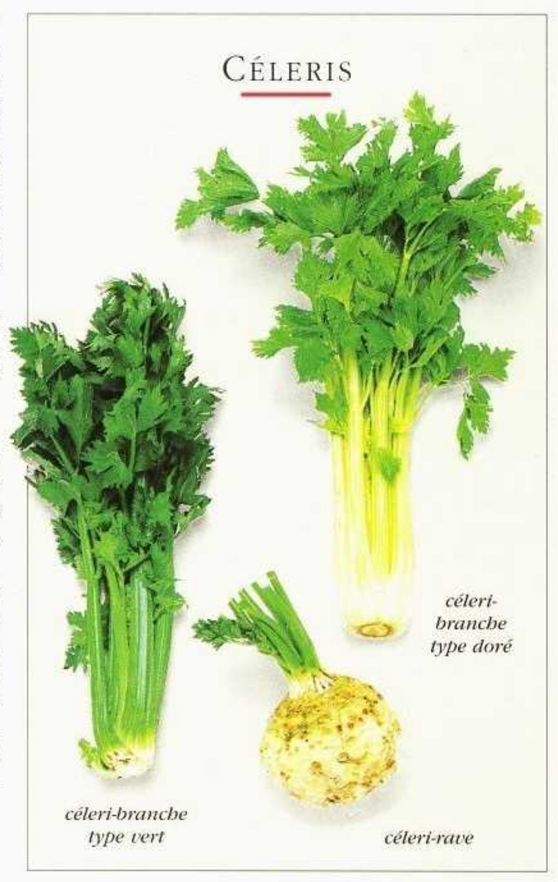
CÉLERI Plante potagère de la famille des ombellifères, dont on utilise les tiges, les côtes, les feuilles, la racine et les graines. Elle est issue, par sélection, de l'ache odorante, et ses graines sont un véritable aromate, délicat, au goût voisin de celui du fenouil (**voir** PISTOU, LIVÈCHE). On distingue deux types de céleri : le céleri-branche, dont on a développé les pétioles, et le céleri-rave, dont on a hypertrophié la racine (**voir** tableau). Le céleri à couper, dont les feuilles à côtes fines et creuses sont tendres, est utilisé comme condiment.

Le sel de céleri, mélange de graines moulues et de sel fin, sert surtout à condimenter le jus de tomate, les crèmes de légume et les sauces de salade. Il est également employé dans les régimes sans sel.

CÉLERI-BRANCHE Variété de céleri à feuillage vert et à côtes blanches et charnues, brillantes et cassantes quand elles sont bien fraîches, avec un pied assez lourd. Très digeste, peu calorique (20 Kcal pour 100 g), le céleri-branche est riche en chlorure de sodium.

■ **Emplois.** Le céleri-branche se conserve frais plusieurs jours si on laisse tremper la base des tiges dans de l'eau froide et salée (pas au réfrigérateur, car il se flétrit). On consomme les côtes crues (à la croque-au-sel ou dans des salades) ou cuites. Les feuilles, fraîches ou séchées, condimentent salades, potages, sauces, courts-bouillons et fonds de braisage. On trouve du céleri en conserve (cœurs de céleri et tronçons pour garniture, au naturel), et il se prête bien à la congélation.

CÉLERIS



céleri-branche type doré

céleri-branche type vert

céleri-rave

céleri-branche : préparation

Éliminer les grosses côtes dures de l'extérieur, les branches vertes et les feuilles ; tailler la base en pivot et raccourcir les côtes à 20 cm.

• À CONSOMMER CRU. Détacher les côtes les unes des autres, les laver, éliminer les filandres.

• À CONSOMMER CUIT. Laver le pied raccourci à l'eau fraîche en écartant les côtes ; éliminer les filandres, puis rincer ; blanchir 10 min à l'eau salée bouillante. Égoutter, saler l'intérieur et lier les côtes en bottillons. Le céleri-branche se cuisine à la béchamel, au gratin, au jus, à la moelle. Il se réduit en purée et entre dans la composition des soupes et des potages, ainsi que dans une sauce anglaise pour volailles bouillies ou braisées.

céleri-branche à la milanaise

Effiler, tronçonner et cuire 10 min au blanc les branches d'un pied de céleri ; les égoutter longuement. Beurrer un plat à gratin et y disposer la moitié du céleri ; saupoudrer de parmesan râpé ; recouvrir de céleri et parsemer à nouveau de fromage. Arroser de beurre fondu et faire gratiner au four préchauffé à 260 °C. Au moment de servir, arroser de quelques cuillerées de beurre noisette.

céleris braisés (au gras ou au maigre)

Étaler les pieds de céleri sur un linge, les ouvrir légèrement pour les saler et les poivrer intérieurement Les réunir par bottes de 2 ou 3 pieds, selon la grosseur, les mettre dans une cocotte beurrée foncée de couennes, d'oignons et de carottes émincés. Mouiller les légumes à hauteur avec du fond blanc un peu gras ou du bouillon. Faire partir l'ébullition sur le feu, couvrir et cuire 1 h 30 au four préchauffé à 180 °C. Pour préparer les céleris au maigre, supprimer les couennes de lard et remplacer le fond ou le bouillon par de l'eau.

céleris à la crème

Blanchir les branches d'un pied de céleri, les partager par moitié dans le sens de la longueur. Les ranger dans une cocotte beurrée. Saler et poivrer largement. Couvrir avec du bouillon léger (ou avec de l'eau, pour une préparation au maigre). Porter à ébullition sur le feu, puis couvrir et cuire au four 1 heure. Égoutter les céleris, les replier pour les doubler, les dresser dans un légumier. Passer la cuisson, la dégraisser, la faire réduire, y ajouter 1/2 dl de béchamel. Mouiller de 2 dl de crème épaisse. Faire réduire de moitié ; incorporer 1 cuillerée de beurre, mélanger, passer. Napper les céleris.

consommé à l'essence de céleri ou d'estragon → CONSOMMÉ
potage-purée de céleri → POTAGE
poularde au céleri → POULARDE
sandre de Loire au céleri et au vin → SANDRE

CÉLERI-RAVE Variété de céleri cultivée dans le Nord et la région parisienne pour sa racine à chair plus ou moins blanche, qui, à maturité, pèse de 800 g à 1 kg. Vendu sans ses feuilles, le céleri-rave doit former une boule lourde et ferme. Très digeste, apportant 44 Kcal pour 100 g, riche en phosphore et en chlorure de sodium, il se consomme cru ou cuit. On le trouve en conserve, râpé et aromatisé au vinaigre.

céleri-rave : préparation
Éplucher le céleri-rave comme une pomme de terre, le rincer et le citronner.
• À CONSOMMER CRU. Le râper, le citronner pour qu'il ne noircisse pas, puis l'assaisonner selon le goût en rémoulade ou avec une vinaigrette, éventuellement aromatisée.
• À CONSOMMER CUIT. Le couper en morceaux et le faire blanchir 5 min à l'eau bouillante salée. L'utiliser ensuite comme garniture braisée, cuisinée au jus, à l'étuvée ou en julienne. Ses apprêts les plus fins sont la purée et la crème-potage.

céleri farci à la paysanne
Couper de petits céleris-raves en deux et les blanchir à l'eau bouillante salée. Les évider en laissant un bon centimètre d'épaisseur de paroi. Couper la pulpe retirée en petits dés et y ajouter un volume égal de dés de carotte et d'oignon fondus au beurre. Saler et poivrer. Garnir les demi-céleris avec ce mélange. Les ranger dans un plat beurré, les parsemer de gruyère râpé et de noisettes de beurre. Verser 1/2 verre de bouillon dans le plat et cuire 20 min au four préchauffé à 220 °C.

céleri en julienne
Éplucher 1 céleri-rave et le couper en grosse julienne. Blanchir celle-ci 3 min à l'eau bouillante, puis la rafraîchir sous l'eau froide et l'égoutter. La mettre dans une sauteuse avec un morceau de beurre et très peu de sucre en poudre. Couvrir et laisser étuver 15 min à feu doux. Parsemer de fines herbes ciselées.

céleri en rémoulade
Éplucher 1 gros céleri-rave, le citronner pour qu'il ne noircisse pas, le râper sur une râpe à gros trous, le blanchir 2 min dans de l'eau bouillante salée, l'égoutter, le rafraîchir aussitôt à l'eau froide, l'éponger soigneusement. Y ajouter de la sauce rémoulade et parsemer éventuellement de persil ciselé.

CÉLESTINE Nom d'un apprêt de poulette sauté avec des champignons et des tomates mondées, puis flambé au cognac, mouillé de vin blanc et de fond lié, et servi poudré d'ail et de persil hachés.

L'appellation désigne aussi un consommé de volaille lié au tapioca et garni d'une fine julienne de crêpes salées aux fines herbes (ou aux truffes), de blancs de volaille pochée et de pluches de cerfeuil. Certains éléments de ce consommé se retrouvent dans l'omelette « Célestine ».

CENDRE (SOUS LA) Se dit d'un mode de cuisson rustique, qui nécessite une cheminée ou un feu de bois ; il concerne essentiellement les pommes de terre et les truffes, mais aussi une volaille ou un animal que l'on a enduits d'une carapace de glaise, notamment le poulet et le hérisson, dont sont friands les gitans.
• POMMES DE TERRE SOUS LA CENDRE. Laver quelques grosses belles de Fontenay et les essuyer ; les glisser sous les braises chaudes (feu éteint) et les y laisser sans les remuer de 35 à 40 min. Les sortir, les essuyer et les servir avec du beurre demi-sel. On peut aussi les envelopper dans des papillotes d'aluminium, si le feu est encore ardent et si les cendres sont peu abondantes.
• TRUFFES SOUS LA CENDRE. Les brosser sous l'eau froide, les laver et les essuyer. Les rouler dans du cognac ou de l'armagnac, puis les envelopper une par une dans du papier d'aluminium. Si les braises sont ardentes, il faut mettre les papillotes dans une tourtière en terre que l'on glisse sous les braises et que l'on recouvre de cendres ; si le feu est bien éteint, on peut les glisser directement sous la cendre. Cuire ensuite de 35 à 45 min.

CENDRÉ Nom de divers fromages de lait de vache fabriqués en Bourgogne (aisy cendré, 45 % de matières grasses [voir tableau des fromages français page 497]), en Brie (mormant, blennes), en Orléanais et en Beauce (olivet, vendôme, voves), dans les Ardennes et en Champagne (cendrés d'Argonne, des Riceys, de Rocroi, 30 % de matières grasses), à pâte molle et à croûte naturelle cendrée. En forme de disque, les cendrés sont affinés dans des coffres de bois ou des pots garnis de cendre.

CENTRIFUGEUSE Appareil électrique utilisé pour extraire, par rotation rapide, le jus des légumes et des fruits (à l'exception des agrumes, qui sont pressés). Un tamis retient la pulpe, les pépins et la peau. Avec les jus obtenus, on prépare boissons, glaces, sorbets et gelées.

CÉPAGE Variété de plants de vigne, ainsi baptisés par les vignerons et que les botanistes appellent « cultivars ». Tous les cépages ont pour ancêtre la même espèce *Vitis vinifera*, une plante grimpante de la famille des vitacées, apparue il y a près de 20 millions d'années. Les nombreux cépages connus aujourd'hui ont été sélectionnés au cours des temps en fonction des sols et des conditions climatiques : il existe plus de 5 000 variétés de vigne mais, en France, on n'en utilise qu'une cinquantaine. Elles ne peuvent se reproduire par semis, mais uniquement par bouturage, marcottage ou greffage.

À chaque région viticole correspondent des cépages qui déterminent les spécificités des vins : l'Institut national des appellations d'origine (INAO) a défini, pour chaque appellation, les cépages qui la constituent. Un vin provient d'ailleurs souvent de plusieurs cépages : ainsi, le bordeaux rouge est issu du cabernet franc, du cabernet-sauvignon et du merlot ; le châteauneuf-du-pape rouge peut être composé de treize cépages différents. En revanche, le bourgogne rouge provient du seul pinot, le beaujolais du seul gamay. Si, en Alsace, les vins portent

le nom du cépage dont ils sont issus (sylvaner, riesling, gewurztraminer, etc.), les appellations des autres vignobles français sont régies par des traditions propres à chaque région. Certaines régions, comme le Languedoc-Roussillon, développent depuis quelques années les « vins de cépage » : ce sont des vins d'un seul cépage dont le nom est mentionné sur l'étiquette. Ces vins, souvent classés en « vins de pays », sont destinés à terme à remplacer les « vins de table ». La plupart de ces cépages sont universels et acclimatés dans tous les pays viticoles du monde.

CÈPE Nom usuel des champignons comestibles du genre bolet (voir planche des champignons page 240), dont le gros pied trapu ressemble à un tronc d'arbre (*cep*, en gascon).

Caractéristiques des différentes variétés de cèpes comestibles

variétés, noms scientifiques	habitat	époque	description	aspect de la chair
bolets au sens large				
bolet appendiculé : *Boletus appendiculatus*	bois feuillus, sols argilo-calcaires	août-sept.	chapeau beige chamois, sec, feutré, tubes jaune d'or à jaune citron, pied robuste, ventru, radicant jaune sulfurin	ferme, compacte, jaune pâle bleuissante
bolet bai : *Boletus badius*	plaine ou montagne, bois mixtes de pins et chênes, autres résineux (sapins)	oct.-nov.	chapeau bai châtain foncé, mat presque feutré, velouté, très visqueux (temps humide), pied peu charnu, rarement obèse, brun clair à jaune olivacé	jaune pâle, plus ou moins bleuissante
bolet blafard : *Boletus luridus*	chênaies claires, bien exposées, sols calcaires et chauds	août-oct.	chapeau orangé, briqueté vif puis lie-de-vin, pied peu obèse, réseau à mailles longitudinales, en relief	jaune et bleuissante
bolet indigo ou indigotier : *Gyroporus cyanescens*	chênaies rabougries sur sables calcarifères, lieux chauds et secs	oct.-nov.	chapeau blanc pur, puis ocre crème, pied caverneux, cloisonné verticalement, bosselé à l'extérieur	blanc pur, bleu de Prusse au toucher ou à la coupe
bolet jaune des pins ou « nonette voilée » : *Suillus luteus*	pinèdes (pins maritimes, pins sylvestres, pins noirs, etc.)	oct.-nov.	chapeau café au lait, très visqueux, glutineux, pores jaunes, pied anneau sur le haut, tubes jaunes	jaune pâle immuable
bolet à pied rouge : *Boletus erythropus*	vieilles chênaies acidophiles	sept.-nov.	chapeau bai, châtain foncé, mat, velouté, visqueux (temps humide), pores très rouges, pied ponctué de rouge, sans réseau	jaune très bleuissante
bolet royal : *Boletus regius*	bois feuillus, sols argilo-calcaires	fin juin-fin oct.	chapeau rouge, sec, feutré, tubes jaunes d'or à jaune citron, pied massif, dense, épais, dilaté, jaune soufré, réticulé	jaune sulfurin pâle, à peine bleuissante
bolets au sens strict, ou cèpes, ou cèpes nobles				
cèpe de Bordeaux : *Boletus edulis*	feuillus (chênes, châtaigniers surtout) et conifères (épicéas, sapins)	sept-oct.	chapeau brun marron, liseré marginal blanc, cuticule visqueuse, pied souvent obèse, trapu, peu coloré, réticulé	blanche immuable
cèpe d'été ou réticulé : *Boletus œstivalis* ou *Boletus reticulatus*	plaines, plutôt feuillus (chênes, châtaigniers surtout)	mai-juin, sept.-oct.	chapeau mat, velouté non gras, beige-chamois, pied beige-chamois, plus ou moins trapu, réticulé	blanche immuable
cèpe des pins de montagne : *Boletus pinophilus* ou *Boletus pinicola*	montagnes ou collines, surtout résineux (pins sylvestres, épicéas, sapins)	sept.-fin nov.	chapeau roux acajou, pied roux acajou, obèse, charnu, massif, réticulé	blanche immuable
tête-de-nègre, ou cèpe bronzé, ou cèpe noir : *Boletus aercus*	feuillus de bois chauds à tendance sèche (chênes et châtaigniers)	oct.-nov.	chapeau marron obscur presque noirâtre, charnu, pied haut très coloré, ventru, foncé, charnu, réticulé	blanche immuable

Il en existe plus de vingt variétés comestibles, reconnaissables à leur pied renflé et aux tubes caractéristiques (le « foin » ou la « barbe ») qui tapissent la face interne du chapeau. Les cèpes sont appréciés depuis le XVIII[e] siècle ; leur vogue commença à Nancy, à la cour de Stanislas Leszczynski, d'où le qualificatif de « polonais » donné au cèpe de Bordeaux.

■ **Emplois.** Les cèpes sont meilleurs jeunes ; il suffit alors de les essuyer doucement avec un linge humide. S'ils sont trop mûrs ou véreux, il faut enlever la base des pieds. Par temps humide, le foin devient parfois visqueux et doit être éliminé.

Les cèpes les plus fins peuvent se consommer crus, en salade, détaillés en fines lamelles, mais ils sont surtout savoureux cuits, en omelette, en velouté et comme garniture (de confit, de daube, voire de poisson de rivière). Pour les conserver, on peut les stériliser, les congeler, les sécher ou les plonger dans de l'huile.

Les spécialités régionales sont nombreuses : en Auvergne, les cèpes nobles (dits « de la Châtaigneraie », car ils poussent souvent sous les châtaigniers) se mangent farcis ; en Aquitaine, on les prépare en cocotte, farcis ou sous la cendre ; dans le Poitou et dans le Sud-Ouest, on les fait griller à l'huile de noix ; les cèpes de Bordeaux, toujours cuisinés à l'huile (et non au beurre), s'accommodent à l'ail ou au persil ; Auch est connue pour ses cèpes au vin blanc ; en Gascogne, on les déguste « à la viande » (piqués d'ail et accompagnés de jambon cru), grillés, en casserole ou avec un salmis.

Brantôme est l'un des centres de ramassage les plus importants de France ; les producteurs expédient vers les grandes villes plusieurs centaines de tonnes de cèpes par an.

cèpes à la bordelaise

Parer les cèpes ; les escaloper s'ils sont très gros, les couper en deux dans le sens de la hauteur s'ils sont moyens, les laisser entiers s'ils sont petits. Les mettre dans une sauteuse avec de l'huile et du jus de citron ; étuver 5 min à couvert, puis égoutter. Chauffer de l'huile dans une poêle, y mettre les cèpes, saler et poivrer, faire à peine rissoler. Égoutter. Ajouter une persillade et servir très chaud. (À Paris, les cèpes dits « à la bordelaise » sont apprêtés différemment : ils sont rissolés et additionnés d'échalotes hachées, de mie de pain frite et de persil haché.)

cèpes au gratin

Parer les cèpes en séparant les chapeaux des pieds ; saler, poivrer et passer le tout au beurre ou à l'huile. Ranger les chapeaux – partie bombée vers le bas – dans un plat à gratin beurré ou huilé. Hacher les pieds, avec 1 échalote par 200 g et du persil ; faire revenir à l'huile, saler, poivrer ; ajouter de la mie de pain fraîche émiettée (1 cuillerée à soupe pour 200 g de pieds) et mélanger le tout. Garnir les chapeaux avec cette préparation, parsemer de mie de pain fraîche émiettée, arroser d'huile ou de beurre fondu et gratiner au four préchauffé à 275-300 °C.

cèpes grillés

Bien nettoyer et parer des petits cèpes très frais. Ciseler les chapeaux, et faire macérer les champignons 30 min dans un mélange d'huile d'olive, de jus de citron, d'ail et de persil haché, de sel et de poivre. Les égoutter et les griller. Parsemer de persil ciselé.

cèpes à la hongroise

Parer et laver des cèpes. Les escaloper ou les couper s'ils sont gros, les laisser entiers s'ils sont petits. Les faire étuver au beurre avec de l'oignon haché (2 bonnes cuillerées à soupe pour 500 g de champignons), du sel, du poivre et du paprika (1 cuillerée à café pour 500 g de champignons). Couvrir alors de crème fraîche et faire réduire à découvert. Parsemer ou non de persil ciselé.

cèpes marinés à chaud

Parer et laver 750 g de cèpes ; les escaloper. Les frire 2 min à l'huile, puis les rafraîchir sous l'eau froide et les éponger soigneusement. Porter à petite ébullition un mélange composé de 2 dl d'huile d'olive, 3 cuillerées à soupe de vinaigre de vin, 1 cuillerée à soupe de fenouil haché, 1 cuillerée à café de zeste de citron haché, 1 feuille de laurier coupée en quatre, 2 petites branches de thym, sel et poivre fraîchement moulu. Laisser bouillir 5 min. Verser les cèpes épongés dans une terrine, les recouvrir de la marinade bouillante et passée au tamis, ajouter 2 grosses gousses d'ail pelées et 1 cuillerée de persil, hachés. Remuer pour bien répartir les aromates et laisser 24 heures au moins au frais avant de servir.

cèpes à la mode béarnaise

Parer et laver de gros cèpes, et les passer au four chaud pour les faire dégorger. Les piquer d'ail, les saler, les poivrer, les huiler et les griller sur des braises ou dans un gril vertical. Faire revenir dans de l'huile un hachis de mie de pain, d'ail et de persil. En parsemer les cèpes grillés et servir aussitôt.

cèpes à la provençale

Préparer les champignons comme pour la recette des cèpes à la bordelaise, mais en remplaçant l'huile d'arachide par de l'huile d'olive. Ajouter en outre de l'ail haché, et les faire rissoler plus franchement.

cèpes en terrine

Parer et laver 750 g de cèpes, séparer les chapeaux des pieds. Hacher les pieds, 3 ou 4 gousses d'ail pelées, 3 ou 4 échalotes épluchées et 1 petit bouquet de persil, et faire revenir le tout dans une sauteuse avec 3 cuillerées à soupe d'huile d'olive ; saler et poivrer. Faire dégorger à part les chapeaux des cèpes dans une poêle, à couvert, avec 2 cuillerées à soupe d'huile d'olive et du sel, puis les égoutter. Garnir le fond et le bord d'une terrine de tranches très fines de lard de poitrine fumé. Y placer une couche de chapeaux de cèpes, puis le hachis, puis une seconde couche de chapeaux ; recouvrir de poitrine fumée. Fermer avec le couvercle et mettre la terrine dans le four préchauffé à 200 °C. Cuire 50 min.

RECETTE DE JEAN-CLAUDE FERRERO

têtes de cèpe grillées au four

« Essuyer sans les laver 4 belles têtes de cèpe. Fendre les dômes en croix, saler légèrement, poivrer, ajouter une goutte d'huile d'olive. Mettre 5 min au four préchauffé à 300 °C. Retourner les têtes de cèpe, les saler, les poivrer très légèrement et remettre au four 3 min. Dresser les têtes à l'envers et les garnir avec une très fine tranche de foie gras mi-cuit (ou du jambon de Parme coupé en dés et légèrement grillé). Accompagner d'une salade de Trévise assaisonnée de vinaigre de xérès et d'huile d'olive. »

CERCLE À TARTE Cercle de fer-blanc, également appelé « cercle à flan », de diamètre variable (de 6 à 34 cm), que de nombreux pâtissiers préfèrent au moule pour préparer les tartes et les flans. Posé directement sur la plaque du four, il assure en effet dans la pâte qu'il contient une meilleure diffusion de la chaleur ; il suffit ensuite de le soulever délicatement pour démouler la pièce cuite.

CÉRÉALE Graminacée dont les grains servent à la nourriture des hommes (voir tableau). Les céréales ont une teneur élevée en glucides et apportent des protéines et des vitamines B, mais elles sont pauvres en acides aminés et en calcium.

Les céréales entières (uniquement débarrassées de leur enveloppe) sont très riches en substances nutritives. Plus savoureuses que les céréales raffinées, elles apportent davantage de fibres et de vitamines. Les cérales se présentent aussi sous forme de flocons, de grains soufflés, de grains prétraités et de grains précuits.

CERF Ruminant sauvage des régions tempérées, de la famille des cervidés, pouvant peser jusqu'à 200 kg et dont on consomme la viande (voir tableau des gibiers page 523). La meilleure chair est celle des faons (jusqu'à 6 mois), et celle de la jeune biche est plus fine que celle du mâle.

Le cerf était très apprécié au Moyen Âge ; il se mangeait rôti, en ragoût ou en civet ; le potage de jarret de cerf était renommé.

Au XVIe siècle, les bois de cerf se dégustaient coupés en tranches et frits, et on se régalait des « menus droits » (langue, mufle et oreilles). Quant à la corne de cerf, moulue, elle servait à préparer gelées et entremets.

Aujourd'hui, en France, la chasse au cerf est réglementée dans chaque département ; cependant, les prises annuelles sont estimées à environ 10 000 bêtes. Au Canada, le cerf de Virginie (on y trouve aussi le cerf mulet et le cerf à queue noire) est le gros gibier favori en octobre et en novembre.

L'élevage, que pratiquaient déjà les Romains, s'est développé dans des pays comme la Nouvelle-Zélande, la Grande-Bretagne, la France, etc. La législation de l'Union européenne autorise la commercialisation pendant la période de fermeture de la chasse.

Le daguet d'élevage, abattu vers 15-20 mois, fournit une viande rouge et très goûteuse, de bonne consistance, qui s'apprête comme celle du chevreuil.

CERFEUIL Plante aromatique, de la famille des ombellifères, originaire de Russie méridionale et commune dans toute l'Europe (voir planche des herbes aromatiques page 561). Le cerfeuil est utilisé comme condiment frais ; ses pluches, en particulier, garnissent des potages ou des omelettes, et aromatisent des sauces (béarnaise, gribiche, vinaigrette) et des apprêts de poissons de rivière (« au vert »). Cette plante ayant un arôme très volatil, il faut éviter de la chauffer avec excès ou de la mélanger avec trop d'huile.

Outre le cerfeuil commun et le cerfeuil frisé (décoratif), il existe un cerfeuil bulbeux, un légume délicat mais rare dont les racines tubéreuses, aromatiques et riches en fécule, se consomment comme les crosnes.

▶ Recette : ESSENCE.

Caractéristiques des différentes variétés de céréales

variétés	époque	aspect
avoine	juin-oct.	grains allongés, minces, en panache au lieu d'épi
blé ou froment	juin-oct.	grains formés d'une double enveloppe ou tégument, tige, ou rameau, ou chanvre, à feuilles alternées
maïs ou blé de Turquie, d'Inde ou garoïl	sept.-oct.	graines serrées, tige unique, à gros épis
mil (millet, sorgho ou blé de Guinée, ou gros mil)	août-sept.	graines très petites, tige pleine
orge	juin-oct.	feuilles planes, fleurs en épi simple
riz	mars-avr.	grains oblongs glabres, lisses, formés d'un très petit embryon à la base, d'un albumen farineux très épais au dehors
sarrasin, ou blé noir	juin-oct.	graines très farineuses, noires, tige recouverte de feuilles entières
seigle	avr.-oct.	épis à glumes étroites et courtes, sans pédoncule

CERISE Fruit du cerisier, arbre de la famille des rosacées. Sa peau est rouge plus ou moins foncé, et sa pulpe est sucrée ou acide selon la variété (voir tableau). Plus ou moins calorique (77 Kcal pour 100 g de bigarreaux, 56 Kcal pour 100 g d'anglaises), elle est riche en sucre, en sels minéraux et en vitamines A et B.

Les cerisiers d'Europe se rattachent à deux espèces originaires d'Asie Mineure, cultivées dès le Moyen Âge : le merisier, ou cerisier doux, a donné les arbres portant le bigarreau et la guigne, fruits de table par excellence mais utilisés aussi en tartes et pour les conserves de ménage ; le griottier, ou cerisier acide, a donné les arbres portant l'amarelle et la griotte, utilisées surtout pour les conserves au sirop ou à l'eau-de-vie, les fruits confits et les confitures. Les cerises dites « anglaises », aigrelettes, sont principalement employées pour les fruits à l'eau-de-vie.

■ **Emplois.** Les cerises sont fréquemment utilisées en cuisine et en pâtisserie. Au naturel, bien lavées, elles servent à préparer compotes, salades de fruits et coupes glacées, mais aussi tartes, flans et soufflés, clafoutis, gâteau de la Forêt-Noire. Confites, elles sont indispensables pour les cakes, puddings et décors de gâteaux. En confiserie, la cerise à la liqueur (la griotte en particulier) garnit les bouchées au chocolat. En cuisine, les cerises servent à préparer une soupe typique en Alsace et en Allemagne, des conserves à l'aigre-doux ou au vinaigre ; elles s'utilisent comme condiment et en accompagnement, surtout pour le gibier et le canard.

Parmi les liqueurs et alcools à base de cerise, il faut remarquer le cherry anglais, le guignolet d'Anjou, le ratafia de Provence, le marasquin d'Italie et le kirsch d'Alsace ; on fait aussi un « vin de cerise » avec du jus de cerise fermenté ; en Belgique, la kriek lambic est aromatisée à la cerise. Les queues de cerise et les fleurs de cerisier séchées s'emploient en infusion.

Les cerises se congèlent bien : nature, équeutées, non dénoyautées, ou recouvertes d'un sirop de sucre.

Divers fruits rouges portent, par analogie, le nom de cerise : la « cerise d'ours » est une arbouse ; la « cerise des juifs », l'alkékenge ; la « cerise des Antilles », une baie tropicale, acidulée, avec laquelle on prépare des tartes.

beignets soufflés fourrés aux cerises → BEIGNET
cailles aux cerises → CAILLE
cake au miel et aux cerises confites → CAKE

cerises confites fourrées à la pâte d'amande

Préparer de la pâte d'amande avec 125 g de poudre d'amande, 250 g de sucre semoule, 25 g de glucose, 8 cl d'eau et du kirsch. Ouvrir 50 cerises confites, sans séparer les deux moitiés. Façonner en olives la pâte d'amande. En glisser une dans chaque cerise. Disposer les fruits fourrés sur un plateau poudré de sucre glace.

cerises déguisées dites « marquises »

Bien égoutter une cinquantaine de cerises à l'eau-de-vie (avec leur queue) ; les éponger. Mettre 375 g de fondant dans une petite casserole à fond épais ; chauffer à feu vif en ajoutant 1/2 verre à liqueur de kirsch et mélanger à la spatule de bois. Quand le fondant est devenu fluide, le retirer du feu et incorporer 3 ou 4 gouttes de colorant rouge en remuant vivement. Poudrer légèrement un marbre de sucre glace. Prendre les cerises par la queue et les plonger dans le fondant ; laisser l'excédent s'écouler dans la casserole. Déposer les cerises sur le marbre (le sucre les empêche de coller), puis les disposer ensuite dans des caissettes de papier. On peut aussi employer le fondant sans coloration, ou en colorer seulement la moitié, pour obtenir 25 cerises roses et 25 cerises blanches.

cerises à l'eau-de-vie

Ébouillanter des bocaux. Dissoudre du sucre candi dans de l'eau-de-vie (350 g de sucre par litre). Choisir des cerises griottes ou Montmorency bien saines, couper la moitié de la queue et les percer avec une aiguille du côté opposé. Les ranger dans les bocaux, les recouvrir complètement d'eau-de-vie sucrée, fermer hermétiquement et mettre dans un endroit frais, à l'abri de la lumière. Attendre 3 mois avant de déguster.

cerises flambées à la bourguignonne

Équeuter et dénoyauter des cerises. Les cuire avec du sucre et de l'eau (350 g de sucre et 1/3 de verre d'eau par kilo de fruits), doucement, de 8 à 10 min, puis ajouter 2 ou 3 cuillerées à soupe de gelée de groseille et faire réduire 5 min à feu doux. Verser dans une poêle à flamber ; arroser de marc de Bourgogne chauffé dans une petite casserole ou une louche. Flamber au moment de servir.

cerises jubilé

Préparer les cerises comme pour la recette des cerises flambées, en liant le sirop avec un peu d'arrow-root, et en disposant les fruits dans des cassolettes individuelles et en les nappant de sirop. Au moment de servir, verser dans chaque cassolette une cuillerée de kirsch et flamber.

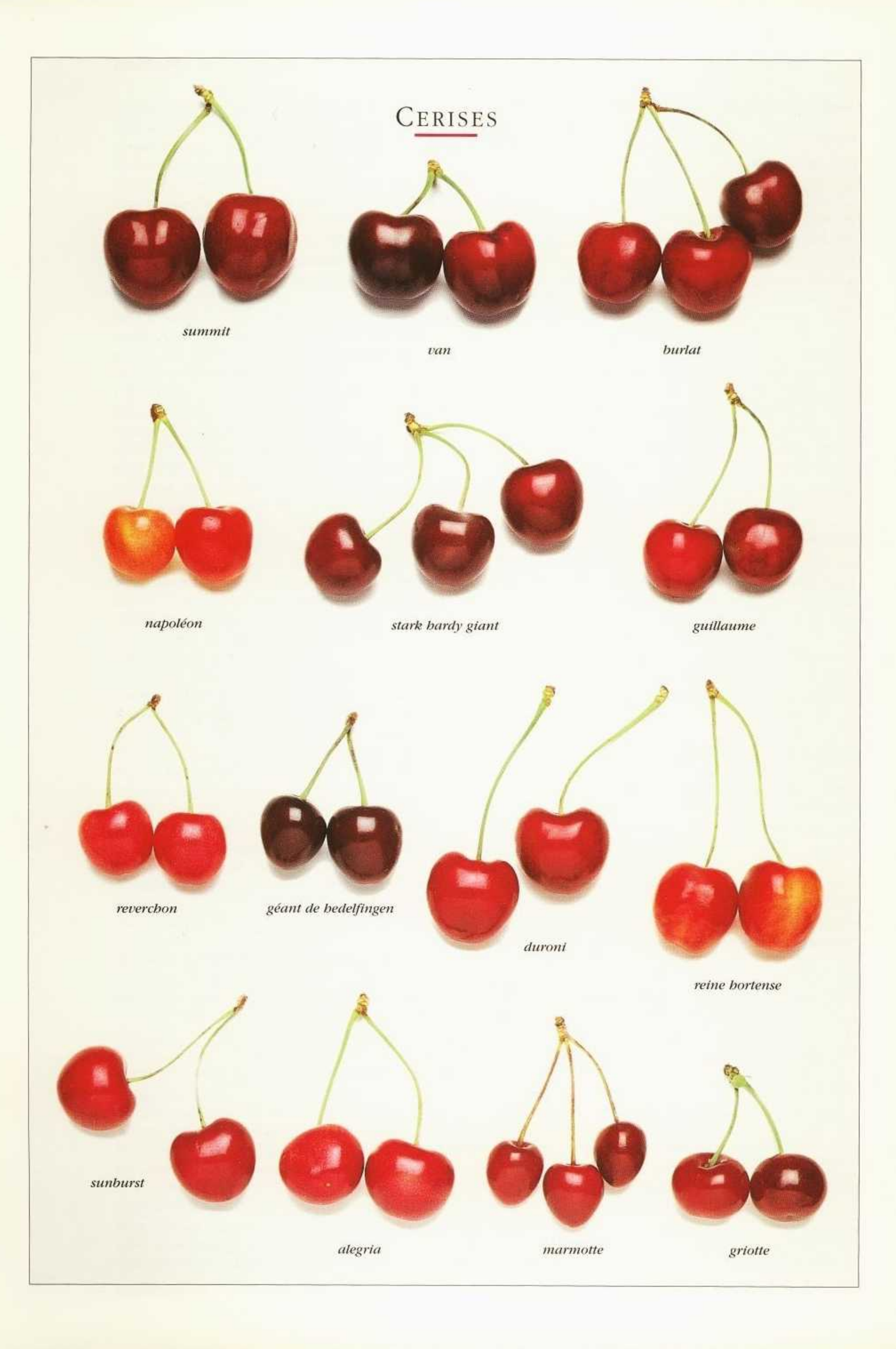
cerises au vinaigre à l'allemande

Équeuter des cerises, les laver délicatement, les éponger et les dénoyauter. Ébouillanter des bocaux, y ranger les fruits. Mélanger 1 litre de vinaigre, 200 g de cassonade blonde (ou de sucre), 3 clous de girofle, 1 morceau d'écorce de cannelle et un soupçon de noix de muscade râpée. Faire bouillir le tout, puis laisser refroidir. En recouvrir complètement les cerises, fermer hermétiquement les bocaux et mettre à l'abri de la lumière. Attendre 2 mois avant de servir.

chaussons de Paul Reboux → CHAUSSON
compote de cerise → COMPOTE
crêpes aux cerises → CRÊPE
flan de cerises à la danoise → FLAN
pâte de cerise → PÂTE DE FRUITS
sirop de cerise → SIROP
soupe aux cerises → SOUPE
suc de cerise → SUC
tarte aux cerises à l'allemande (Kirschkuchen) → TARTE

Caractéristiques des différentes variétés de cerises

variétés	provenance	époque	taille, forme et couleur	chair
CERISES DOUCES				
Bigarreaux				
burlat ou hâtif burlat	Languedoc-Roussillon, Provence, Sud-Ouest, Rhône-Alpes	mi-mai-mi-juin	grosse, réniforme, aplatie, rouge foncé brillant	rouge, fondante
badacsony, noire de Méched	Rhône-Alpes, Languedoc, Sud-Ouest, Val de Loire	fin juin-mi-juill.	grosses, cordiformes, long pédoncule, pourpre	rouge, mi-ferme
belge	Provence, Languedoc, Roussillon	fin juin-mi-juill.	grosse, cordiforme, long pédoncule, pourpre	rouge, mi-ferme
duroni 3	Languedoc, Rhône-Alpes, Provence,Sud-Ouest, Val de Loire	mi-juin-début juill..	grosse, réniforme, rouge	rose, juteuse, croquante
garnet ® magar	Provence, Languedoc-Roussillon, Rhône-Alpes	juin	grosse, ronde, rouge foncé	rose, croquante
géant d'Hedelfingen	Sud-Est, Sud-Ouest	fin juin-mi-juill.	moyenne, cordiforme, allongée, pourpre foncé	croquante, fondante, légèrement parfumée
guillaume	vallée du Rhône	juin	petite, cordiforme	rouge à pourpre foncé, uniforme
marmotte	Yonne	mi-juin-mi-juill.	moyenne, cordiforme, pourpre noirâtre	rouge
napoléon	Provence, Languedoc	mi-juin-début juill.	moyenne, allongée, jaune pâle, rouge carmin	blanche, parfumée
reine hortense	toute la France	juin	de grosse à très grosse, ovoïde	rose vif, blanche, rosée ou jaunâtre, très juteuse, sucrée
reverchon	vallée du Rhône	début juin-mi-juill.	assez grosse, cordiforme, carmin brillant	rose, croquante, très ferme, sucrée, un peu acidulée
stark hardy giant	Rhône-Alpes, Sud-Ouest, Provence	début juin-déb. juill.	grosse, réniforme, arrondie, pourpre	rouge pâle, ferme
summit	Sud-Est, Sud-Ouest	mi-juin-mi-juill.	grosse, cordiforme, rouge brillant	rose pâle
sunburst	vallée du Rhône	mi-juin-mi juill.	grosse, arrondie	rouge clair
van	Sud-Est, Sud-Ouest	mi-juin-mi-juill.	grosse, réniforme, aplatie, rouge brillant	rose, ferme, légèrement acidulée
Guignes				
hâtive de Bâle	Roussillon, Provence	mi-mai fin mai	petite, arrondie, pourpre noirâtre	rose, fondante, acidulée, sucrée
early rivers	Sud-Est, Sud-Ouest	mi-mai fin mai	assez grosse, arrondie, rouge-orangé	rouge, fondante, juteuse
CERISES ACIDES				
Amarelle				
montmorency, ferracida	toute la France	mi-juin fin juin	petite, arrondie, vermillon uniforme	blanche, fondante, très acidulée
Griotte				
griotte du Nord	toute la France	fin juin-mi-juill.	petite, arrondie, rouge vif à noire	rouge, fondante, très acidulée
CERISES ANGLAISES	toute la France	début juin-mi-juin	petite, arrondie, rouge clair	fondante, translucide, aigrelette


CERISES
summit
van
burlat
napoléon
stark hardy giant
guillaume
reverchon
géant de hedelfingen
duroni
reine hortense
sunburst
alegria
marmotte
griotte

CERISE SUR LE GÂTEAU Gâteau au chocolat au lait, créé en 1993 par Pierre Hermé (pâtissier français né en 1961) pour la composition et Yann Pennor's pour le dessin. Ce gâteau se compose d'un biscuit dacquoise (biscuit aux amandes concassées mêlé de crème au beurre) sur lequel reposent un feuilleté praliné et une ganache au chocolat séparés par de fines feuilles de chocolat au lait. Le dessus est constitué par une crème Chantilly aromatisée au chocolat. Cette préparation, ronde, est ensuite découpée en parts égales : six de ces parts sont empilées et mises dans une coque de chocolat au lait, décorée de filets dorés et surmontée d'une cerise confite. Le gâteau achevé, proposé dans une boîte dessinée spécialement, fait penser à une grosse part de gâteau posée sur le côté.

CERNER Pratiquer une incision peu profonde, à l'aide d'un couteau d'office, dans la peau ou l'enveloppe d'un fruit. Cerner une pomme à cuire au four (sur toute la circonférence, à distance égale des deux pôles) évite qu'elle n'éclate pendant la cuisson ; cerner les marrons facilite leur épluchage. Cerner un fruit permet aussi de le vider : pour un melon, l'incision (tout autour du pédoncule, qui forme une petite calotte que l'on retire) entame l'écorce et la pulpe ; cerner un demi-pamplemousse permet de séparer la pulpe de la peau ; cerner une tomate à farcir (du côté du pédoncule ou à l'opposé) permet de l'évider.

Enfin, cerner l'abaisse d'un vol-au-vent ou d'une bouchée, c'est marquer la circonférence du couvercle à l'aide d'un emporte-pièce ou d'un couteau d'office.

CÉRONS Vin AOC blanc et liquoreux, provenant d'une enclave des graves, au nord du Sauternais, réputé pour sa sève et sa finesse (voir BORDELAIS).

CERTIFICATION DE CONFORMITÉ Garantie de qualité d'un produit agroalimentaire par rapport à des spécifications définies dans un cahier des charges établi par des organismes tiers, parfaitement indépendants et reconnus par l'État. La certification de conformité est matérialisée par l'indication du nom de l'organisme certificateur ou par un logo spécifique (cas de la marque NF), et les principales caractéristiques reconnues au produit doivent être précisées sur son étiquette.

En Belgique, différents labels de qualité commencent à être reconnus par les régions wallonne et flamande (bœuf « blanc, bleu, belge » sans hormone, jambon d'Ardenne, etc.). En Suisse, une base légale est en train de se créer à partir des ordonnances de la Communauté européenne.

CERVELAS Grosse saucisse courte, faite de chair à saucisse plus ou moins entrelardée, parfois fumée, relevée de poivre ou d'ail, qui se vend cuite ou crue (voir tableau des saucisses page 955). Autrefois, le cervelas contenait aussi de la cervelle, d'où son nom. La plupart des cervelas, dits aussi « saucissons à cuire », sont cuits avec des légumes.

Le cervelas de Strasbourg se présente en chapelet de segments de 6 à 8 cm, sous boyau coloré en rouge ; il se consomme frit ou froid, en salade, avec une vinaigrette aux oignons. Le cervelas de Lyon, pur porc et de qualité supérieure, est truffé ou pistaché ; vendu cru, prêt à cuire, il se sert chaud.

Il existait aussi jadis un cervelas de poisson, spécialité de Reims préparée pour le carême, avec de la chair de brochet, des pommes de terre, du beurre et des œufs, que l'on faisait pocher. Aujourd'hui, il est fabriqué à partir de nombreux poissons et fruits de mer.

cervelas farcis aux épinards

Cuire dans de l'eau salée des épinards frais (1,5 kg) ou surgelés (800 g). Mettre 4 cervelas dans une casserole d'eau froide et porter à frémissement, sans ébullition, pour qu'ils n'éclatent pas. Égoutter et presser les épinards ; les réchauffer avec 30 g de beurre. Brouiller 6 œufs avec 20 g de beurre, du sel, du poivre et ajouter 1 grosse cuillerée de crème fraîche. Masquer d'épinards le plat de service. Égoutter les cervelas, les fendre sur les trois quarts de leur longueur et les farcir d'œufs brouillés. Les disposer sur les épinards.

CERVELLE Appellation culinaire du cerveau des animaux de boucherie (voir tableau des abats page 22). La cervelle, qui fait partie des abats blancs, est riche en phosphore, en protéines et en vitamines.

Les cervelles d'agneau (100 g) et de mouton (150 g), à peine rosées, sont les plus délicates.

La cervelle de veau (de 300 à 350 g) est d'une saveur assez voisine ; elle est plus colorée.

La cervelle de porc est moins utilisée en cuisine.

La cervelle de bœuf (de 500 à 800 g), veinée de rouge, est moins fine.

Les cervelles sont généralement cuisinées à la meunière ou bien elles entrent dans la composition des garnitures de vol-au-vent ou des croustades.

cervelle : préparation

Laver la cervelle à l'eau courante froide, puis la débarrasser des membranes et des vaisseaux sanguins qui l'entourent. La faire dégorger une heure à l'eau vinaigrée et la laver à nouveau. La cervelle peut alors être blanchie à l'eau salée, cuite tout doucement au court-bouillon ou escalopée et cuite directement dans du beurre ou de l'huile.

attereaux de cervelles d'agneau à la Villeroi → ATTEREAU
beignets de cervelle → BEIGNET
bordure de farce de veau aux amourettes ou à la cervelle de veau → BORDURE

cervelle de veau frite à l'anglaise

Parer et cuire 1 cervelle de veau 10 min au court-bouillon, puis la rafraîchir sous l'eau froide, l'éponger et la mettre sous presse. La détailler en escalopes et faire mariner celles-ci 30 min avec 1 cuillerée à soupe d'huile, du jus de citron, du persil ciselé, du sel et du poivre. Les paner alors à l'anglaise, les frire et les dresser sur une serviette avec du persil frit.

cervelle de veau en meurette
Nettoyer et préparer 1 cervelle de veau. Éplucher et émincer 1 carotte et 1 gros oignon, les placer dans une sauteuse, avec un bouquet garni, 1 gousse d'ail écrasée, du sel et du poivre. Mouiller de 2 ou 3 dl de bourgogne rouge et de 1 cuillerée à soupe de marc de Bourgogne, et cuire 30 min à petit feu. Frire au beurre des petits croûtons. Plonger la cervelle dans la sauce au vin, la pocher à petits frémissements, puis l'égoutter, la mettre dans le plat de service et tenir au chaud. Lier la cuisson avec un beurre manié et la verser sur la cervelle. Décorer avec les croûtons frits.

cervelle de veau en panier
Cuire 1 cervelle de veau dans un court-bouillon très aromatisé, la laisser refroidir sous presse, puis la détailler en fines escalopes. Faire macérer celles-ci dans un mélange d'huile d'olive, de très peu d'ail haché, de jus de citron, de sel et de poivre. Laver 3 grosses tomates bien régulières, en retirer le pédoncule, les essuyer ; pratiquer plusieurs entailles verticales sur les 2/3 de la hauteur et glisser 1 escalope de cervelle dans chaque entaille. Accompagner d'une anchoyade.

cervelles à la meunière
Faire dégorger des cervelles d'agneau ou de veau et les rincer. (Laisser entières les cervelles d'agneau, détailler en tranches la cervelle de veau.) Saler, poivrer et fariner. Chauffer du beurre dans une poêle ; y dorer les cervelles. Les dresser dans un plat, les parsemer de persil ciselé, les arroser d'un filet de citron. Ajouter un peu de beurre dans la poêle, le faire blondir (beurre noisette) et le verser sur les cervelles.

purée de cervelle → PURÉE
salade de cervelle de veau → SALADE
salpicon à la cervelle → SALPICON
soufflé à la cervelle, soufflé de cervelle à la chanoinesse → SOUFFLÉ

CERVELLE DE CANUT Fromage frais lyonnais, traditionnellement servi dans les bouchons, lors du « mâchon » matinal. Il s'agit d'un fromage blanc pas trop mou, dit « claqueret », bien battu, salé et poivré, auquel on incorpore de l'échalote hachée avec des fines herbes, de l'ail, de la crème fraîche, du vin blanc et un filet d'huile.

CERVOISE Breuvage alcoolisé, ancêtre de la bière, que les Gaulois fabriquaient avec de l'orge fermentée ou avec une autre céréale (avoine, seigle, parfois blé) et qu'ils aromatisaient avec diverses épices. La maturation de la cervoise se faisait à l'origine dans des amphores de poterie, remplacées ultérieurement par des tonneaux, une invention gauloise.

Dans les langues ibériques, *cerveza* et *cerveja* désignent la bière.

CÉTEAU Petit poisson plat de la famille des soléidés, abondant en France de la Loire à Arcachon (Marennes-Oléron assure 50 % de la pêche), mais aussi sur les côtes africaines (**voir** planche des poissons de mer pages 820 et 821). Appelé aussi langue de chat ou d'avocat dans le Sud-Ouest, il ne dépasse guère 25 cm et a une peau marron clair. Il se consomme frit rapidement dans de l'huile très chaude.

CÉVENOLE (À LA) Se dit de nombreux apprêts, sucrés ou salés, comportant des marrons, spécialité de l'Ardèche. En purée, en ragoût, entiers, pochés, etc., ceux-ci accompagnent les rôtis et les braisés (carré de porc, mouton, ris de veau, filet de bœuf, gibier à poil).
▶ **Recettes** : BAVAROIS, PANNEQUET.

CEVICHE Plat typique de la cuisine péruvienne, à base de poisson cru mariné dans du jus de citron, servi avec des limes (**voir** ce mot), des rondelles d'oignon cru, des tomates et des tronçons d'épis de maïs bouillis. (On dit aussi « cebiche ».)
▶ **Recette** : MÉROU.

CHABICHOU DU POITOU Petit fromage poitevin AOC de lait de chèvre (45 % de matières grasses), à pâte molle et à croûte naturelle, devenant bleu ou gris avec l'âge (**voir** tableau des fromages français page 496). Il se présente sous la forme d'un petit tronc de cône et pèse une centaine de grammes. Il est commercialisé à nu quand il est fermier, sous emballage papier lorsqu'il est laitier. Il se consomme frais ou affiné ; il est alors ferme sans être dur, avec une saveur assez prononcée et une forte odeur caprine.

CHABLIS Vin AOC blanc de Bourgogne, sec et nerveux, issu du cépage chardonnay, qui a acquis une réputation mondiale, produit dans une région aux collines admirablement exposées, située entre Tonnerre et Auxerre (**voir** BOURGOGNE).

CHACHLIK Plat de la cuisine russe, originaire de Géorgie, fait de brochettes de viande de mouton crue (du gigot bien rassis) coupée en cubes et marinée dans une vinaigrette aromatisée avec du thym, de la muscade, du laurier et des oignons. Les brochettes sont grillées et servies avec du riz arrosé de beurre fondu. On peut aussi intercaler du jambon cru et des rondelles d'oignon entre les cubes de viande.

CHAI Local réservé aux opérations de la vinification, également appelé « cellier » ou « cuverie ». Le chai doit être protégé des variations de température et conçu de façon fonctionnelle pour faciliter toutes les opérations qui succèdent aux vendanges. Le maître de chai, « philosophe et homme de science, dépositaire de plusieurs siècles d'observations, de recherches, de traditions », décide du meilleur moment pour soutirer, pour mettre en bouteilles ; vêtu de son tablier de cuir, il manie la pipette et le tâte-vin, mais son œil, son odorat et son goût constituent ses véritables atouts.

CHAIR À SAUCISSE Mélange composé de maigre et de gras de porc hachés menu et assaisonnés. En charcuterie, la chair à saucisse sert à la préparation de saucisses longues (chipolatas, toulouse, etc.).

Elle est à la base de saucisses au vin blanc, de saucisses blanches à frire, de saucisses paysannes, de cervelas, de saucisses marseillaises. Diversement condimentée, elle farcit des légumes (aubergine, courgette, tomate), des viandes (paupiette, volaille) et permet de confectionner des terrines de ménage et des pâtés.

chair à saucisse

Peser le même poids de chair maigre de porc et de lard gras. Passer au hachoir à grille fine, ajouter 30 g de sel par kilo de hachis et, éventuellement, de la truffe hachée ou des pelures de truffe, ou aromatiser le hachis avec des oignons finement hachés, de l'ail, du sel, du poivre et des fines herbes.

chair à saucisse fine ou farce fine de porc

Passer le même mélange deux fois au hachoir à grille fine, ou une fois au hachoir et une fois au tamis. Les assaisonnements sont les mêmes.

CHAKCHOUKA Plat traditionnel de la cuisine arabe et maghrébine. Ce ragoût de pommes de terre et d'oignons cuits dans de l'huile est assaisonné de piment, d'harissa et de sauce tomate. On y casse ensuite des œufs ; quand ils sont cuits, on poudre le plat de menthe sèche. Les pommes de terre peuvent être remplacées par des petits pois, des fèves, un mélange de poivrons et de tomates, ou de courgettes et d'aubergines. On agrémente souvent la chakchouka de merguez grillées ou de tranches de viande séchée.

CHALEUTH Pain tressé ou en couronne de la cuisine juive – d'Europe centrale surtout. Il se consomme essentiellement du vendredi soir au samedi soir, car, durant le shabbat, le pain ne doit pas être coupé (le chaleuth, lui, est facile à rompre). Il se compose d'un mélange de mie de pain, de pommes en tranches fines, d'œufs et de sucre, agrémenté de rhum, de raisins secs et de cannelle, cuit au four dans une cocotte huilée et servi tiède. On le prépare aussi en cuisant les pommes en tranches, avec du sucre et de la cannelle, toujours dans une cocotte, mais entre deux abaisses de pâte, le dessus étant parsemé de petits morceaux de graisse.

CHALONNAISE (À LA) Se dit d'une garniture classique, peu courante, composée de rognons et de crêtes de coq, de champignons et de lames de truffe dans une sauce suprême. Destinée à accompagner volailles et ris de veau, son nom vient de la ville de Chalon-sur-Saône.

CHALUMEAU Tige creuse en paille, en verre, en matière plastique ou en papier paraffiné, familièrement appelée « paille », dont on se sert pour aspirer une boisson froide servie dans un grand verre (sirop, milk-shake, soda, cocktail). Certains chalumeaux sont coudés. Les préparations glacées servies dans des récipients profonds et étroits, tels le café et le chocolat liégeois, sont parfois accompagnées de chalumeaux, qui jouent alors aussi un rôle décoratif.

CHAMBARAND Fromage dauphinois de lait de vache cru (45 % de matières grasses), à pâte molle légèrement pressée et à croûte naturelle lavée. Élaboré par les trappistines de l'abbaye de Chambarand, il se présente sous la forme d'un petit palet de 8 cm de diamètre et pèse 160 g. Lisse et ocre pâle, il a une saveur douce et crémeuse.

CHAMBERTIN Bourgogne AOC rouge, le plus illustre, avec une belle robe et des parfums exceptionnels au nez. C'était le vin favori de Napoléon Ier (voir BOURGOGNE).

▶ **Recettes** : BARBUE, BŒUF, CANARD SAUVAGE, COQ, SAUMON.

CHAMBOLLE-MUSIGNY Vin AOC de Bourgogne, fin, bouqueté et délicat, provenant d'un des vignobles les plus réputés de la Côte de Nuits, qui produit aussi le bonnes-mares (voir BOURGOGNE).

CHAMBORD Nom donné à un apprêt classique pour gros poissons traités entiers (carpe, saumon, sole), évoquant des denrées délicates et une préparation minutieuse.

Le poisson est farci et braisé au vin rouge. La garniture associe des quenelles de farce de poisson, des filets de sole, des laitances sautées, des têtes de champignon, des truffes tournées en olive et des écrevisses au court-bouillon.

▶ **Recette** : ANGUILLE.

CHAMBRER Amener progressivement un vin à la température idéale à laquelle il doit être consommé. Si les vins blancs et rosés se boivent entre 6 et 12 °C, la plupart des vins rouges doivent être servis entre 15 et 18 °C. Il ne faut jamais réchauffer le vin de façon artificielle ou brutale, mais le sortir de la cave assez tôt pour qu'il atteigne naturellement et lentement la bonne température.

CHAMEAU Ruminant à une bosse (dromadaire) ou à deux bosses (chameau) dorsales dont on mange la chair, qui rappelle celle du veau, quand elle est jeune et tendre. Sa cuisse se cuisine hachée, en boulettes, ou entière, marinée. On mange également le cœur et les tripes. En Mongolie, la graisse de la bosse sert à fabriquer un beurre très employé. Enfin, le lait de chamelle est nutritif et bien équilibré. À Paris, pendant le siège de 1870, du chameau figura au menu du restaurant *Voisin* pour le réveillon.

CHAMOIS Mammifère sauvage des hautes montagnes d'Europe (dans les Pyrénées, il porte le nom d'« isard »). Sa chair, très appréciée, est tendre et de saveur marquée sans être trop forte, surtout chez les sujets jeunes (moins de trois ans). La chasse du chamois, difficile, n'est autorisée que dans certaines conditions, et sa commercialisation est interdite. La viande des animaux les plus âgés doit être marinée ; ses apprêts sont ceux du chevreuil.

CHAMPAGNE **Voir pages 236 à 238.**

Champagne

AUX MARGES DE L'ÎLE-DE-FRANCE, LA CHAMPAGNE RÉUNIT TROIS DÉPARTEMENTS : L'AUBE, LA MARNE ET LA HAUTE-MARNE, AVEC LE PLATEAU DE LANGRES ET LE BASSIGNY. LA CHAMPAGNE CRAYEUSE, NAGUÈRE DITE POUILLEUSE, SÉPARE LE VIGNOBLE CHAMPENOIS, À L'OUEST, DE LA CHAMPAGNE HUMIDE, À L'EST, OÙ S'EST DÉVELOPPÉ L'ÉLEVAGE LAITIER.



Lors de la seconde fermentation, le remueur – ici dans une cave Taittinger – tourne régulièrement les bouteilles de champagne afin d'amener les dépôts contre le bouchon.

La Champagne est jalonnée de cités dont les noms évoquent une gastronomie d'ancienne tradition, que ce soient les andouillettes de Troyes, les biscuits ou le jambon de Reims (ville réputée également pour son vinaigre et sa moutarde), les pieds de porc à la Sainte-Menehould ou les fromages de Chaource et de Langres. Et, même si le répertoire culinaire champenois est souvent dominé par son produit-phare, le champagne, les préparations dites « à la champenoise », c'est-à-dire cuisinées au champagne ou au vin tranquille de Champagne, ne sont pas toujours le reflet de la cuisine locale. Elle est plutôt d'inspiration paysanne, avec des recettes comme la potée, la salade de pissenlits au lard, la salade chaude à l'oignon frit, où se retrouvent pommes de terre, oignons et chou, blanc ou rouge.
Le trait le plus original de la gastronomie champenoise tient surtout à un mode de préparation, dit « à la Sainte-Menehould » et qui ne concerne pas seulement les pieds de porc, mais des mets beaucoup plus divers, généralement des abats (cou de mouton, langue ou queue de bœuf, pieds de mouton, etc.), ou encore des ailes de raie. Ces produits sont d'abord cuits dans un court-bouillon, puis ensuite refroidis, panés et grillés, servis avec de la moutarde et, comme accompagnement traditionnel, de la purée de pois cassés.
Au répertoire de la cuisine quotidienne, le porc est omniprésent : côtes à la sauge, jambon cru des Ardennes, fumé au bois de genêt, jambon de Reims, boudin blanc et, bien sûr, la célèbre andouillette. Si le poulet de grain est réputé et donne lieu à des recettes originales comme le poulet « à la peau de goret », où volaille et couennes mijotent ensemble, l'oie est traditionnelle, qu'elle soit farcie, rôtie ou mijotée (à la marnaise, par exemple, avec beurre et pommes de terre).
Les poissons ont toujours été une grande source d'inspiration dans toutes les cuisines champenoises. Les recettes de poissons cuisinés aux vins de Champagne (effervescent ou tranquille) existaient déjà au XVIIIe siècle. Les huîtres au champagne sont ainsi devenues un classique.
Et le brochet braisé au vin blanc non effervescent fait partie des plats de fête. Malheureusement, la Marne n'offre plus assez de brochets pour satisfaire toutes les demandes.
La biscuiterie et la confiserie sont nettement plus variées que la pâtisserie proprement dite : le biscuit rose de Reims est une institution, mais il faut aussi mentionner les croquignoles et les croquettes, les nonnettes, les pains d'épice et les bâtons vanillés, les macarons (qui portent plutôt le nom de massepains) et les madeleines.

SOUPES ET LÉGUMES

Soupes, potée, joute, bayenne
Les soupes sont très appréciées : aux fèves, aux haricots ou à l'oseille, souvent agrémentées de lait ou de crème fraîche, ou la soupe à l'oignon (parfumée au marc de champagne).
La plantureuse potée champenoise, plat rituel des vendanges, demande une abondance notable de légumes frais, que complètent les haricots secs ; la viande se compose de crosse de jambon, lard, saucisses pochées et jambon fumé. La joute (boulettes de chou au lard poêlées aux lardons) et la bayenne, ou bailline (pommes de terre en rondelles non pelées, intercalées avec oignons émincés, ail, sel et poivre, cuites au four dans un mouillement d'eau ou de vin), relèvent de la même tradition paysanne.

POISSONS, CRUSTACÉS

Matelote, brochet, écrevisses, petits gris
La matelote champenoise, au vin blanc ou rouge, demande anguilles, brochetons et carpillons, petites brèmes ou tanches et une abondance d'aromates : selon les localités, les variantes sont nombreuses.



Des recettes plus originales, les filets de brochet au vin des Riceys, le cervelas de brochet servi avec des pommes de terre, des œufs et du beurre, le brochet farci de Reims appartiennent toutefois à un répertoire plus désuet. Les écrevisses se font aujourd'hui plus rares mais elles sont toujours appréciées au court-bouillon ; elles participent également à la préparation d'une spécialité rémoise, le pain à la reine, mousse de poisson avec coulis d'écrevisse. Quant aux escargots, dits petits-gris, ils s'accommodent ici à la crème.

VIANDES

Porc et charcuterie
Les pâtés en croûte sont répandus en Champagne et se caractérisent par des farces très composites, à base de volaille, porc et veau. Traditionnelles à la Saint-Martin (11 novembre), les ouyettes sont des petites bouchées de pâté d'oie en croûte. La farce dite champenoise sert par ailleurs à confectionner des crépinettes ou à farcir des paupiettes. La tarte aux « cretons » (lardons) est aussi caractéristique du terroir.

Bœuf, agneau et veau
Au simple rôti la cuisine champenoise préfère des préparations plus complexes : bœuf en éventail à la troyenne (tranché et repassé au four), culotte de bœuf marinée, escalopes de veau poêlées et gratinées. Les abats sont très appréciés, comme les pieds de mouton farcis à la rémoise, les rognons ou les ris de veau à la crème fraîche.

Volailles et gibier
Les grandes recettes de volaille sont associées au vin. Le bouzy, un rouge réputé de la Montagne de Reims, permet de cuisiner le coq au vin et le civet de lièvre, tandis que le champagne se trouve associé à la poularde ou au lapereau. Le lapin de garenne mijote au vin blanc avec oignons et jambon des Ardennes.

FROMAGES

Déjà connu au XIVe siècle, le chaource est une pâte molle à croûte fleurie très onctueuse. Dans la même région, on trouve aussi le barberey, affiné dans la cendre, ainsi que l'évry-le-châtel. Les cendrés sont assez fréquents sur le terroir champenois, comme le rocroi et le riceys. L'igny est un fromage de trappistes, tandis que le langres est un modèle de saveur forte, une pâte molle à croûte lavée jaune-orange. Son goût puissant rappelle celui de l'époisses.

PÂTISSERIES

Darioles, tantimolles et tartes
Reims apprécie les douceurs. Outre le fameux biscuit rose du même nom, la ville reste fidèle, le jour de la Saint-Rémi (1er octobre), aux darioles, des tartelettes de pâte brisée garnies de crème pâtissière. Au repertoire figurent aussi les crêpes, appelées tantimolles, les tartes au quemeu, qui sont des flans au lait, la tarte au riz, la soupe dorée (sorte de pain perdu aux œufs sauté à la poêle), les tartes aux prunes et les crèmes aromatisées, comme la crème champenoise, un sabayon parfumé au vin de la région.

→

CARTE

ENTRÉES

◆ ◆ ◆

Huîtres plates au champagne, PAGE 572

Boudin blanc, PAGE 148

Crépinettes de lapin, PAGE 355

Tarte au fromage blanc, PAGE 1027

PLATS

◆ ◆ ◆

Matelote d'anguille à la meunière, PAGE 655

Poularde en gelée au champagne, PAGE 853

Grives en croûte à l'ardennaise, PAGE 549

Hure de sanglier, PAGE 942

Paupiettes de boeuf Sainte-Menehould, PAGE 776

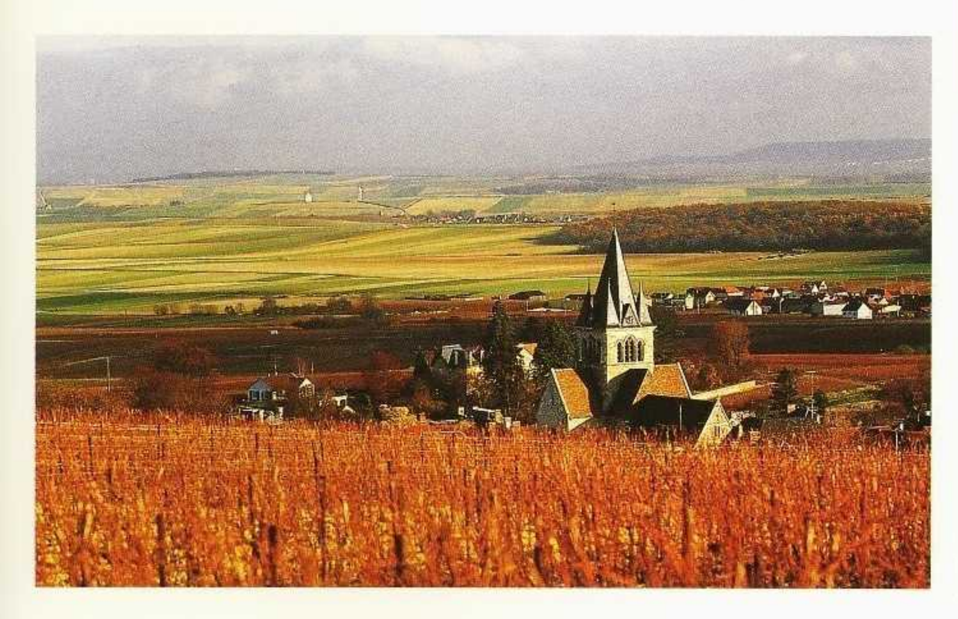
Andouillette grillée, PAGE 45

DESSERTS

◆ ◆ ◆

Croquets de Bar-sur-Aube, PAGE 360

Tarte au riz, PAGE 1031



L'église de Ville-Dommange veille sur le vignoble de la Montagne de Reims, planté principalement de pinot noir.

•••

Vins

Le vin de Champagne a suivi une longue évolution avant de devenir le vin de qualité que l'on connaît aujourd'hui. Ce n'est qu'au XVIIe siècle que dom Pérignon apporta les améliorations à son élaboration. Ainsi naquit le roi des vins, le vin de toutes les fêtes, le champagne.

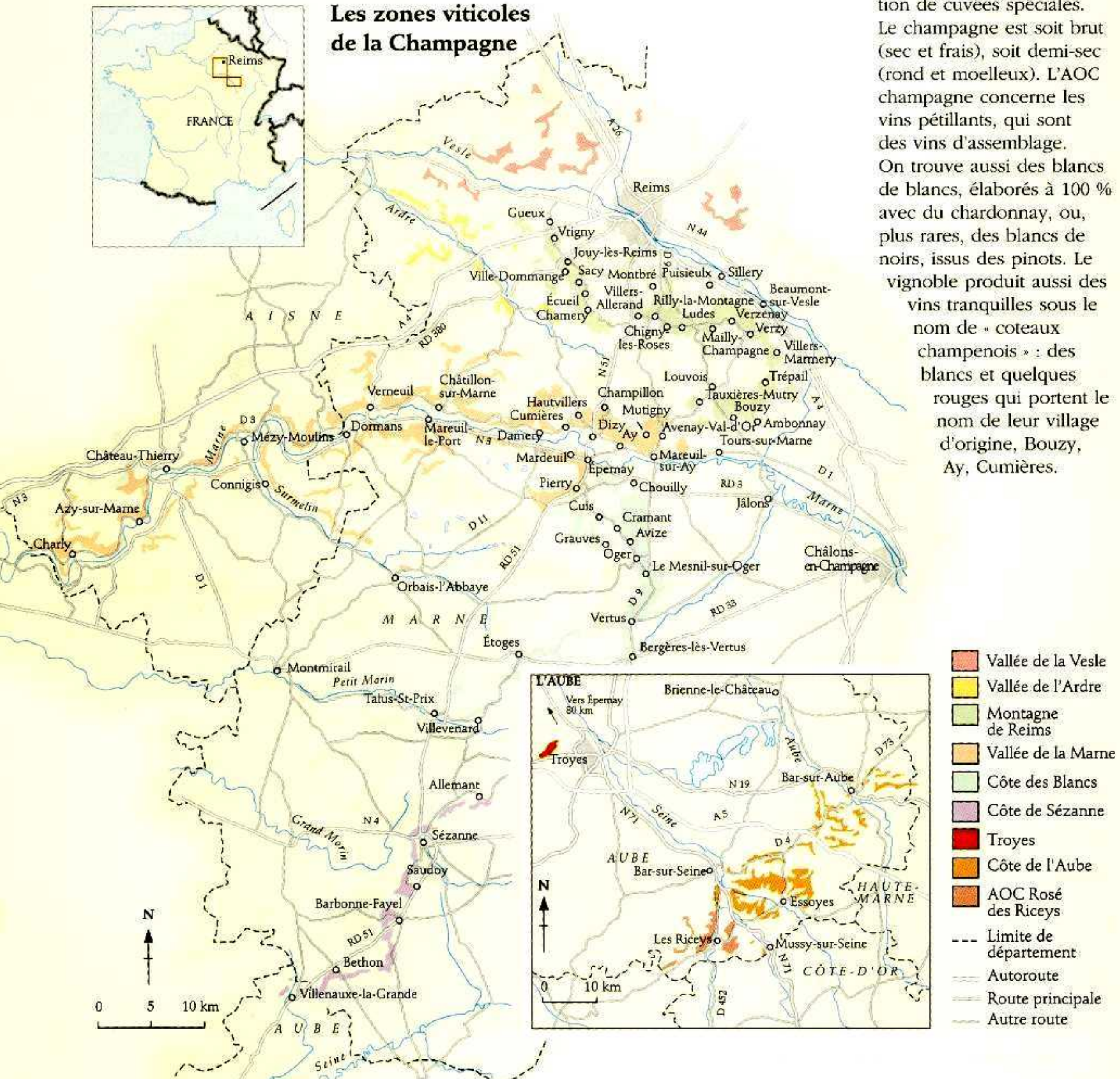
RÉGIONS, CÉPAGES

Le vignoble champenois, qui couvre 34 000 hectares, tire son unité de la craie qui compose le sous-sol. Le relief et les rivières ont permis de définir quatre régions principales : la Montagne de Reims, la côte des blancs près d'Épernay, la vallée de la Marne et le vignoble de l'Aube. Chaque commune du vignoble est classée selon une échelle de crus qui exprime la valeur du terroir. Ainsi, les vins des communes classées 100 % ont le droit à l'appellation « grand cru » et ceux classés de 90 à 99 % peuvent bénéficier de la mention « premier cru ». Le sol et l'exposition déterminent le choix des cépages qui, assemblés, donneront le champagne. Du chardonnay viendra la finesse et l'élégance ; du pinot noir, la puissance et la charpente, et du pinot meunier, le fruit et le charme.

STYLES

Dès le printemps, les vins sont assemblés puis mis en bouteilles pour la deuxième fermentation. Avec les assemblages, chaque maison défend son style en jouant sur les cépages et les millésimes pour composer sa cuvée de « brut sans année », qui fait sa notoriété. En effet, le champagne n'est millésimé que lors des grandes années. Les meilleurs vins sont souvent gardés pour l'élaboration de cuvées spéciales. Le champagne est soit brut (sec et frais), soit demi-sec (rond et moelleux). L'AOC champagne concerne les vins pétillants, qui sont des vins d'assemblage. On trouve aussi des blancs de blancs, élaborés à 100 % avec du chardonnay, ou, plus rares, des blancs de noirs, issus des pinots. Le vignoble produit aussi des vins tranquilles sous le nom de « coteaux champenois » : des blancs et quelques rouges qui portent le nom de leur village d'origine, Bouzy, Ay, Cumières.

Les zones viticoles de la Champagne



CHAMPAGNE (VIN) Vin blanc mousseux produit en Champagne. À l'époque de l'occupation romaine, le vin de Champagne était encore un vin « tranquille », comme celui de Bourgogne.

C'est au XVIIe siècle qu'un moine bénédictin, dom Pérignon, améliora la méthode de fermentation dite « champenoise », déjà connue, et surtout entreprit des associations de divers crus.

■ **Fabrication.** Tous les vins ont une tendance naturelle à « travailler » au printemps, au moment de la montée de la sève ; cette fermentation dégage du gaz carbonique.

En général, la cuve ou la barrique permet au gaz de s'échapper ; mais, si les vins sont déjà en bouteille, ils deviennent très légèrement pétillants (on les appelait autrefois « vins diables » ou « vins saute-bouchon »). Ainsi, quand on place un vin tranquille dans une bouteille de verre épais, et que l'on fixe solidement le bouchon, le gaz reste à l'intérieur.

Aujourd'hui, les viticulteurs champenois élaborent tout d'abord un vin blanc tranquille. Au printemps, ils le mettent en bouteilles avec du sucre de canne et des ferments, ce qui provoque une seconde fermentation et l'apparition de gaz carbonique ; cette « prise de mousse » dure trois mois environ, mais le séjour en cave est souvent bien plus long.

Retournées selon une certaine périodicité (c'est le « remuage »), débarrassées de leur dépôt de lie (« dégorgement »), les bouteilles sont finalement additionnées de « liqueur d'expédition », mélange plus ou moins sucré de vin vieux et d'eau-de-vie, qui donne au champagne ses caractéristiques de « demi-sec » (pour le goûter ou le dessert) ou de « brut » (en apéritif, tout au long du repas, notamment avec les plats de crustacés très relevés, et en fin de soirée).

■ **Dégustation.** Le champagne craint la lumière et les différences de température. Trop vieux, il perd sa fraîcheur, sa mousse et prend une teinte jaune d'or foncé. Il est, depuis le XVIIIe siècle, en France et dans le monde, le vin de fête par excellence.

Le champagne doit se servir « frappé », jamais glacé. Le bouchon ne doit pas sauter : il faut au contraire le retenir en penchant fortement la bouteille, pour que les gaz viennent buter sur le col et que la différence de pression ne laisse pas échapper trop de bulles. On verse le vin délicatement, dans des flûtes plutôt que dans des coupes où le champagne s'évente vite. « Sabler le champagne » – et non « sabrer » –, c'est le déguster, et les Champenois savent bien en créer l'occasion.

▶ **Recettes** : COCKTAIL, HUÎTRE, PALOURDE, TRUFFE, TURBOT.

CHAMPEAUX Restaurant fondé en 1800, place de la Bourse, à Paris, par un monsieur Champeaux, et particulièrement apprécié pour ses plats consistants et son service rapide par les boursiers et les hommes d'affaires. Ceux-ci pouvaient aussi profiter de son jardin d'hiver. En 1903, c'est au *Champeaux* que fut décerné le premier prix Goncourt : les académiciens s'y réunirent quelque temps, après avoir quitté le *Grand Hôtel* et avant d'aller chez *Drouant*. Le restaurant disparut cinq ans plus tard.

CHAMPIGNON Fruit sans chlorophylle ni fleurs issu du mycélium (sorte de moisissure), qui se développe dans les endroits frais et humides, sur un support nourricier (humus, racine, bois). De nombreux champignons sont comestibles, soit entiers, soit débarrassés de leur pied. La plupart d'entre eux renferment beaucoup d'eau, mais leur valeur nutritive est supérieure à celle des légumes à feuilles. Plus ou moins caloriques (la lépiote élevée l'est huit fois plus que la chanterelle, par exemple) et riches en protéines, les champignons comestibles (voir planche page 240) comprennent des espèces cultivées (champignons « de couche » ou « de Paris », essentiellement) et de très nombreuses variétés dites « de cueillette » (bolets, girolles, pieds-de-mouton, trompettes-des-morts). La morille et la truffe, rares et coûteuses – bien qu'elles commencent à être cultivées –, jouissent d'une renommée gastronomique très ancienne.

■ **Champignons de cueillette.** La cueillette des champignons sauvages est sans doute aussi ancienne que celle des baies. Au Moyen Âge, en France, l'espèce cultivée la plus appréciée était la psalliote, facile à identifier. Les cèpes ne furent « découverts » qu'au XVIIIe siècle.

Pour ramasser les champignons, il est essentiel de bien les connaître, car certains d'entre eux sont toxiques, voire dangereux ou même mortels. Quand on cueille soi-même ou qu'on achète des champignons, ils doivent être frais, jeunes et non véreux. Il convient de les apprêter le plus rapidement possible, car, si les chanterelles et les cèpes se conservent deux ou trois jours au frais, les amanites, les lépiotes ou, surtout, les coprins ne se gardent absolument pas.

■ **Préparation.** Pour préserver tout l'arôme des champignons de cueillette, il vaut mieux ne pas les peler, ni les laver, mais simplement les essuyer avec un linge, d'abord humide, puis sec. Il faut couper les pieds lorsqu'ils sont coriaces, fibreux ou véreux ; sinon, il suffit d'enlever la base terreuse. On n'épluche que les espèces qui deviennent visqueuses par temps humide (hygrophore olivacé et certains bolets) et celles qui ont une cuticule âcre (cortinaires et pholiotes). On ôte les tubes des bolets lorsqu'ils sont trop spongieux, et on ébarbe les variétés à lamelles lorsque celles-ci sont trop mûres. Si les champignons sont très terreux, on les lave rapidement, éventuellement dans plusieurs eaux (morilles), mais sans jamais les laisser tremper. Enfin, on ne les blanchit qu'exceptionnellement.

■ **Emplois.** Les champignons sont plutôt de savoureux et délicats condiments que de véritables légumes, à l'exception des cèpes, des girolles et des champignons de Paris qui peuvent constituer une garniture ou un plat à eux seuls. Quelques espèces se mangent crues (oronges, coprins, champignons de couche) ; la plupart ne sont comestibles qu'une fois cuites (il vaut mieux utiliser un récipient émaillé, en terre ou en verre). On les fait mijoter à feu doux et à couvert pour leur faire rejeter de l'eau, qu'ils parfument et qui sert parfois de base à un potage. On les fait sauter à l'huile (d'olive ou de noix de préférence) ou au beurre. On les incorpore directement à une sauce ou à un ragoût. Trop cuits, ils perdent tous leur saveur

Champignons



et durcissent. On ne les sale qu'en fin de cuisson, et on les relève éventuellement avec de l'ail, de l'échalote et du persil, mais avec modération, pour ne pas masquer leur saveur souvent subtile.

■ **Conservation.** La dessiccation convient aux espèces dont la chair est sèche (chanterelle, craterelle, morille) et aux cèpes (chapeaux coupés en fines lamelles). Les espèces charnues peuvent être mises en bocaux et stérilisées, ou congelées. Les champignons se conservent aussi bien dans l'huile, le vinaigre ou la saumure. (On en trouve en boîte, au naturel, parfois traités par présaumurage, mais leur goût est moins bon.)

■ **Arôme champignon.** Le caractère odorant des champignons est présent dans d'autres aliments, par exemple dans certains fromages à croûte fleurie ou morgée. Il est dû à la décomposition de l'acide linoléique sous l'action de micro-organismes. La molécule responsable de cet arôme est un « alcool » (au sens chimique) bien connu, caractéristique du champignon de Paris, qui en contient énormément.

CHAMPIGNON DE PARIS Variété cultivée d'agaric, ou psalliote, à chapeau charnu et à lamelles rosées, devenant foncé lorsque le champignon vieillit ; le pied est droit, muni d'un anneau (voir planche des champignons). On distingue plusieurs variétés de champignons de Paris (dits aussi « de couche »), du « blanc » au « bistre », souvent plus parfumé ; toutes sont riches en phosphore, en matières azotées et en vitamines B, mais peu énergétiques.

C'est au Moyen Âge que se développa vraiment la culture de la psalliote champêtre, que l'agronome Jean de La Quintinie (1626-1688) rendit intensive. Ce champignon, rebaptisé « de Paris », fut produit sous Napoléon en grandes quantités dans les carrières désaffectées du XVe arrondissement de la capitale, puis dans le Nord, en Gironde et dans le Val de Loire, qui restent, avec la région parisienne, les régions de production majeures.

■ **Emplois.** Disponibles toute l'année sur le marché, les champignons de Paris ont une chair ferme et douce, mais la faveur dont ils jouissent auprès des cuisiniers, qui les emploient de multiples façons, est surtout due à leur abondance. Ils se choisissent en fonction de leur emploi : à farcir, à servir comme garniture, à hacher, à émincer.

Les champignons de Paris se mangent crus quand ils sont jeunes et fermés, ou au moins bien blancs et très fermes : à la crème et aux fines herbes, à la sauce au roquefort, à la vinaigrette, aux fruits de mer, en salades composées, etc. ; ils s'apprêtent aussi cuits à la grecque et se servent en hors-d'œuvre assortis.

Sautés à la casserole, en lamelles ou en quartiers, ils accompagnent viandes, poissons, volailles ou garnissent des omelettes. Tournés, garnis, grillés, etc., ils entrent dans de nombreuses garnitures classiques (Belle-Hélène, à la bourguignonne, Chambord, à la forestière, à la gauloise, Richelieu, etc.).

Les sauces y font largement appel ; ils sont alors émincés en julienne ou cuits au blanc (chasseur, à la financière, Godard, à l'italienne, matelote, Polignac, Régence, suprême, etc.). La duxelles les utilise comme élément principal. Enfin, ils se cuisinent agréablement, souvent en association avec du fromage ou du jambon, en croûtes, en bouchées, en tartes, en gratins, sur canapés, farcis, etc.

Les champignons de Paris se vendent aussi couramment en boîte (quatre catégories : « extra », pour les champignons entiers et réguliers, « premier choix », « choix » et « en morceaux »). On les trouve aussi lyophilisés, et sous forme d'essence pour aromatiser les sauces.

champignons de Paris : préparation

Couper le bout terreux des champignons, puis les laver plusieurs fois mais rapidement à l'eau froide. Les arroser de jus de citron s'ils doivent attendre, pour qu'ils ne noircissent pas.

barquettes aux champignons → BARQUETTE

blanc de champignon

Porter à ébullition 1 dl d'eau avec 40 g de beurre, le jus de 1/2 citron, 6 g de sel. Y plonger 300 g de champignons et laisser bouillir 6 min, puis égoutter. Le bouillon de cuisson permet de parfumer une sauce blanche, un fumet de poisson ou une marinade.

bouchées aux champignons → BOUCHÉE SALÉE
brioches aux champignons → BRIOCHE

champignons à l'anglaise

Choisir de beaux champignons de couche, les parer, les laver et retirer les pieds. Saler et poivrer les têtes. Beurrer des petites tranches de pain de mie rond, les faire griller légèrement ; disposer sur chacune un champignon, partie creuse en dessus, garnie d'un peu de beurre maître d'hôtel. Ranger les toasts dans un plat à gratin ; couvrir et cuire au four de 12 à 15 min.

champignons au beurre

Escaloper des champignons à cru, en deux ou trois parties suivant leur grosseur ; saler et poivrer. Les dorer à la poêle, au beurre et à feu vif, et les dresser en légumier, éventuellement avec des fines herbes ciselées ou des oignons émincés et fondus au beurre, à la lyonnaise, ou couverts de crème réduite ensuite jusqu'à consistance onctueuse. (On prépare de la même façon cèpes, champignons des prés, chanterelles, girolles, morilles, mousserons et oronges.)

champignons farcis

Choisir des gros champignons de Paris de même taille. Enlever tout le pied pour dégager la cavité. Laver les chapeaux et les essuyer. Les ranger dans un plat beurré ou huilé ; saler, poivrer ; les enduire d'huile ou de beurre fondu et les passer 5 min au four préchauffé à 180 °C. Les farcir chacun d'une grosse cuillerée de duxelles montée en dôme. Poudrer de mie de pain fine, arroser d'huile d'olive et faire gratiner. (Comme tous les légumes farcis, les champignons peuvent être garnis de différents appareils tels que brunoise, farce maigre, mirepoix, purée ou salpicon, risotto, etc.)

champignons en garniture
Faire sauter les champignons au beurre, les égoutter. Déglacer la sauteuse au madère et faire réduire ; mouiller de bouillon ou de demi-glace : réduire de moitié ; passer. Remettre les champignons dans cette sauce. Ils peuvent alors s'intégrer à de très nombreux apprêts tels que blanquette, fricassée, escalope, œufs, poisson, ris de veau, etc., ou bien garnir des bouchées, des tourtes, des petits vol-au-vent, etc.

champignons à la poulette
Faire étuver au beurre des champignons nettoyés, sans coloration. Ajouter juste assez de sauce poulette pour les lier et rectifier l'assaisonnement. Verser les champignons dans un légumier chauffé et les parsemer de fines herbes ciselées.

crème de champignon → CRÈME-POTAGE
crêpes aux champignons → CRÊPE
duxelles de champignon → DUXELLES
essence de champignon → ESSENCE
farce aux champignons → FARCE

CHAMPIGNONS EXOTIQUES Variétés de champignons qui poussent en Extrême-Orient, très utilisés dans la cuisine chinoise et japonaise notamment. En Europe, on les trouve, frais ou sous forme séchée, ou dans des mélanges de légumes marinés ou cuisinés.

Le champignon noir (souvent remplacé, dans les restaurants chinois installés en Europe, par l'auriculaire oreille-de-Judas) et le shiitake entrent dans la composition de salades, de soupes, de hachis, de garnitures et de légumes sautés.

Le champignon chinois parfumé (*xiang xin*, « cœur parfumé ») se cuisine de la même façon. Le champignon de paille, délicat, enrichit toutes sortes de potages et de viandes sautées.

CHAMPIGNY Pâtisserie rectangulaire en pâte feuilletée, fourrée de marmelade d'abricot.

CHAMPVALLON Nom donné à un apprêt de côtelettes de mouton, cuites au four entre une couche d'oignons et une couche de pommes de terre.

Cette préparation classique remonte à l'époque de Louis XIV ; elle est due à l'une de ses maîtresses qui, en flattant la gourmandise du roi, supplanta un temps la marquise de Maintenon (à qui l'on devait les côtelettes en papillotes).

CHANDELEUR Fête catholique (2 février) commémorant la présentation de Jésus au Temple et la Purification de la Vierge. À cette occasion, en France, on mange des crêpes et des beignets. Le mot vient du latin *festa candelarum* (« fête des Chandelles ») parce que, ce jour-là, on allumait – et on allume encore – beaucoup de cierges dans les églises. La date du 2 février coïncide également avec la reprise des travaux des champs, après les rigueurs de l'hiver. C'est sans doute pourquoi la Chandeleur est l'occasion de préparer des plats à base de farine qui, par leur forme ronde et leur couleur dorée, symboliseraient le soleil. L'utilisation de froment de la récolte précédente, pensait-on aussi autrefois, attirait la bénédiction sur la récolte future.

Des superstitions diverses sont attachées aux crêpes traditionnelles de la Chandeleur. En Bourgogne, il faut en lancer une sur le haut de l'armoire pour ne pas manquer d'argent dans l'année. Et, durant la confection des crêpes, malheur au maladroit qui fait tomber la sienne en la retournant !

Napoléon, à la Chandeleur de 1812 – avant son départ pour la campagne de Russie –, fit des crêpes à la Malmaison ; il en réussit, dit-on, quatre sur cinq, augurant ainsi de sa victoire dans quatre batailles. Mais la cinquième crêpe manquée l'inquiéta. Le jour de l'incendie de Moscou, il aurait dit au maréchal Ney : « C'est la cinquième crêpe ! »

CHANFAÏNA Plat de la cuisine antillaise, fait de tranches de foie de mouton frites, rangées dans un plat en terre et recouvertes de quartiers de tomate frits dans de l'huile, d'ail écrasé et de piments doux émincés.

En Espagne, la *chanfaïna* (ou *xanfaina*) est une sauce typique de la Catalogne, faite d'oignons, de poivrons et de divers légumes frais coupés en petits morceaux et cuits dans de l'huile brûlante, avec de la menthe fraîche, du persil, du cumin et du poivre ; cette sauce accompagne volailles, viandes blanches ou escalopes de homard.

CHANOINESSE (À LA) Se dit de diverses préparations qui évoquent sans doute le raffinement culinaire attribué sous l'Ancien Régime aux chanoines et chanoinesses (on disait alors une « vie de chanoine », « gras comme un chanoine »...). La poularde à la chanoinesse est pochée et entourée de tartelettes garnies de queues d'écrevisse liées de sauce suprême au coulis d'écrevisse ; on retrouve ce dernier dans la crème-potage ou velouté du même nom. Les ris de veau et les œufs mollets ou pochés sont, eux, garnis de petites carottes à la crème et de truffes, nappées d'une sauce au fond de veau relevé de xérès.

▶ **Recette** : SOUFFLÉ.

CHANSON DE TABLE Chanson que les convives entonnent à la fin d'un repas. Ils le faisaient sans doute, à l'origine, pour manifester leur contentement.

■ **Histoire.** Chez les Grecs et les Romains, les banquets se terminaient par de véritables spectacles. Au Moyen Âge, tous les festins étaient ponctués d'intermèdes chantés ou mimés.

Mais la véritable chanson de table, que l'on pourrait qualifier de chanson à boire, est née au XVe siècle avec O. Basselin, créateur des « vaux de Vire », appellation d'où l'on a fait dériver le nom de « vaudeville ».

La grande époque de la chanson de table se situe sous l'Empire et la Restauration. En 1804, déjà, Grimod de La Reynière se plaint des chansons patriotiques – « vrais signaux de carnage » – chantées pendant la Révolution française et se réjouit que l'on en soit revenu aux chansons à boire et aux chansons amoureuses, symboles de « la saine gaîté française ». Prêchant

l'exemple, il en publie d'ailleurs dans les éditions successives de son *Almanach des gourmands*. La tradition de chanter au dessert s'est maintenue jusqu'à nos jours, mais, dès 1830, Henri Monnier la ridiculise à travers le personnage de monsieur Prudhomme.

Chanter à table fait « petit-bourgeois » avant de devenir, au début du XXe siècle, un trait de mœurs populaires, voire vulgaires. On ne chante plus guère qu'aux noces, aux banquets d'anciens camarades ou aux repas de première communion.

CHANTECLER Nom donné à divers apprêts de homard et de langouste. Les crustacés sont coupés en deux dans le sens de la longueur, légèrement saupoudrés de cari puis revenus au beurre. La chair est ensuite escalopée et remise dans la carapace sur un lit de riz, nappée d'une sauce Nantua parfumée au cari, garnie de champignons, de crevettes et de crêtes de coq, puis gratinée.

L'appellation désigne aussi une garniture pour noisettes et tournedos, cuits au beurre, nappés d'une sauce au porto garnie d'une julienne de truffe, accompagnés de rognons d'agneau piqués de crêtes de coq, et servis avec des tartelettes aux pointes d'asperge.

CHANTERELLE Genre de champignon des bois dont le chapeau, creusé en entonnoir, est strié non de lamelles, mais de plis descendant bas sur le pied ; l'espèce la plus estimée est la chanterelle commune, ou girolle (**voir** planche des champignons page 240). Toutes les chanterelles sont agréablement parfumées, mais elles doivent cuire lentement, car elles durcissent si on les fait sauter à feu trop vif. On les utilise surtout comme garniture de viande ou d'omelette.

CHANTILLY Nom donné à diverses préparations qui ont en commun la présence de crème fouettée. Froide et sucrée, éventuellement parfumée, celle-ci accompagne ou termine de nombreux entremets (bavarois, charlotte, coupes glacées, crèmes froides, meringue, vacherin, etc.), ou entre dans leur composition. Non sucrée, elle intervient aussi dans la préparation de sauces émulsionnées froides, comme la mayonnaise, ou chaudes, comme la hollandaise, qui sont alors appelées « mousselines ».

L'appellation est due à la réputation qu'avaient les cuisines du château de Chantilly sous les Condés, lorsque Vatel y officiait, au milieu du XVIIe siècle, bien que les apprêts « à la Chantilly », ou « Chantilly », datent, en fait, du siècle dernier.

▶ **Recettes** : CHARLOTTE, CHOU, CRÈME FRAÎCHE, POULARDE, SAVARIN.

CHAOURCE Fromage champenois et bourguignon AOC de lait de vache (50 % de matières grasses), à pâte molle et à croûte fleurie (**voir** tableau des fromages français page 494). Le chaource se présente sous la forme d'un cylindre de 12 cm de diamètre et de 6 cm d'épaisseur, pesant 600 g environ (il en existe aussi un petit format). Présenté entouré d'une bande de papier, il est onctueux et bien blanc, et a une saveur lactique et bien fruitée.

CHAPATI Petite crêpe indienne faisant office de pain. Cuite à la poêle avec du beurre de lait de bufflonne, la chapati est légèrement boursouflée et croustillante. Quand elle est plus molle, elle est parfois fourrée d'épinards hachés avec du gingembre et du cumin.

CHAPEL (ALAIN) Cuisinier français (Lyon 1937-1991). Son père, Roger, achète en 1938, à Mionnay (Ain), *la Mère Charles*, une modeste auberge qui deviendra trente-deux ans plus tard le restaurant d'Alain Chapel. Le jeune homme fait son apprentissage chez Jean Vignard (*Chez Juliette*, à Lyon), puis chez Fernand Point (*la Pyramide*, à Vienne). De 1960 à 1967, il effectue son « tour de France » et, en 1972, devient « meilleur ouvrier de France ». Il travaille avec son père, puis seul, et obtient la troisième étoile Michelin en 1973.

CHAPELURE Mie de pain séchée et réduite en poudre, utilisée en cuisine essentiellement pour les préparations panées ou gratinées. Elle était autrefois obtenue en « chapelant » du pain, c'est-à-dire en râpant la croûte, puis en la faisant sécher à four doux. La chapelure « blanche », faite de mie de pain rassis passée au tamis et séchée sans être grillée, sert surtout à paner les pièces à frire ; elle se garde peu. La chapelure « blonde », qui a subi une légère torréfaction au four ou qui a été préparée en broyant au mortier de la croûte de pain ou des biscottes, convient pour les gratins et se conserve en bocal de verre hermétique.

La plupart des chapelures commercialisées aujourd'hui sont fabriquées industriellement.

CHAPON Jeune coq castré et engraissé, dont la chair est très tendre et qui bénéficie d'une appellation d'origine contrôlée (**voir** tableau des volailles et des lapins page 1108). La finesse de la viande des chapons (jusqu'à 6 kg) vient de l'accumulation de la graisse, qui se dépose en couches successives dans leurs muscles.

Leur élevage, qui avait pratiquement disparu, a largement repris depuis les années 1980 en Bresse, dans l'Ouest et dans les Landes. Les chapons ordinaires sont nourris en batterie et abattus vers quatre mois. Les chapons bressans disposent d'un espace de vie plus important ; tués vers sept ou huit mois, ils sont plumés aussitôt et à sec, nettoyés et serrés dans un linge, puis suspendus pendant deux jours en chambre froide. Le chapon s'apprête comme la poularde, et il est toujours meilleur cuit au four plutôt qu'à la broche.

RECETTE DE GEORGES BLANC

chapon poché et rôti au gratin de potiron

« Flamber et vider un chapon de 3 à 3,5 kg. Saler et poivrer l'intérieur. Le garnir avec 1 oignon épluché, 1 bouquet d'estragon et 1 bouquet de persil, bien lavés. Le brider puis le pocher 30 minutes dans 3 litres de fond de volaille juste frémissant. Le sortir et bien l'égoutter. Le placer dans un plat à rôtir avec 60 g de beurre et cuire 30 minutes au four préchauffé à 280 °C, puis encore 1 heure à 1 h 30 à 220 °C, en arrosant souvent



avec la graisse. Au bout de 1 heure de cuisson, ajouter une garniture aromatique composée de 2 carottes, 1 oignon, 1 vert de poireau, 1/2 branche de céleri, hachés, 1 bouquet garni et 1 gousse d'ail en chemise. Éplucher et épépiner un potiron de 3 kg ; le débiter en quartiers réguliers. Les faire blanchir 12 minutes à l'eau bouillante salée avec 1 bouquet garni et 3 gousses d'ail. Les sortir à l'écumoire et les éponger sur une serviette pour éliminer toute l'eau. Frotter d'ail un grand plat à gratin. Y déposer les morceaux de potiron et les écraser grossièrement à la fourchette. Mettre du sel, du poivre, un peu de muscade râpée et de cayenne, et couvrir de 4 dl de crème épaisse. Parsemer de 80 g de gruyère râpé fin et mettre au four préchauffé à 240 °C jusqu'à ce que le gratin soit doré. Sortir le chapon, dégraisser le plat, déglacer avec 1 dl de vin blanc et laisser réduire à sec. Verser 2,5 dl de fond de volaille, puis laisser réduire à nouveau. Monter la sauce au beurre, en ajoutant un peu de graisse de cuisson. Présenter le chapon entier et le découper à table, en servant dans chaque assiette un peu de cuisse et une escalope de blanc. Accompagner avec le gratin et la sauce en saucière. » (Voir photographie page ci-contre.)

CHAPTALISATION Pratique consistant à rajouter du sucre dans le moût pendant la fermentation alcoolique afin d'obtenir un vin plus alcoolisé. Cette adjonction de sucre (de betterave ou de canne) est strictement réglementée dans sa pratique et son but. Le nom vient de l'inventeur du procédé, le chimiste et homme politique Jean-Antoine Chaptal (1756-1832).

CHARBONNÉE Grillade cuite sur des braises. Dans le Berry, le mot désigne aussi un civet de porc lié au sang. En Île-de-France, c'est un ragoût de bœuf, cuit longuement dans du vin rouge avec des oignons, des carottes et des aromates, et lié au sang de porc.

CHARCUTERIE Ensemble de tous les produits à base de viande et d'abats de porc, de volaille, de gibier, de veau, de bœuf, de mouton, mais aussi de poisson et de crustacés. Le mot désigne également le magasin où l'on vend ces produits et l'ensemble des professionnels qui en font le commerce. La charcuterie est particulièrement développée dans les régions et les pays où l'élevage du porc relève d'une longue tradition (Auvergne, Alsace, Italie, Allemagne notamment).

■ **Histoire.** Les Romains, qui avaient déjà réglementé l'exploitation des porcs, sont à l'origine de la charcuterie en tant que profession. En France, c'est seulement en 1475 qu'un édit de la prévôté de Paris accorda à des « maîtres chayrcutiers-saucissiers-boudiniers » le droit de vendre de la chair de porc cuite et apprêtée (ainsi que le poisson pendant le carême). L'année suivante, ceux-ci constituèrent une branche spéciale, distincte de celle des rôtisseurs (ou « oyers »), mais il fallut attendre 1513 pour qu'ils aient le droit de s'approvisionner directement en viande de porc, sans être obligés de passer par les bouchers.

■ **Emplois.** Les multiples préparations de charcuterie (salaisons, saucisses et saucissons, pâtés, rillettes, andouilles, boudins, produits étuvés, crus ou fumés, chair à saucisse, jambons, galantines, pâtés en croûte, plats cuisinés, farces) sont longtemps restées des spécialités régionales, dominées par les procédés du salage et du fumage.

À la fin du XIXe siècle, cependant, elles firent leur apparition dans les menus de gala, en partie grâce à un charcutier nommé Louis-François Drone, né en 1825 dans la Sarthe et installé à Paris sous le second Empire, qui imposa de nouvelles méthodes dans ce domaine. Surnommé le « Carême de la charcuterie », il publia un monumental *Traité de la charcuterie ancienne et moderne*. Le 9 décembre 1893, un menu « tout en charcuterie » fut publié dans *le Figaro*, signé par Gustave Carlin (grand chef parisien, auteur de *la Cuisine moderne*, 1887).

En 1963 a été fondée la confrérie des Chevaliers de Saint-Antoine, dont le but est d'étudier et de promouvoir la gastronomie du porc et de la charcuterie.

CHARCUTIÈRE (À LA) Se dit de préparations de charcuterie (côte de porc sautée surtout – couramment appelée « côte charcutière » –, mais aussi carré de porc rôti, crépinette, cromesqui) servies avec une sauce charcutière, qui est une sauce Robert (oignons et vin blanc) additionnée de cornichons coupés en julienne. Les œufs à la charcutière, pochés ou mollets, sont dressés sur une crépinette sautée et nappés d'une réduction de sauce charcutière.

CHARDONNAY Cépage blanc, parmi les plus fins, d'origine bourguignonne, que l'on retrouve sous d'autres noms selon la région où il est cultivé : melon blanc dans le Jura, roussot dans l'Yonne, noirien blanc en Côte-d'Or, épinette dans la Marne, weiss klevner, weiss edler et weiss silber en Alsace. Il porte des grappes compactes à baies jaune ambré et à jus sucré, qui donnent les très grands bourgognes blancs, jaune d'or, comme le montrachet, le meursault, le corton-charlemagne, le chablis et le pouilly-fuissé, ou encore les excellents champagnes de la côte des Blancs d'Épernay. Le chardonnay est aussi parfaitement acclimaté à plusieurs autres régions viticoles du monde.

CHARENTES Région française qui réunit les anciennes provinces d'Angoumois, d'Aunis et de Saintonge, dont le charme vient surtout de la qualité de leurs produits. La mer fournit coquillages, crustacés et poissons, qui connaissent des apprêts variés, rustiques ou plus élaborés : huîtres, moules servies en soupe, en éclade ou en mouclade, couteaux farcis

◄
Chapon poché et rôti au gratin de potiron
Recette de Georges Blanc
Voir page 243.

de mie de pain, d'ail et de persil ciselé (comme « cagouilles », ou escargots), palourdes, sourdons verts (coques), casserons (petites sèches) et raiteaux en friture. On cuisine aussi des poissons d'eau douce de toutes sortes : la Touvre, qui coule aux portes d'Angoulême, n'est plus néanmoins, comme au temps de Clément Marot, « pavée de truites, bordée d'anguilles et d'écrevisses ».

L'élevage produit des bœufs de qualité et des moutons de prés salés, qui permettent de préparer la daube des Charentes, le veau saumonné, la tête de veau saintongeaise, les tripes d'Angoulême. La charcuterie offre des produits de choix. Le gibier, à poil ou à plume, est abondant et donne lieu à des apprêts originaux, tels le civet de lièvre à la gelée de groseille et le salmis d'oiseaux de mer.

Les légumes sont excellents : petits pois d'Aunis, fèves de marais, haricots, blancs et rouges (mojettes ou mojhettes), radis (rifauts), choux, champignons de couche et de cueillette. Les brugnons de Saintonge, les pommes de Saint-Porchaire et le chasselas font honneur aux vergers.

Pour cuisiner tous ces produits, en particulier à la casserole, la région produit un beurre, bénéficiant d'une appellation d'origine contrôlée, qui soutient la comparaison avec les meilleurs crus normands. Les fromages ne sont pas négligeables, qu'ils soient de chèvre (oléron) ou de vache (ruffec), sans oublier la jonchée et la caillebotte.

Parmi les douceurs, on compte les merveilles, la cruchade à la confiture, le gâteau au fromage, les tartelettes au chocolat et au cognac, la tarte à la frangipane et les fruits confits, ainsi que la liqueur d'angélique.

Les vins rouges sont assez ordinaires ; quant aux blancs, ils sont surtout destinés à la fabrication du cognac (voir COGNAC, PINEAU).

CHARLOTTE Entremets de la pâtisserie contemporaine, chemisé de biscuits à la cuillère, ou de bandes de biscuit joconde décorées, moulées en cercle, garni de couches de bavaroise, de mousse au chocolat, de cubes de fruits, d'abaisses de génoise imbibée, et décoré de fruits ou de copeaux de chocolat.

La charlotte d'origine, apparue seulement à la fin du XVIIIe siècle, est inspirée des entremets sucrés anglais. Elle est faite d'une épaisse marmelade de fruit – généralement des pommes – parfumée au citron et à la cannelle, versée dans un moule rond à bord légèrement évasé et tapissé de tranches de pain de mie beurrées ; le tout est cuit au four, démoulé et servi tiède, avec une crème anglaise froide.

C'est à Antonin Carême que l'on doit l'invention de la charlotte à la russe. Il s'agit d'un entremets frappé, sans cuisson, composé d'un appareil à bavarois à la vanille (ou d'une mousse au chocolat, au café, d'un appareil à bombe ou de crème Chantilly), versé dans un moule à charlotte tapissé de biscuits à la cuillère, souvent imbibés de liqueur ou de café ; la préparation est mise à refroidir et servie démoulée.

On réalise aussi, avec légumes ou poisson, des charlottes salées sans chemisage, qui ne doivent leur nom qu'au fait qu'elles sont cuites dans un moule à charlotte.

appareil à charlotte froide

2 feuilles de gélatine, 1/2 litre de crème anglaise, 2,5 dl de crème fraîche épaisse, 1 dl de lait, 2 gousses de vanille grattée fondue.

Faire ramollir la gélatine dans très peu d'eau. L'incorporer à la crème anglaise et remuer sans cesse avec une cuillère de bois jusqu'à ce que le mélange ait presque complètement refroidi. Fouetter la crème additionnée du lait avec la vanille, puis incorporer cette chantilly à la crème anglaise.

charlotte froide : méthode de base

20 biscuits à la cuillère, 150 à 200 g de sucre, 1 verre d'eau, 1 verre à liqueur d'alcool (6 cl).

Préparer un sirop avec le sucre et l'eau ; le parfumer avec l'alcool choisi. Tremper dans le sirop quelques biscuits à la cuillère taillés en pointe et en garnir le fond d'un moule à charlotte ; tapisser la paroi avec le reste des biscuits, également imbibés de sirop, bien serrés et coupés à la hauteur du moule (section vers le fond). Remplir avec l'appareil à charlotte et recouvrir avec le reste des biscuits passés dans le sirop. Bien tasser la préparation et mettre dans le réfrigérateur jusqu'au moment de servir (ou dans le congélateur s'il s'agit d'une charlotte glacée). Démouler la charlotte et la décorer. On peut remplacer les biscuits à la cuillère par des langues-de-chat ou de fines tranches de biscuit de Savoie.

CHARLOTTES SALÉES

RECETTE DE FRÉDÉRIQUE HÉBRARD

charlotte de chou aux olives

« Faire blanchir un chou, puis le cuire à l'eau et le passer au moulin. Ajouter à la purée obtenue 1/2 verre d'eau, 1 jaune d'œuf et un peu de fromage râpé. Dénoyauter et hacher grossièrement une trentaine d'olives noires et les incorporer à la purée de chou avec 1 blanc d'œuf battu en neige ferme. Mélanger. Beurrer un moule à charlotte, le poudrer de chapelure. Y verser l'appareil et faire cuire au four préchauffé à 220 °C pendant 30 min environ. »

RECETTE D'ALAIN CHAPEL

charlotte de légumes

« Éplucher 1 kg d'asperges vertes, très fines ; les cuire à grande eau salée, puis les égoutter. En réserver 6 et passer le reste au tamis fin. Verser la purée obtenue dans une petite casserole et laisser dessécher à feu très doux. Plonger 12 petites tomates dans de l'eau bouillante, les peler, les épépiner. Les faire fondre à feu doux, les saler, les poivrer. Éplucher 12 petits oignons nouveaux, les dorer au beurre, puis les mouiller de bouillon et les laisser cuire jusqu'à ce qu'ils se défassent. Préparer un sabayon avec 1 jaune d'œuf. Battre 2 œufs entiers dans un saladier avec du sel et du poivre. Ajouter

les tomates, la purée d'asperge, les oignons et la moitié du sabayon. Remuer doucement à la cuillère de bois pour homogénéiser les éléments. Faire tiédir dans le four 1 dl de crème fraîche, la fouetter légèrement, l'ajouter au mélange de légumes. Bien beurrer un moule à charlotte. Y verser l'appareil, mettre dans le four préchauffé à 175 °C et laisser cuire une petite heure. Réchauffer les 6 asperges au bain-marie. Démouler la charlotte cuite sur le plat de service et entourer d'une rosace faite avec les asperges. Napper du reste de sabayon. »

RECETTE DE BERNARD PACAUD

charlotte aux rougets

« Laver 1 kg d'aubergines, les essuyer, les couper en deux, inciser la pulpe, saler et laisser dégorger 1 heure. Pendant ce temps, écailler et vider, sans en retirer la peau, 6 rougets de 150 g. Réserver les foies, lever les filets. Égoutter les aubergines, les éponger. Les badigeonner d'huile d'olive et les cuire dans le four préchauffé à 225 °C. Quand la pulpe est tout à fait molle, la retirer à la cuillère. La réduire en purée en y ajoutant le jus d'un citron, puis la monter à feu très doux avec 150 g de beurre, du sel, du poivre et une pointe d'ail. Hacher les foies des rougets et les incorporer à leur tour. Saler et poivrer les filets de rouget, les poêler à l'huile d'olive, les éponger. Beurrer un moule à charlotte, le chemiser avec les filets de rouget. Verser l'appareil dans le moule. Tasser un peu avec une assiette. Mettre dans le réfrigérateur 2 heures au moins. Servir avec un coulis de tomates fraîches. »

CHARLOTTES SUCRÉES

charlotte à la chantilly

Garnir de biscuits à la cuillère (de 18 à 22) le fond et la paroi d'un moule à charlotte. Préparer de la crème Chantilly avec 5 dl de crème fraîche, y incorporer délicatement 3 cuillerées à soupe de salpicon de fruits confits ou de fruits frais, et emplir le moule. Mettre dans le réfrigérateur jusqu'au moment de servir. Démouler et décorer de fruits confits.

RECETTE DE PIERRE MAUDUIT TRAITEUR

charlotte au chocolat

« La veille, mettre à tremper 7 feuilles de gélatine (14 g) dans cinq fois leur volume d'eau froide (70 g). Le lendemain, préparer une crème anglaise à 85 °C avec 1/2 litre de lait, 6 jaunes d'œuf et 70 g de sucre. Ajouter 180 g de chocolat de couverture amer, 110 g de cacao pure pâte et la gélatine. Laisser refroidir. Passer au mixeur pour éclater les particules grasses et rendre la masse homogène. Ajouter une chantilly montée avec 680 g de crème fleurette. Tapisser un moule à charlotte de 300 g de biscuits à la cuillère. Le remplir avec le bavarois au chocolat. Mettre au réfrigérateur pour 4 heures au moins. Démouler, décorer avec quelques copeaux de chocolat réalisés à l'aide d'un économe. Servir avec une crème anglaise. »

RECETTE DE FERNAND POINT

charlotte aux deux fruits

« Couper en lames des tranches fines de pain de mie rassis et en tailler une partie à la hauteur du bord du moule à charlotte. Beurrer ce moule, le garnir de lames de pain, fond et paroi. Mélanger de la marmelade de pomme et de la marmelade d'abricot et faire réduire : il faut 8 cuillerées à soupe du mélange. Éplucher des pommes, les couper en morceaux, les citronner légèrement, ajouter du sucre et du sucre vanillé. Emplir le moule de couches alternées de marmelade et de pommes coupées. Recouvrir de pain de mie. Tasser. Enfourner (four préchauffé à 200 °C) et laisser cuire 40 min environ. »

RECETTE DE PIERRE MAUDUIT TRAITEUR

charlotte aux fraises

« La veille, mettre à tremper 6 feuilles de gélatine (12 g) dans cinq fois leur volume d'eau froide. Le lendemain, réduire en purée 1,2 kg de belles fraises et la passer au chinois afin d'obtenir une pulpe fine. En peser 600 g. La chauffer à 40 °C avec 60 g de sucre semoule et incorporer la gélatine. La laisser refroidir, la passer au mixeur, puis ajouter de la chantilly montée avec 750 g de crème fleurette. Chemiser un moule à charlotte de biscuits à la cuillère et le remplir de bavarois à la fraise. Recouvrir de biscuits et mettre dans le réfrigérateur pendant 4 heures au moins. Démouler, poudrer de sucre glace et décorer d'une grosse fraise trempée dans un coulis préparé avec 400 g de pulpe de fraise, le jus de 1/2 citron et 120 g de sucre. Servir le coulis en saucière. »

charlotte glacée au cassis

Garnir le fond et la paroi d'un moule à charlotte avec des biscuits à la cuillère taillés à dimension et trempés dans un sirop de cassis. Emplir le moule de couches alternées de glace au cassis et de biscuits imbibés. Terminer par une couche de biscuits. Tasser et mettre dans le congélateur. Démouler au dernier moment ; accompagner éventuellement de crème anglaise ou décorer de chantilly et de grains de cassis au sirop.

RECETTE DE FRANCIS VANDENHENDE

charlotte aux marrons

« Mélanger à la spatule de bois 200 g de purée de marron et 120 g de crème de marron. Y ajouter 3 cl de whisky pur malt. Faire tremper à l'eau froide 2 feuilles

de gélatine pour les faire gonfler, puis les mettre à fondre dans 3 cuillerées de crème fraîche tiède. Ajouter le mélange aux marrons. Monter en chantilly 150 g de crème fleurette avec 2 sachets de sucre vanillé. Y ajouter l'appareil aux marrons, en plusieurs fois. Imbiber 18 biscuits à la cuillère de 3 cl de whisky mélangé à autant de sirop et en tapisser le fond et le bord d'un moule à charlotte. Verser l'appareil aux marrons. Laisser 6 heures au moins dans le réfrigérateur. »

RECETTE DE MARC HAEBERLIN

charlotte au pain d'épice et aux fruits secs d'hiver

« Chauffez 20 cl de lait. Versez 55 g de miel toutes fleurs dans une casserole, délayez-le avec le lait ; ajoutez 20 g d'écorce d'orange confite et 20 g d'écorce de citron confit, hachées menu, puis 1 cuillerée à café de cannelle en poudre, 1 clou de girofle en poudre et 1 pincée de muscade râpée. Laissez infuser hors du feu. Fouettez 4 jaunes d'œuf et 25 g de sucre en poudre jusqu'à ce qu'ils aient gonflé et doublé de volume. Incorporez-les au lait infusé et faites chauffer le tout sur feu doux, en remuant sans arrêt, jusqu'à ce que la préparation épaississe, en veillant à ne pas laisser bouillir. Retirez du feu. Dorez légèrement sous le gril du four 40 g d'amandes et de noisettes hachées. Faites tremper 2 feuilles de gélatine (6 g) dans de l'eau froide et fouettez-la jusqu'à ce qu'elle forme de petites pointes entre les branches du fouet. Incorporez-la à la préparation aux fruits confits. Ajoutez 250 g de crème liquide très froide, fouettée, puis les amandes et les noisettes. Parfumez avec 1 cl de kirsch ; réservez au réfrigérateur. Mélangez 25 cl de sirop et 2 cl de kirsch. Passez rapidement 12 tranches de pain d'épice mou dans ce sirop et garnissez-en le fond et les parois d'un moule à charlotte en les faisant se chevaucher légèrement. Remplissez avec la crème refroidie. Tassez et recouvrez de pain d'épice. Mettez 6 heures au moins dans le réfrigérateur. Au moment de servir, garnissez une coupe de fruits secs mélangés (pruneaux, abricots, figues, raisins de Corinthe), et de raisins frais roulés dans un peu de gewurztraminer chaud. Démoulez la charlotte sur un plat, saupoudrez le dessus de nougatine en poudre et servez avec la coupe de fruits secs. »

RECETTE DE PIERRE MAUDUIT TRAITEUR

charlotte aux poires

« Faire tremper 8 feuilles de gélatine dans de l'eau froide pour les faire gonfler, puis les presser pour qu'elles ne soient pas trop mouillées. Préparer une crème anglaise avec 1/2 litre de lait, 250 g de sucre semoule, 8 jaunes d'œuf et 1 gousse de vanille. Hors du feu, ajouter les feuilles de gélatine. Quand la crème est complètement froide, y incorporer 1/8 de litre de liqueur de poire williams, puis 3/4 de litre de chantilly. Éplucher 1 kg de poires williams, les pocher dans un sirop préparé avec 1/4 de litre d'eau et 500 g de sucre. Les détailler en tranches de moyenne épaisseur. Tapisser de biscuits à la cuillère un moule à charlotte, puis le garnir par couches alternées de crème et de tranches de poires pochées. Mettre dans le réfrigérateur pendant 4 heures. Préparer un coulis de framboise avec 300 g de pulpe de fruit, 125 g de sucre glace et le jus de 1 citron. Démouler la charlotte et la servir avec le coulis. »

CHARMOULA Sauce épaisse aigre-douce de la cuisine arabe, préparée avec un ragoût d'oignons pimenté et épicé (ras el-hanout, laurier, boutons de rose séchés), additionné de vinaigre, de miel et de raisins secs, parfois aussi de carottes, de céleri et d'échalotes émincés.

La charmoula s'emploie froide ou chaude pour accompagner la viande grillée, en particulier le chameau et le gibier ; en outre, elle sert à napper les apprêts de poisson (bonite, thon, daurade) marinés, puis égouttés, farinés et frits, qui, grâce à elle, se conservent plusieurs jours.

CHAROLAIS Fromage bourguignon de lait de chèvre (45 % de matières grasses) à pâte molle et à croûte naturelle bleutée (voir tableau des fromages français page 496). D'un poids de 200 g environ, le charolais se présente sous la forme, typique des chèvres artisanaux de la région, d'un cylindre de 5 cm de diamètre et de 8 cm d'épaisseur. Il a une saveur noisetée, plus ou moins prononcée selon l'affinage, et il est meilleur d'avril à décembre. Le charolais est considéré comme un fromage de chèvre très savoureux.

CHAROLAISE Race bovine donnant essentiellement des animaux de boucherie, relativement lourds, de bonne conformation, fournissant en général des carcasses peu grasses (voir tableau des races de bœufs page 126). La race charolaise est souvent utilisée pour le croisement avec d'autres races, tant en France qu'à l'étranger.

En restauration, le « pavé de charolais » est une pièce de bœuf épaisse grillée.

Le terme désignait autrefois une pièce de boucherie composée de la partie supérieure du cubitus (olécrane) et des tendons et muscles attenants, et destinée au pot-au-feu. La méthode de découpe qui permettait de l'obtenir n'est pratiquement plus utilisée aujourd'hui.

▶ **Recette** : BŒUF.

▶
Charlotte au pain d'épice et aux fruits secs d'hiver
Recette de Marc Haeberlin



CHARTRES (À LA) Se dit de divers apprêts d'œufs ou de viande qui comportent tous de l'estragon. Les côtes d'agneau sont braisées à l'estragon et nappées de jus à l'estragon ; tournedos et noisettes sont sautés, nappés du déglaçage au fond d'estragon et présentés avec des feuilles d'estragon blanchies.

Les œufs à la Chartres peuvent être soit durs, nappés d'une sauce chaud-froid à l'estragon, et recouverts de feuilles d'estragon et de gelée, soit mollets (ou moulés) et servis sur toast avec un jus lié à l'estragon et des feuilles d'estragon.

CHARTREUSE Apprêt de grande cuisine, fait de légumes, notamment de chou braisé, et de viandes ou de gibier, moulés en dôme par couches faisant alterner les couleurs. La chartreuse est cuite au bain-marie, démoulée et servie chaude. Le grand cuisinier Antonin Carême la tenait pour la « reine des entrées ». Autrefois, la chartreuse se composait uniquement de légumes – son nom évoquerait le régime végétarien que suivaient les moines chartreux. Aujourd'hui, c'est le plus souvent un apprêt de perdrix au chou, également appelé « perdrix en chartreuse ».

Les œufs en chartreuse, quant à eux, s'accompagnent de chou braisé et d'autres légumes.

On peut aussi réaliser des chartreuses de poisson (thon, par exemple), avec de la laitue à la place du chou, relevée d'oseille, qui ajoute un peu d'acidité.

RECETTE D'ANTONIN CARÊME

chartreuse à la parisienne en surprise

« Vous faites cuire dans les cendres ou au vin de Champagne 8 belles truffes bien rondes ; étant froides, vous les épluchez et les coupez dans leur plus grande longueur avec un coupe-racine de quatre lignes (9 mm) de diamètre. Ensuite, vous parez une centaine de queues d'écrevisse (on peut mettre en place des carottes taillées) et vous commencez à en former une couronne au fond du moule que vous aurez beurré. Vous parez vos colonnes de truffe et les placez sur les queues d'écrevisse, mais vous les posez de façon qu'elles forment la bordure grecque ; vous y joignez des filets mignons de poulet, que vous aurez fait d'avance raidir dans le beurre et parés ensuite convenablement ; puis vous placez sur le haut de cette bordure une couronne de queues d'écrevisse pour faire parallèle à l'autre couronne qui se trouve au bas de la bordure grecque, afin que celle-ci se trouve encadrée par les queues d'écrevisse. Vous hachez ensuite menu les parures de truffe, puis vous les semez sur le fond du moule, que vous masquez avec soin d'un petit pouce d'épaisseur de farce à quenelle de volaille ; ensuite, vous masquez la bordure grecque. Alors, le moule étant ainsi garni de farce, au fond et autour, vous garnissez le milieu d'une blanquette de volaille (morceaux désossés, naturellement), de ris de veau ou d'agneau, ou bien une escalope de filets de gibier ou d'un ragoût à la financière ou à la Toulouse ; mais vous ne devez emplir le moule qu'à six lignes (1,35 cm) près du bord, et les ragoûts à froid. Vous formez ensuite sur un rond de papier beurré un couvercle de farce de cinq pouces (13,5 cm) de diamètre sur 6 lignes d'épaisseur ; vous placez ce couvercle sur la garniture (la farce en dessous), qui se trouve par ce moyen contenue de tous côtés par la farce. Pour détacher ce papier, vous posez dessus, une seconde seulement, un petit couvercle chaud pour faire fondre le beurre du papier, qui quitte aussitôt la farce, que vous liez à celle du tour avec la pointe du couteau. La chartreuse étant ainsi terminée, vous couvrez le dessus d'un rond de papier beurré, puis vous la mettez au bain-marie pendant une bonne heure et demie. Étant prête à servir, vous la dressez sur son plat en ôtant le moule. Masquez le dessus de la manière suivante : placez dessus, et près du bord, une couronne de petits champignons bien blancs et, au milieu, une jolie rosace que vous aurez préparée d'avance avec 8 filets mignons à la Conti (de volaille ou de gibier selon la nature du ragoût de base) en forme de croissant. Placez au milieu de la rosace un beau champignon. Servez de suite et glacez-la, si vous voulez, mais je la préfère sans cela, attendu que les blancs de volaille, mêlés dans cette bordure grecque de truffes, font le plus bel effet. »

RECETTE DU CHEF DENIS

chartreuse de perdreau

« Faites d'abord braiser du chou, à la graisse d'oie, avec une vieille perdrix. Découpez des navets et des carottes en petits pavés carrés de 1,5 cm de côté et de 4 à 5 mm d'épaisseur. Préparez une farce à quenelle de veau avec laquelle vous enduirez un petit rondeau ou, mieux, une casserole à pommes Anna à bord assez haut. Décorez le fond et le tour avec les petits pavés de rouge de carotte et de navet pour former un damier. Placez une couche de chou tenu assez sec : elle doit occuper le tiers de la hauteur du récipient. Disposez un morceau de lard demi-sel déjà cuit par pochage (2 heures au moins). Découpez un perdreau (ou deux) rôti vert-cuit et ajoutez les morceaux. Recouvrez de chou : le récipient doit être très plein. Couvrez et faites cuire au bain-marie, à four moyen, pendant 30 ou 40 min. Retirez du four. Laissez refroidir légèrement et démoulez sur le plat de service. »

œufs moulés en chartreuse → ŒUF MOULÉ
pigeon et foie gras en chartreuse au jus de truffe → PIGEON ET PIGEONNEAU

CHARTREUSE (LIQUEUR) Liqueur de diverses plantes, née d'une très ancienne recette, toujours fabriquée à Voiron, près de Grenoble, dans le massif de la Grande-Chartreuse, par les moines de l'ordre des Chartreux. La formule initiale leur serait parvenue en 1735 ; ils la déchiffrèrent et en firent un élixir utilisé comme médicament. Mais, en 1789, l'ordre fut dispersé ; la formule disparut pour un temps. Le hasard voulut que, sous l'Empire, une copie parvînt pour archivage au ministère de l'Intérieur.

Cet obscur document poussiéreux, que personne ne comprenait, fut refusé et réexpédié au monastère, qui, entre-temps, s'était reconstitué. En 1835, les moines reprirent la fabrication à la fois de l'élixir et d'une « liqueur verte ».

Les chartreux élaborent toujours un « élixir végétal » à 71 % Vol., une Chartreuse verte à 55 % Vol. et une Chartreuse jaune, plus douce, à 40 % Vol. (créée en 1840). Lors de leur second exil en Espagne (1903 à 1929), ils fabriquèrent leur liqueur à Tarragone et la vendirent sous ce nom.

La composition de la Chartreuse demeure secrète, mais on sait qu'elle contient des plantes telles que mélisse, hysope, feuilles d'angélique, écorce de cannelle, macis et safran, qui lui confèrent des vertus toniques.

CHASSAGNE-MONTRACHET Vin AOC rouge et blanc de la Côte de Beaune, qui regroupe trois grands crus et dix-huit premiers crus ; les blancs sont secs, très bouquetés, souples et longs en bouche. Les rouges, plus corsés et plus virils que les autres côtes-de-beaune, rappellent certains côtes-de-nuits (**voir** BOURGOGNE).

CHASSE-MARÉE Transporteur chargé, à partir du XIIIe siècle, d'acheminer le plus vite possible jusqu'au faubourg Poissonnière, à Paris, depuis les côtes de Normandie et de Picardie, les poissons de mer et surtout les huîtres, dont la capitale faisait une grande consommation. Les chasse-marée avaient priorité absolue aux relais, où leur arrivée était annoncée par les clochettes que portaient leurs chevaux. On appelait « huîtres de chasse » celles qui étaient apportées par les « voituriers de la mer », par opposition aux « huîtres de rivière », vendues moins cher, convoyées par des bateaux remontant la Seine.

CHASSEUR Petit saucisson sec (moins de 250 g) composé traditionnellement de maigre et de gras de porc, mais aussi souvent d'une pâte fine de bœuf et de gras de porc. Séché rapidement, fumé à froid, le chasseur (ou saucisson du chasseur) a une appétissante couleur dorée.

CHASSEUR (APPRÊT) Se dit d'apprêts sautés (rognons, médaillons ou escalopes, côtes de veau, mais surtout poulet), servis avec une sauce aux champignons, à l'échalote, au vin blanc et à la tomate. Cette même sauce, accompagnée de foies de volaille sautés, accommode aussi les œufs pochés ou sur le plat, et peut également fourrer une omelette.

En cuisine classique, on qualifie en outre de « chasseur » diverses préparations où figure de la purée de gibier (potage, bouchées, œufs cocotte).

▶ **Recettes** : ABATTIS, POULET, SALPICON, SAUCE, SAUTÉ, VEAU.

CHÂTAIGNE Fruit du châtaignier, arbre de la famille des fagacées, comestible après cuisson et communément appelé « marron ». La bogue épineuse contient généralement trois châtaignes, cloisonnées par des membranes (alors que les vrais marrons sont des fruits entiers, ce qui les destine à la fabrication des fruits au naturel et des marrons glacés).

■ **Emplois.** Les châtaignes sont très nourrissantes, puisqu'elles apportent 307 Kcal pour 100 g. Elles ont joué pendant très longtemps un rôle essentiel dans l'alimentation en Sardaigne, en Corse et dans le Massif central. Les Corses préparent ainsi le *brilloli*, ou polenta de châtaignes, et le *castagnacci*, un gâteau. Dans les Cévennes et le Sud-Ouest, on en fait des soupes, des bouillies et des confitures, et elles entrent dans la composition des farces. Plus généralement, elles servent à fabriquer des purées et des « crèmes de marron », ainsi que de la farine de châtaigne. On les consomme également grillées.

Dans le Valais, la brisolée est une dégustation de châtaignes grillées avec du fromage.

▶ **Recettes** : CHEVREUIL, HOMARD, SOUFFLÉ.

CHÂTEAU Exploitation bordelaise se consacrant à la production du vin, dont le nom est souvent trompeur : il ne s'agit en effet généralement pas d'une fastueuse demeure, mais d'une belle maison campagnarde entourée de vignes.

Comme le climat bourguignon, le château produit son vin à partir du seul vignoble du domaine, et ce vin est en général millésimé. Sur plus de deux mille châteaux répertoriés dans la région, seuls deux cents environ font l'objet d'une classification officielle.

Le mot « château », suivi d'un nom propre, équivaut en Bordelais à un nom de marque pour un vin.

CHÂTEAU (APPRÊT) Apprêt de pommes de terre tournées en forme de tonnelet et cuites au beurre, cru ou clarifié (sans avoir été préalablement blanchies), éventuellement avec des petits lardons (**voir** tableau des apprêts de pommes de terre page 833). Les pommes château constituent la garniture traditionnelle du chateaubriand grillé à la sauce béarnaise. On les retrouve dans de nombreuses garnitures (maraîchère, Orloff, Richelieu, etc.).

CHÂTEAU-AUSONE Vin de Bordeaux rouge généreux et élégant, un des douze premiers grands crus classés de Saint-Émilion ; la tradition veut que le vignoble occupe l'emplacement de la villa où le poète latin Ausone vécut au IVe siècle (**voir** BORDELAIS).

CHATEAUBRIAND Tranche de viande de bœuf, très tendre, épaisse de 3 cm environ, taillée dans le filet. Le chateaubriand est grillé ou poêlé et servi avec une sauce (la béarnaise étant la plus classique).

Sous le diminutif de « château », on sert en restauration un morceau de même présentation, taillé dans l'une des autres pièces nobles et servi, comme le chateaubriand, avec des pommes château.

Autrefois, le chateaubriand était taillé dans l'aloyau et servi avec une réduction de vin blanc et d'échalotes mouillée de demi-glace et additionnée de beurre, d'estragon et de jus de citron.

CHÂTEAU-CHALON Vin AOC jaune du Jura, le plus prestigieux, de couleur ambre doré, vendu dans une bouteille de 62 cl, le clavelin (voir FRANCHE-COMTÉ).

CHÂTEAU-CHEVAL-BLANC Vin rouge de Bordeaux, un des douze premiers grands crus de Saint-Émilion, dont le vignoble, très proche de la région d'appellation « pomerol », rassemble les natures de terrain et les cépages des trois grandes régions du Bordelais (voir BORDELAIS).

CHÂTEAU-GRILLET Vin AOC blanc très fin de la vallée du Rhône, au bouquet incomparable, dont le vignoble est le plus petit (2,5 ha) à bénéficier d'une appellation d'origine contrôlée (voir LYONNAIS).

CHÂTEAU-HAUT-BRION Vin rouge de Bordeaux, tannique et charnu, au bouquet d'une rare finesse ; ce graves, le seul à avoir reçu l'appellation de « premier cru » dans la classification de 1855, est produit sur l'un des plus vieux domaines du Bordelais (les archives remontent au début du XVI[e] siècle). Le château haut-brion produit aussi une petite quantité de vin blanc, sec et fin (voir BORDELAIS).

CHÂTEAU-LAFITE-ROTHSCHILD Vin rouge de Bordeaux, très aristocratique, souple et ferme à la fois, l'un des quatre premiers crus du Médoc dans le classement de 1855, produit par un vignoble situé sur une petite colline, non loin du village de Pauillac, dans le haut Médoc (voir BORDELAIS).

CHÂTEAU-LATOUR Vin de Bordeaux rouge, prodigieux, au bouquet incomparable, l'un des quatre premiers crus classés du Médoc, produit par un vignoble situé sur la colline de Pauillac, au sol particulièrement aride et caillouteux (voir BORDELAIS).

CHÂTEAU-MARGAUX Premier grand cru classé de Bordeaux, exceptionnel, velouté et harmonieux, fin et racé, d'une extrême élégance (voir BORDELAIS).

CHÂTEAU-MOUTON-ROTHSCHILD Vin de Bordeaux rouge, de réputation mondiale, l'un des quatre premiers crus classés du Médoc, depuis 1973, dont un artiste différent et connu illustre chaque année l'étiquette (voir BORDELAIS).

CHÂTEAUNEUF-DU-PAPE Vin AOC rouge de la vallée du Rhône méridionale (le blanc, d'ailleurs excellent, est produit en quantité moindre), produit sur un vignoble installé sur la garrigue, proche de la résidence d'été des papes à Avignon (voir RHÔNE).

CHÂTEAU-PÉTRUS Vin de Bordeaux rouge, splendide, bouqueté avec un parfum de truffe, produit dans la commune de Pomerol, dont il est le joyau (voir BORDELAIS).

CHÂTEAU-D'YQUEM Vin de Bordeaux blanc de la commune de Sauternes, unanimement considéré comme le meilleur vin blanc liquoreux du monde, et obtenu à partir de raisins récoltés grain par grain, lorsque la « pourriture noble » a accompli son œuvre bénéfique (voir BORDELAIS).

CHÂTELAINE (À LA) Se dit de divers apprêts dans lesquels la garniture confère une certaine recherche à des mets par ailleurs assez simples. Pour les plats d'œufs, la garniture à la châtelaine comporte des marrons ; pour les viandes, des fonds d'artichaut. Pour les grosses pièces de boucherie, ces fonds d'artichaut, emplis de purée de marron Soubise, sont gratinés et accompagnés de laitues braisées et de pommes noisettes ; pour les petites pièces sautées, déglacées au fond blanc, ils sont simplement étuvés et servis avec des pommes noisettes.

Les fonds d'artichaut peuvent également être coupés en quartiers, sautés au beurre et accompagnés de petites tomates mondées, de cœurs de céleri braisés et de pommes château.

CHAUCHAT Nom donné à un apprêt de poisson (sole, barbue, merlan) entier ou en filets, poché et nappé d'une béchamel faite avec la cuisson, liée avec des jaunes d'œuf et montée au beurre ; la garniture est une simple bordure de rondelles de pommes de terre cuites à l'eau.

CHAUD-FROID Apprêt que l'on prépare à chaud et que l'on sert froid. Le chaud-froid peut être une viande, une volaille, un poisson ou un gibier, dont les morceaux sont refroidis, nappés de sauce brune ou blanche, puis lustrés à la gelée.

Depuis l'époque de Carême, le dressage des chauds-froids a été beaucoup simplifié, mais ces plats restent délicats et très décoratifs.

Les morceaux de volaille ou de gibier, enrobés de sauce chaud-froid, sont décorés de lames de truffe, de blanc d'œuf dur en rondelles, de langue écarlate, etc., avant d'être lustrés avec une gelée très limpide, peu fournie en gélatine et donc plus fine.

Le banquier François Brocard, membre du Club des Cent, a fait une étude très fine sur l'étymologie du mot – on aurait trouvé, en 1855, dans les ruines de Pompéi un vase portant l'inscription *calidus frigidus*, ce qui tendrait à prouver son origine romaine. Ce serait cependant en 1759 que le maréchal de Luxembourg aurait découvert cette préparation, à moins que ce ne soit un certain Chaufroix, chef entremettier des cuisines royales en 1774.

▶
Chaud-froid de poulet, salade de pourpier et de roquette
Recette voir page 254.



Des recettes de chaud-froid sont attestées au tout début du XIXe siècle, chez Alexandre Grimod de La Reynière, Antoine Beauvilliers et Antonin Carême. Cependant, elles n'apparaissent dans quelques livres de cuisine bourgeoise qu'à la fin du siècle. En fait, l'origine de cette appellation demeure incertaine.

ballottine de poularde en chaud-froid → BALLOTTINE

chaud-froid de faisan

Cuire un faisan au beurre, en cocotte, en le tenant un peu rosé. Le découper en 4 ou 6 morceaux. Retirer la peau et laisser refroidir complètement. Mettre 1 heure environ dans le réfrigérateur. Confectionner une sauce chaud-froid brune au fond de gibier, aromatisée à l'essence de truffe, et une gelée aromatisée au madère. Disposer les morceaux refroidis sur une grille. Les enrober de sauce chaud-froid en les remettant dans le réfrigérateur entre deux applications. Préparer les éléments du décor (fragments de truffe, feuilles d'estragon, rouge de carotte ou vert de poireau finement détaillés, blanc d'œuf dur émincé, etc.). Passer chaque élément dans la gelée avant d'en décorer les morceaux de faisan. Pour finir, lustrer les morceaux de faisan avec le reste de la gelée et les mettre dans le réfrigérateur. Les disposer ensuite sur le plat de service et garnir de gelée hachée.

chaud-froid de poulet

Vider, flamber et brider 1 poulet de 1,8 à 2 kg. Le faire blanchir 3 min, de même que, dans des eaux différentes, 1 pied de veau fendu en deux et 500 g d'ailerons de volaille ; les rafraîchir et les égoutter. Éplucher 2 oignons, 2 gousses d'ail, 3 carottes et 1/2 poivron rouge ; bien laver 3 blancs de poireau. Piquer chaque oignon de 2 clous de girofle ; aplatir les gousses d'ail avec le plat d'un couteau. Couvrir d'eau le pied de veau, les ailerons de volaille et les abattis du poulet. Porter à ébullition, écumer et ajouter les légumes avec 1 bouquet garni, 5 grains de poivre et du sel. Maintenir 1 heure à petits bouillons. Remplacer les viandes par le poulet et laisser frémir 1 heure. Retirer la peau de la volaille et attendre qu'elle refroidisse dans le bouillon filtré. Tremper 3 feuilles de gélatine dans de l'eau froide jusqu'à ce qu'elle ait gonflé. Plonger la moitié d'un bouquet d'estragon dans le bouillon et le réduire à 40 cl. Y faire fondre la gélatine. Ajouter en remuant 30 cl de crème liquide, puis 1 jaune d'œuf et le jus de 1/2 citron. Étaler une mince couche de cette sauce sur un plat et le mettre dans le réfrigérateur pour qu'elle prenne. Découper le poulet en huit et désosser le haut des cuisses. Tremper les morceaux de poulet un par un dans la sauce refroidie, puis les poser sur une grille placée sur une feuille de papier d'aluminium et les mettre 30 min dans le réfrigérateur. Couvrir ensuite les morceaux de volaille d'une deuxième, puis d'une troisième couche de sauce chaud-froid, en remettant au frais entre chaque opération. Décorer de pignons et de quelques feuilles d'estragon. Réserver 5 ou 6 heures au frais et servir avec une salade de haricots verts très fins ou une salade de pourpier bien assaisonnée. (Voir photographie page 253.)

chaud-froid de saumon

Faire pocher des tranches – ou darnes – de saumon à tout petits frémissements dans un fumet de poisson bien aromatisé, qui servira pour la sauce chaud-froid. Quand les tranches sont cuites (elles doivent rester un peu fermes), les laisser refroidir dans le fumet, puis les égoutter sur une grille. Préparer la sauce chaud-froid avec le fumet passé, la tenir fluide et en napper les tranches de saumon de trois couches successives, en la laissant prendre à chaque fois au réfrigérateur. Après la dernière application, décorer de rondelles de truffe (ou d'olive noire) et de fins motifs taillés dans du poivron vert. Lustrer avec de la gelée très légère.

sauce chaud-froid blanche pour abats blancs, œufs et volailles, sauce chaud-froid blanche pour volaille, sauce chaud-froid brune ordinaire pour viandes diverses, sauce chaud-froid brune pour poissons et gibiers → SAUCE

CHAUDIN Partie du gros intestin du porc, utilisée comme enveloppe de divers produits de charcuterie. Le chaudin entre dans la composition des andouilles et andouillettes, en mélange avec les intestins de porc.

CHAUDRÉE Soupe de poissons du littoral vendéen et saintongeais, qui se prépare avec de petites raies, des soles, de petites sèches, parfois des tronçons d'anguille, des grondins, etc., cuits dans du muscadet avec du beurre, du thym, du laurier et un peu d'ail, les poissons durs, tel le congre, étant plongés les premiers dans la marmite.

La chaudrée de Fouras, servie en versant le bouillon sur du pain de campagne, avec les poissons à part, est renommée : cette bouillabaisse atlantique a gagné toute la côte charentaise.

La « caudière » du littoral boulonnais et la « caudrée » de Berck sont, dans les régions du littoral du Nord, des soupes très voisines.

Au Canada français, le mot désigne aussi une soupe épaisse à base de poissons ou de fruits de mer, additionnée d'oignon, de céleri et de pomme de terre, telle la chaudrée de myes (l'équivalent du *clam chowder* de la Nouvelle-Angleterre).

chaudrée gaspésienne

Couper 125 g de lard salé en tranches minces. Les faire dorer légèrement à feu doux dans une casserole. Disposer au-dessus, par couches successives et jusqu'à épuisement des ingrédients, 200 g de langue de morue sèche, 200 g de bajoues de morue sèche, 250 g de pommes de terre coupées en dés et 125 g d'oignon haché. Assaisonner de sel et de poivre, couvrir d'eau et laisser mijoter 45 min. Servir très chaud.

chaudrée saintongeaise
Faire étuver dans 50 g de beurre 100 g d'ail pelé et haché, 2 échalotes épluchées et émincées, du persil plat et de l'estragon ciselés, et poivrer. Mouiller de 1/2 litre de vin blanc et de 1/2 litre de fumet de poisson, et ajouter un bouquet garni. Cuire 1 heure. Dorer dans une grande sauteuse, à l'huile d'olive, en les mettant les uns après les autres, en fonction de leur fermeté, 200 g d'anguille de mer en morceaux, 200 g de petits raiteaux, 200 g de sole ou de céteaux, 200 g de barbue ou de plie, 200 g de casserons (petites seiches) et 200 g de langoustines vivantes. Compléter leur cuisson dans le fumet pendant 3 à 4 min, toujours dans le même ordre. Mettre enfin 10 min au four préchauffé à 160 °C. Lier le jus de cuisson avec 200 g de beurre. Servir avec des petits croûtons rôtis au four et légèrement beurrés et aillés.

CHAUDRON Récipient large et profond, en fonte ou en cuivre, muni d'une anse mobile. Suspendu à la crémaillère, le chaudron servait autrefois à cuire les repas (soupes garnies et potées) dans l'âtre. De forme variable selon les régions (flancs incurvés, présence de pieds, etc.), il est réservé aujourd'hui à certains emplois spécifiques (cuisson du fromage en montagne ou préparation des confits).

CHAUFFE-PLAT Ustensile de table, servant à tenir bien chauds le plat de service et son contenu pendant le repas, tout en faisant office de dessous-de-plat. Les premiers chauffe-plats étaient alimentés avec des braises, du charbon de bois ou de l'eau chaude. Aujourd'hui, ils sont pour la plupart électriques, mais aussi à gaz, à bougies et à alcool.

CHAUSSON Pâtisserie en forme de demi-cercle, le plus souvent individuelle, faite d'une abaisse ronde en pâte feuilletée, repliée sur une garniture de compote de fruit, traditionnellement des pommes, qui se mange tiède ou froide.

Les chaussons peuvent également être salés. Ils sont alors servis très chauds, en hors-d'œuvre ou en entrée, garnis de salpicons divers (poisson, volaille, gibier, jambon, champignons, etc.) [voir EMPANADA, RISSOLE].

chaussons : préparation
Abaisser de la pâte feuilletée sur 3 mm d'épaisseur. Y découper des cercles d'un diamètre de 5 à 15 cm. Déposer une garniture assez sèche sur une moitié du cercle, sans aller tout à fait jusqu'au bord, rabattre la moitié libre sur la moitié garnie et souder les bords en les pinçant. Décorer de traits avec la pointe d'un couteau et dorer à l'œuf. Cuire à four chaud.

chaussons de Paul Reboux
Faire une pâte avec 2 verres de farine, 100 g de beurre, 15 g de sel et juste assez d'eau pour la rendre souple. La travailler un moment, puis la laisser reposer 2 heures. L'aplatir alors au rouleau sur 1 cm d'épaisseur. À l'aide d'un verre ou d'un bol, y détailler des rondelles. Déposer sur chacune d'elles quelques cerises dénoyautées et roulées dans du sucre. Replier les chaussons et souder les bords. Les frire dans de l'huile brûlante. Les servir poudrés de sucre vanillé.

chaussons aux pommes et aux pruneaux
Faire tremper 250 g de pruneaux dénoyautés dans de l'eau tiède et 50 g de raisins de Corinthe, lavés, dans 1 petit verre de rhum. Mettre dans une casserole 4 belles pommes épluchées et coupées en lamelles, 1/2 verre d'eau et 50 g de sucre semoule. Cuire 20 min, puis passer au moulin à légumes. Verser la compote dans la casserole avec les raisins égouttés et 30 g de beurre, et remuer sur feu doux pour la dessécher. Mettre les pruneaux égouttés dans une autre casserole avec 1 dl de thé léger, 50 g de sucre et le zeste râpé de 1 citron ; cuire 10 min à petite ébullition, puis passer à la moulinette. Faire sécher cette compote sur feu doux et à découvert. Préchauffer le four à 225 °C. Abaisser au rouleau 500 g de pâte feuilletée sur une planche farinée. La découper à l'aide d'un emporte-pièce de 15 cm de diamètre en 8 disques, et les allonger légèrement. Badigeonner le bord de ces abaisses avec un pinceau trempé dans l'œuf battu et garnir la moitié de chaque disque avec de la compote de pomme et de la compote de pruneau, sans les mélanger. Replier la pâte et souder les bords en les pressant. Disposer les chaussons sur la tôle du four humectée et les badigeonner d'œuf battu. Tracer dans la pâte des entailles légères, en losange. Mettre au four 25 min environ, puis sortir les chaussons et les servir tièdes, ou froids et poudrés de sucre glace.

truffes en chausson → TRUFFE

CHAUSSON NAPOLITAIN Viennoiserie richement fourrée en fruits confits ou en pâte d'amande mélangés à une crème pâtissière enrichie de petits cubes de fruits confits (crème napolitaine). Il en existe de très nombreuses variantes, toutes sur le même principe, généralement montées sur de la pâte briochée.

CHAUSSON AUX POMMES Viennoiserie en pâte feuilletée fourrée de compote de pomme. Le chausson est fabriqué à partir d'un disque de pâte ovale sur lequel on dépose de la compote avant de le replier sur lui-même pour lui donner sa forme caractéristique. Il est enduit, à la sortie du four, de sirop, qui lui donne un beau brillant.

CHAUSSON AUX PRUNEAUX Viennoiserie en pâte sucrée fourrée avec de la crème de pruneau. Croquant, ce chausson peut se comparer à un biscuit fourré. À mi-chemin entre la biscuiterie et la viennoiserie, il est très répandu dans toutes les régions productrices de pruneaux.

CHAYOTE Espèce de courge grimpante, de la famille des cucurbitacées, appelée « brionne » ou « christophine » aux Antilles et « chouchoute » à Madagascar et en Polynésie, que l'on consomme comme légume

(voir planche des légumes exotiques page 615). Originaire du Mexique, où l'on mange ses jeunes pousses comme des asperges, la chayote est cultivée dans les pays tropicaux et au Maghreb. Peu calorique (12 Kcal pour 100 g), elle se conserve longtemps.

Elle ressemble à une grosse poire verte ou blanche, assez rugueuse et marquée d'aspérités, portant de longues côtes profondes dans le sens de la longueur. Sa chair blanche, ferme et homogène, sans saveur très marquée, est douce et riche en eau. Avant complète maturité, elle peut se consommer crue, en salade, pelée, débarrassée de son cœur et émincée. Bien mûre, lorsque le germe commence à percer, elle est pelée et réduite en purée pour confectionner des acras, des gratins très fins et des plats épicés. Elle est indispensable au « mange-mêle » (ratatouille au lard et au lait de coco).

chayotes à la martiniquaise

Cuire 5 min à l'eau salée des chayotes et les presser dans un linge pour les égoutter. Tremper du pain dans du lait et le mélanger avec la pulpe de légume. Peler et émincer finement des oignons verts et les dorer au beurre. Incorporer le mélange pain-chayote. Saler, poivrer et étaler dans un plat à gratin. Lisser le dessus, arroser d'huile d'olive, parsemer de chapelure fraîche et réchauffer dans le four. Servir bien chaud.

CHEDDAR Fromage anglais de lait de vache (45 % de matières grasses), à pâte pressée et à croûte naturelle sous toile graissée (voir tableau des fromages étrangers page 499). Il se présente sous la forme d'un gros cylindre de 35 à 40 cm de diamètre sur autant d'épaisseur et pèse de 27 à 35 kg, et parfois en pain de 450 g (un cheddar géant de 500 kg fut offert à la reine Victoria pour son mariage en 1840).

Originaire de la ville de Cheddar, dans le comté de Somerset, il est fabriqué industriellement dans tous les pays anglo-saxons (il est alors coloré en orange) : aux États-Unis, il est vendu sous les noms de *daisy longhorn*, *flat* ou *twin* ; au Canada, il se nomme *store* ou *bulk*, mais son procédé de fabrication diffère suffisamment pour qu'on l'exporte vers l'Angleterre. Il a une saveur noisetée, assez relevée, ni douce ni acide. Quand il est très affiné (jusqu'à deux ans en cave sèche), des marbrures foncées apparaissent dans sa pâte, et il prend alors le nom de *blue cheddar*.

Il entre souvent dans la composition du breakfast et dans la fabrication des biscuits salés, et sert à préparer croûtes au fromage, salades composées, canapés, hamburgers, etc. En fin de repas, on l'accompagne de madère, de porto, de sherry, de bière lager.

CHEDDARISATION Processus de fabrication de certains fromages, dont bien sûr le cheddar, mais aussi les cantals. La cheddarisation consiste à briser vivement le caillé, qui a été obtenu par présure et addition de ferments, jusqu'à ce qu'il soit réduit en tout petits grains ; ceux-ci subissent ensuite une légère cuisson à 38 °C avant d'être soumis à un égouttage forcé par pressage mécanique.

CHEESECAKE Gâteau américain au fromage blanc, dont la recette la plus appréciée est la préparation juive traditionnelle de New York. Crémeux et compact, le cheesecake se compose d'une pâte préparée à partir de biscuit sec émietté, de beurre et de sucre. Étalé dans un moule à tarte, ce fond est ensuite garni de *creamcheese* (fromage blanc épais fabriqué aux États-Unis), mélangé à des œufs et du sucre. Cuit au four, puis refroidi et démoulé, ce gâteau se sert fréquemment recouvert de fruits frais ou d'un coulis de fruits rouges.

CHEF DE CUISINE Organisateur et coordinateur du travail dans la cuisine qu'il gère. Le chef de cuisine assure la conception des menus, des cartes, des suggestions et des fiches techniques ; il établit le prix de revient des plats. Il est en charge de l'approvisionnement, mais aussi de la qualité des mets réalisés par la brigade de cuisine qu'il dirige. Il est responsable de la formation du personnel composant la brigade, ainsi que des apprentis, auxquels il transmet son savoir. Enfin, il entretient les relations de la cuisine avec les autres services du restaurant ou de l'hôtel.

Au Moyen Âge déjà, les chefs cuisiniers des palais étaient des personnages importants, et ils géraient des budgets considérables. Sous l'Ancien Régime, le grand dignitaire du service de la table resta longtemps l'écuyer tranchant, et le responsable des cuisines, le queux, qui bénéficiera ensuite du titre d'officier de bouche. Les chefs de cuisine portaient alors l'épée au côté, comme les nobles, et beaucoup furent d'ailleurs anoblis.

CHEILLY-LES-MARANGES Vin AOC rouge ou blanc de Bourgogne, provenant du sud de la Côte-d'Or et vendu le plus souvent soit sous le nom de « côte-de-beaune », soit mélangé à des vins d'autres communes, sous le nom de « côtes-de-beaune-villages » (voir BOURGOGNE).

CHEMINÉE Petite ouverture ménagée dans le couvercle de pâte d'un pâté en croûte, d'une tourte ou d'un pie avant qu'ils soient mis au four, afin de faciliter l'évacuation de la vapeur. La cheminée est généralement garnie d'un tube de bristol ou d'une petite douille métallique placés à la verticale, par lesquels on peut éventuellement, après cuisson, verser de la gelée liquide ou de la crème fraîche, et que l'on retire pour le service.

CHEMISE (EN) Se dit de divers apprêts où l'ingrédient principal conserve son enveloppe naturelle ou est enveloppé. Les gousses d'ail en chemise sont placées entières, non épluchées, dans le plat de cuisson afin de parfumer un ragoût ou un rôti (on les retire pour le service, éventuellement après en avoir exprimé la pulpe dans le jus de cuisson). Les pommes de terre en chemise sont cuites à l'eau dans leur peau (on dit aussi « en robe des champs »). Les pigeons en chemise sont entourés d'une tranche de jambon et cuits en cocotte (avec des aromates et du bouillon additionné, à mi-cuisson, d'un peu de vinaigre de

vin). Le caneton en chemise est farci, enveloppé dans une serviette et poché dans un fond brun, puis servi avec des quartiers d'orange et une sauce rouennaise. Les truffes en chemise sont cuites au four dans du papier sulfurisé beurré.

▶ **Recettes** : CAILLE, CANARD, NÈGRE EN CHEMISE, POULET.

CHEMISER Tapisser les parois ou le fond d'un moule soit d'une couche plus ou moins épaisse d'une préparation permettant au mets de ne pas coller au récipient et de se démouler facilement, soit de divers ingrédients qui font partie intégrante du plat. Pour un aspic, on fait prendre à l'intérieur du moule une mince pellicule de gelée. Pour une crème renversée, un gâteau de riz, etc., on le tapisse de caramel. Pour les bombes glacées, on l'enduit de crème ou de glace, puis on l'emplit avec la glace ou l'appareil indiqué. Pour les charlottes, on le chemise de biscuits à la cuillère, d'abaisses de génoise ou de tranches de pain de mie. Enfin, les moules sont parfois chemisés de papier sulfurisé beurré.

▶ **Recette** : BOMBE GLACÉE.

CHÉNAS Cru du Beaujolais, produit sur des terres granitiques, qui révèle des arômes de rose et de violette et de la générosité, tout en restant fin et délicat (**voir** BEAUJOLAIS).

CHENIN BLANC Cépage originaire d'Anjou, que l'on nomme aussi plant d'Anjou, blanc d'Anjou, plan de Brézé, pinet d'Anjou, pinot de la Loire, d'Anjou et de Savennières. Le chenin blanc porte des grappes assez compactes, avec des baies moyennes croquantes, jaune doré, à pulpe dense et jus sucré, qui donnent des vins moelleux parmi les coteaux-du-Layon, les coteaux-de-Saumur, les bonnezeaux et les quarts-de-chaume. Le chenin blanc donne aussi des vins secs et séveux dans les coteaux-de-la-Loire ou les savennières, et des bases de vins pétillants en Touraine. Ce cépage est très bien acclimaté à d'autres régions viticoles du monde.

CHÈRE Mets servis au cours d'un repas, considérés principalement du point de vue de la qualité : la « bonne chère » est une nourriture savoureuse et abondante. Mais le sens classique de « chère », dérivé de son étymologie latine (*cara*, « visage »), est celui de « mine », « accueil ». Faire « bonne chère » à quelqu'un, c'était lui réserver un accueil agréable, enjoué. « Bonne chère vaut bien un mets », dit le proverbe, signifiant ainsi qu'un accueil aimable procure autant de plaisir qu'un repas de qualité.

CHERRY BRANDY Liqueur de cerise, obtenue par macération dans de l'alcool d'une purée de fruits écrasés avec leurs noyaux. D'origine anglaise, assez doux, légèrement sirupeux et rouge rubis, le cherry (« cerise » en anglais) ou cherry brandy se boit en digestif (**voir** SHERRY).

Aujourd'hui, il est préparé avec deux variétés de cerises : les guignes, foncées et sucrées, et les griottes, plus acides et plus parfumées. Le cherry est voisin du marasquin et du guignolet.

CHERVIS Plante de la famille des ombellifères, originaire de Chine, très cultivée dans le passé pour ses racines farineuses et sucrées, qui se préparaient comme les salsifis. Le faible rendement du chervis l'a fait abandonner au profit de ces derniers.

CHESHIRE Fromage anglais de lait de vache (45 % de matières grasses), à pâte pressée non cuite, colorée en orange, et à croûte naturelle graissée (**voir** tableau des fromages étrangers page 499). Il se présente sous la forme d'un cylindre de 35 à 40 cm d'épaisseur, pesant de 22 à 40 kg.

Originaire du comté de Cheshire, le cheshire est le plus ancien des fromages anglais. Il a une saveur peu relevée, plus prononcée lorsqu'il est très affiné (jusqu'à 2 ans) ; ce goût particulier est dû aux dépôts de sel dans les pâturages où paissent les vaches.

Il en existe trois variétés : rouge (la plus connue), blanche, et bleue (assez rare).

Il est indispensable à la confection du traditionnel welsh rarebit.

CHESTER Nom parfois donné en France et en Belgique aux fromages britanniques cheshire et cheddar, ainsi qu'à des fromages français du même type, fabriqués suivant le principe de la cheddarisation, introduite à Castres après la Seconde Guerre mondiale (**voir** CHEDDAR, CHESHIRE).

CHEVAL Animal domestique, de la famille des équidés, utilisé pendant des siècles pour le transport et les travaux agricoles, dont la chair n'est devenue viande de boucherie qu'au XIXe siècle. On abattait des animaux de trait, qui donnaient une viande bon marché, vendue dans des boucheries spéciales dites « hippophagiques » (la première fut ouverte à Nancy en 1864).

La consommation de la viande de cheval, formellement interdite jusqu'en 1811, où un décret la rendit légale, a continué pendant longtemps à faire l'objet de polémiques. Elle demeure très faible : en 1993, elle se situait à 0,7 kg de carcasse par an et par personne, contre 23 kg pour le bœuf.

■ **Races.** On distingue les races de chevaux de selle (pur-sang, anglo-arabe, trotteur) des races de chevaux lourds (ardennais, percheron, breton, boulonnais). La race mulassière résulte du croisement d'un âne et d'une jument. Le bardot est un hybride du croisement d'un cheval et d'une ânesse. Le poney est un cheval de petite taille. La pouliche est une jeune femelle ; le cheval hongre est un mâle castré ; l'étalon est un cheval « entier ».

Outre sa propre production, la France importe de la viande de cheval, notamment d'Amérique du Nord, d'Europe centrale et d'Europe de l'Est.

■ **Emplois.** La viande de cheval est moins ferme que celle du bœuf. En revanche, elle s'oxyde plus facilement à l'air : sa présentation et sa conservation sont donc plus délicates.

Sa tendreté lui permet d'être consommée fraîche (dans les deux à quatre jours qui suivent l'abattage), sans maturation, et même crue (tel l'authentique steak tartare), l'animal n'étant jamais atteint par la tuber-

culose ni par le ténia. La plupart des morceaux sont cependant destinés aux cuissons rapides (bifteck ou rôti). La chair entre également dans la composition de certains cervelas, mortadelles et saucissons secs (saucisson d'Arles), mélangée à du gras de porc et parfois du maigre.

Au Québec, la consommation de cheval est entrée tardivement dans les mœurs. Aujourd'hui, cette viande est de plus en plus considérée comme un excellent substitut du bœuf pour les personnes souffrant d'intolérance au cholestérol ou aux hormones. De provenance locale, elle est vendue fraîche et, depuis peu de temps, ailleurs que dans les boucheries spécialisées.

RECETTE DE ROBERT COURTINE

rôti de cheval à la cannelle

« Couper en morceaux 2 bâtons de cannelle. Enfoncer ceux-ci dans un rôti de cheval de 1,5 kg en même temps que 3 gousses d'ail. Chauffer en cocotte 1 cuillerée à soupe de beurre et 2 cuillerées d'huile d'olive. Y faire dorer le rôti. Ajouter 2 oignons émincés, 1 carotte en rouelles, 2 branches de céleri hachées grossièrement, 1 bouquet garni, la chair de 2 tomates pelées et épépinées, 1 petit piment rouge. Saler et poivrer. Laisser mijoter 10 min, puis couvrir. Cuire le rôti au four pendant 25 min. Passer la sauce et servir après avoir retiré la cannelle. On peut garnir avec du riz à la créole, une polenta ou une purée de légumes (céleri, pois cassés). »

rôti de cheval en chevreuil

Ficeler un beau romsteck de cheval (1,5 kg environ). Mélanger 1/2 litre de vin blanc sec, 1/2 verre de vinaigre de vin, 3 ou 4 cuillerées à soupe d'huile d'arachide ou de tournesol, 1 très gros oignon épluché et 1 carotte pelée, émincés, 2 grosses gousses d'ail pelées et écrasées, un peu de persil haché, 1 branche de thym, 1 feuille de laurier concassée, 2 ou 3 clous de girofle et du poivre en grains. Mettre la viande dans cette marinade et l'y laisser 36 heures au moins, en la retournant deux ou trois fois. Au moment de la cuisson, éponger le rôti et le badigeonner largement de beurre fondu. Le cuire au four préchauffé à 275 °C comme un rôti ordinaire, en comptant 25 min de cuisson par kilo. Le sortir et le tenir au chaud sur le plat de service ; déglacer le plat de cuisson avec de la marinade passée et, éventuellement, lier avec un peu d'arrow-root. Servir avec des pommes de terre sautées au beurre et une sauce aux airelles, ou bien avec une purée de marron légère.

CHEVAL (À) Se dit de petites pièces de bœuf grillées (steak, hamburger, entrecôte) sur lesquelles on pose un ou deux œufs poêlés. Les « anges à cheval » (traduction littérale de l'anglais *angels on horseback*) sont des huîtres grillées, posées sur un toast garni d'une tranche de lard.

CHEVALER Disposer les éléments d'un plat (tranches, escalopes, etc.) de manière qu'ils se chevauchent partiellement. Sur un plat long, ils sont dressés en alignement ou en quinconce ; sur un plat rond, ils sont disposés en couronne.

CHEVALIÈRE (À LA) Se dit de deux apprêts différents très élaborés et décoratifs, l'un de sole, l'autre d'œufs. Les filets de sole sont pochés, dressés sur une farce de poisson avec des coffres d'écrevisse, entourés d'huîtres, de champignons pochés et de queues d'écrevisse liés de sauce américaine, et décorés de lames de truffe. Les œufs sont servis avec une garniture de champignons, de rognons et de crêtes de coq liée au velouté.

CHEVERNY Vin du Val de Loire, rouge fruité ou rosé frais, bénéficiant du label VDQS, qui est parfois traité selon la méthode champenoise (voir TOURAINE).

CHEVET (GERMAIN CHARLES) Traiteur et marchand de comestibles parisien (? - Paris 1832). Chevet s'installa dans une boutique du Palais-Royal et fonda une dynastie de traiteurs, célèbre sous l'Empire. Fréquenté par Grimod de La Reynière, Balzac, Rossini et Brillat-Savarin, son magasin, qui fournissait venaison, foies gras et poissons, pâtés et crustacés, s'assura un renom international et fut maintenu en activité par ses descendants. En 1844, Henriette Félicité Corcellet, fille d'un autre traiteur réputé de Paris, épousa un membre de la famille Chevet.

CHÈVRE Animal domestique, de la famille des caprinés, élevé essentiellement pour son lait et ses petits, les chevreaux. En France, les principales régions d'élevage pour la viande sont le Poitou, le Berry, le Dauphiné et la Touraine, avec pour races principales l'alpine chamoisée (beige et brun-roux) et la saanen (blanche).

■ **Emplois.** La chair de la chèvre, assez ferme, a une saveur agréable, mais une odeur prononcée se rapprochant de celle du mouton. Appréciée surtout dans les régions d'élevage, quand l'animal est jeune, elle se mange rôtie ou marinée, parfois même salée, fumée et séchée (en montagne). La chair du mâle – le bouc – ne se consomme plus aujourd'hui que lorsque ce dernier est encore un chevreau, mais, pendant des siècles, elle constitua, malgré son odeur forte et sa fermeté, un aliment courant pour les gens les plus pauvres, et c'est de son nom que serait dérivé le mot « boucherie ».

La femelle du chevreuil est également nommée « chèvre » (ou « chevrette »).

CHÈVRE (FROMAGE) Dénomination générique des fromages préparés exclusivement avec du lait de chèvre et contenant au moins 45 % de matières grasses (deux conditions indispensables pour porter la mention « pur chèvre »).

Les fromages « mi-chèvre » sont faits avec un mélange de lait de vache et de lait de chèvre contenant au moins 25 % de ce dernier.

Au nombre des chèvres réputés, on compte le sainte-maure-de-touraine, le pouligny-saint-pierre, le valençay, le selles-sur-cher, etc.

CHEVREAU Petit de la chèvre. Lorsqu'il est abattu pour la boucherie, il s'agit toujours d'un mâle très jeune (de 4 semaines à 4 mois), les femelles étant réservées pour la production laitière.

On ne trouve des chevreaux, ou « cabris », que très peu de temps après les mises-bas, de la mi-mars au début de mai. Leur viande s'apparente à celle de l'agneau de lait. On la consomme en général rôtie et, dans la plupart des recettes (en particulier en Corse et en Espagne), bien condimentée et aromatisée.

CHEVRET Fromage du massif alpestre de lait de chèvre ou mi-chèvre (45 % de matières grasses), à pâte molle et à croûte naturelle bleutée. Il se présente sous la forme d'un carré ou d'un rectangle pesant de 150 à 200 g. Il a une belle saveur rustique et noisetée.

CHEVREUIL Petit ruminant de la famille des cervidés, commun dans les forêts tempérées, qui est en passe de devenir un gibier populaire (comme il l'est en Allemagne), le cheptel augmentant régulièrement (250 000 bêtes sont tuées chaque année). On l'appelle « faon » jusqu'à six mois, « chevrillard » jusqu'à dix-huit mois (pour les deux sexes), puis « brocard » pour le mâle (adulte, il pèse de 20 à 25 kg) et « chèvre » ou « chevrette » pour la femelle (voir tableau des gibiers page 523).

■ **Emplois.** La chair du chevreuil, rouge sombre, est tendre et savoureuse, surtout chez les bêtes jeunes, et n'a alors pas besoin d'être marinée (la cuisson doit la conserver rose à l'intérieur).

Les meilleurs morceaux sont les côtelettes et les noisettes, prélevées sur le carré et le filet ; ils sont sautés et servis avec une sauce poivrade ou grand veneur ; la selle et le cuissot (ou gigue) se mangent plutôt rôtis. On fait également des civets de chevreuil, que l'on accompagne de purée de marron, de sauce poivrade, de cerises, de gelée de groseille ou de poires au jus.

Au Canada, on donne, à tort, au chevreuil le nom de « cerf de Virginie ».

civet de chevreuil → CIVET

côtelettes de chevreuil sautées minute

Faire macérer 30 min 8 côtelettes de chevreuil avec 3 cuillerées à soupe d'huile d'olive, 1 très petite gousse d'ail pelée et écrasée, 1 cuillerée à soupe de jus de citron, 1 cuillerée à soupe de zeste de citron blanchi et haché, 1 cuillerée à soupe de persil haché, du sel et du poivre. Les retourner trois ou quatre fois dans cette marinade. Nettoyer 500 g de petits champignons (sauvages de préférence) et les faire sauter vivement au beurre en y ajoutant 1 échalote et 1 petit oignon épluchés et hachés. Égoutter les côtelettes sans les éponger et les dorer vivement dans 20 g de beurre chaud. Arroser d'un verre à liqueur de cognac et flamber. Les disposer en couronne dans un plat. Verser les champignons au centre. Accompagner d'une compote de pomme parfumée au citron et, éventuellement, d'une sauce poivrade.

côtelettes de chevreuil sautées à la mode d'Uzès

Préparer des croûtons frits à l'huile et des pommes dauphine. Détailler en julienne des zestes d'orange blanchis et des cornichons au vinaigre. Faire sauter vivement les côtelettes à l'huile. Déglacer la poêle avec du vinaigre, du jus brun et de la crème fraîche, ajouter les juliennes et quelques amandes effilées. Napper de cette sauce les côtelettes très chaudes. Servir avec les croûtons et les pommes dauphine.

filets de chevreuil d'Anticosti

Parer 900 g de filets de chevreuil, les saler, les poivrer, les arroser de 5 cl d'huile d'olive et laisser mariner 12 heures. Les griller, suivant le degré de cuisson désiré, à 15 cm de la source de chaleur. Faire fondre sur feu doux 5 cl de gelée de groseille avec 1 cuillerée à café de Worcestershire sauce. Monter cette sauce avec 60 g de beurre. Servir avec les filets très chauds.

filets mignons de chevreuil

Parer des filets mignons de chevreuil, minces languettes de chair situées sous l'os de la selle, que l'on peut aussi prélever sur les gros filets de la selle. Les aplatir légèrement et les piquer de lard gras. Les faire sauter à l'huile ou au beurre, comme des côtelettes, ou les huiler et les griller, mais toujours vivement. Servir, au choix, avec une sauce poivrade, une purée de marron, une compote de fruit (de pêche, en particulier), une sauce aux griottes ou aux groseilles. D'une façon générale, tous les apprêts des côtelettes conviennent.

RECETTE DE CHRISTIAN DIOR

gigot de chevreuil de 3 heures

« Parer un gigot (communément appelé " cuissot ") de 2,5 à 3 kg. Couper en lardons fins 300 g de lard gras et en piquer le gigot. Faire chauffer dans une braisière 30 g de beurre et 3 cuillerées à soupe d'huile, y faire dorer le gigot sur toutes ses faces. Faire chauffer 1 petit verre de cognac, le verser sur le gigot, flamber. Couvrir et laisser cuire 1 heure à feu doux. Ajouter dans la braisière 1/4 de litre de vin rouge, le jus de 1 citron, 1 gousse d'ail, 1 ou 2 petits piments rouges secs, du sel et du poivre. Laisser cuire encore 1 heure, toujours à couvert et sur feu doux. Délayer alors 1 cuillerée à soupe de farine et 1 cuillerée à soupe de moutarde forte avec 1/4 de litre de vin rouge. Verser sur le gigot et faire cuire une troisième heure. Au moment de servir, passer la sauce au chinois et la lier de 2 cuillerées à soupe de gelée de framboise. Incorporer 2 bonnes cuillerées à soupe de crème épaisse à 1 litre de purée de marron légère et servir ensemble gigot, purée et sauce. »

RECETTE DE BERNARD LOISEAU

noisettes de chevreuil au vin rouge et poires rôties

« Versez 50 cl de bourgogne rouge dans une casserole et portez-le à ébullition. Flambez-le avec une allumette pour que l'alcool s'évapore. Ajoutez 1 échalote pelée et hachée et faites réduire le liquide des trois quarts. Incorporez 100 g de purée de carotte en mélangeant bien. Salez et poivrez. Pelez 4 poires à cuire ; retirez le cœur et les pépins. Coupez-les en éventail. Faites fondre 30 g de beurre dans une poêle, ajoutez les poires et faites-les cuire doucement. Dans un plat à sauter, chauffez 30 g de beurre jusqu'à ce qu'il commence à mousser. Ajoutez 12 noisettes de chevreuil de 50 g chacune ; salez, poivrez. Cuisez-les 2 min de chaque côté sur feu assez vif, en les tenant rosées. Faites chauffer à nouveau la sauce au vin rouge. Incorporez 140 g de beurre en parcelles en fouettant vivement. Salez et poivrez. Retirez les noisettes de chevreuil du plat. Égouttez-les sur du papier absorbant. Déglacez la cuisson avec un petit verre d'eau. Laissez réduire 1 min, puis ajouter ce jus à la sauce au vin rouge. Égouttez les poires ; épongez-les sur du papier absorbant. Nappez de sauce le fond de 4 assiettes de service chaudes. Posez dessus les noisettes de chevreuil et entourez-les des poires rôties. »

RECETTE DU RESTAURANT *LES TEMPLIERS*, AUX BÉZARDS

poivrade de chevreuil aux noisettes et aux châtaignes

« Détacher le filet et les pattes du chevreuil. Laisser des morceaux de carcasse macérer 12 heures dans une marinade classique. Le lendemain, chauffer sur feu doux, sans les faire éclater, 60 airelles avec 15 g de beurre et 20 g de sucre. Mouiller à hauteur 12 châtaignes avec du consommé beurré et les cuire. Cuire 8 coings dans un sirop léger, puis les passer au beurre. Porter à ébullition 1/2 litre de vin rouge et le faire flamber. Ajouter 50 g de sucre, 1 clou de girofle, 2 zestes d'orange blanchis et hachés et 20 g de cannelle. Cuire 10 min. Y pocher 10 min 6 quartiers de poire pelés et épépinés. Faire colorer dans 5 cl d'huile d'arachide les morceaux de carcasse, puis ajouter une mirepoix, faite avec 125 g de carotte, 25 g de céleri en branche, 50 g d'oignon, 50 g de poireau et des queues de persil. Dégraisser et saupoudrer de 4 cuillerées de farine. Laisser roussir légèrement. Flamber au cognac, ajouter 1 dl de vinaigre de vin rouge, la marinade, 1 bouquet garni avec 1 gousse d'ail et 1 litre de fond de veau. Cuire à petit feu pendant 4 heures. Passer la sauce au tamis fin, ajouter 1/2 litre de crème liquide et 2 cuillerées de gelée de groseille. Laisser mijoter 30 min. Rouler le filet de chevreuil dans de la farine, puis dans du jaune d'œuf et dans un hachis de 50 g de noisettes. Le couper en 24 morceaux. Les cuire doucement à la poêle dans du beurre mousseux, saler, poivrer et les servir accompagnés des fruits et de la sauce. »

selle de chevreuil grand veneur

Parer une selle de chevreuil, puis la piquer de fins lardons marinés dans du cognac avec du persil haché, du sel, du poivre et un peu d'huile. La faire rôtir et la servir entourée de marrons braisés ou en purée et de pommes dauphine avec une sauce grand veneur.

CHEVREUIL (EN) Se dit de la viande de boucherie apprêtée et servie à la manière de la venaison : tournedos et noisettes d'agneau sont mis en marinade, puis égouttés, sautés au beurre et servis avec une sauce poivrade et une purée de marron. On prépare aussi « en chevreuil » les filets mignons de bœuf, le rôti de cheval et le gigot de mouton (paré, piqué, mariné et rôti, servi avec une sauce pour gibier).

▶ Recettes : AGNEAU, CHEVAL, MARINADE.

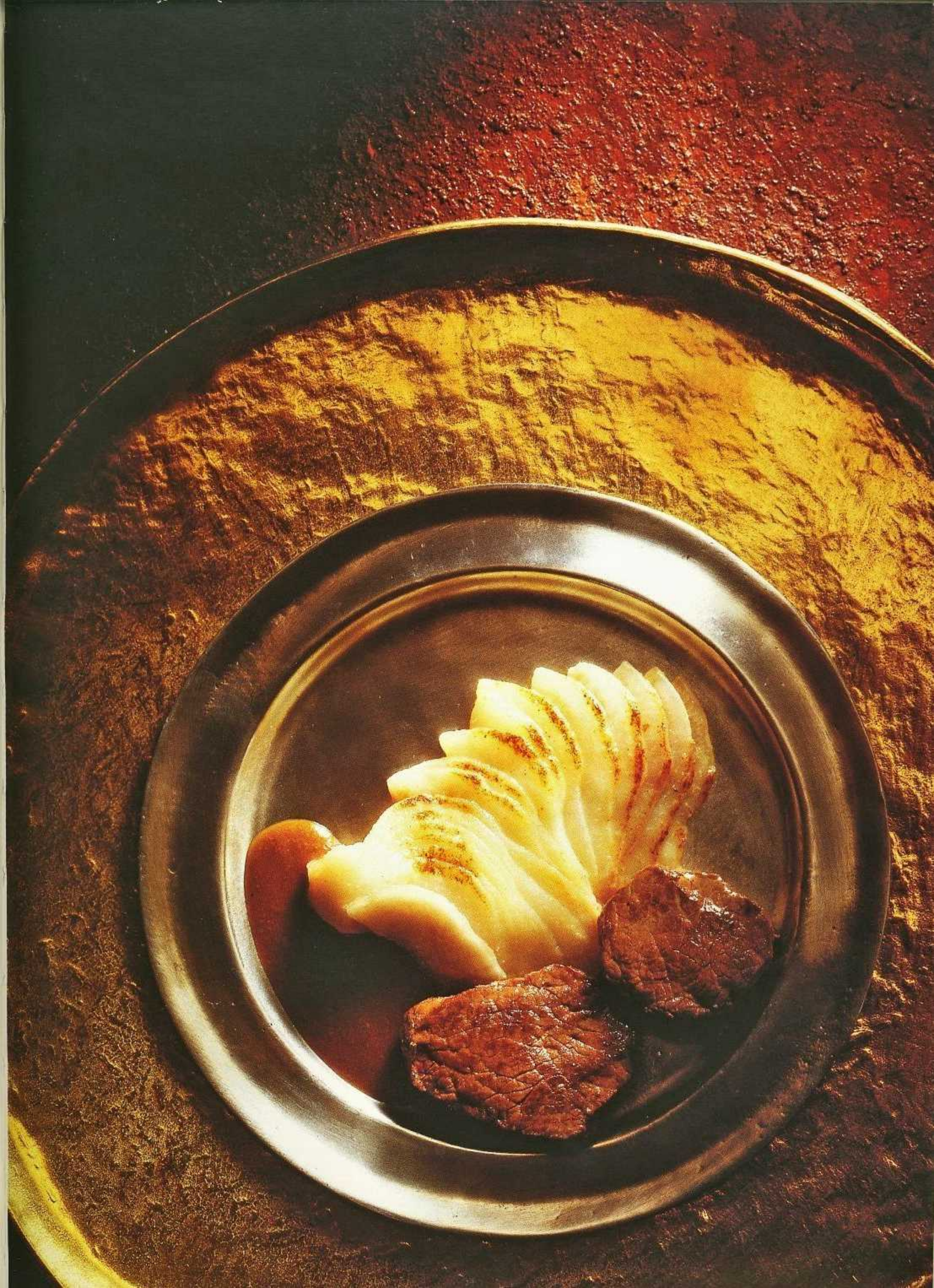
CHEVREUIL (SAUCE) Sauce de la cuisine anglaise *(roebuck sauce)* destinée à accompagner la venaison ou les viandes « en chevreuil ».

▶ Recette : SAUCE.

CHEVREUSE Nom de divers apprêts de la cuisine classique. La garniture Chevreuse, pour noisettes d'agneau et tournedos, associe pommes noisettes et fonds d'artichaut garnis d'une duxelles de champignon surmontée d'une lame de truffe lustrée au beurre ; les pièces sont nappées du déglaçage au madère et à la demi-glace. Le velouté Chevreuse est une crème de volaille liée et additionnée de pluches de cerfeuil. L'omelette Chevreuse est fourrée d'un hachis de cerfeuil bulbeux fondu au beurre et de cerfeuil blanchi. Quant aux œufs Chevreuse, ils sont cuits au plat dans le four (au miroir), parsemés de fromage râpé et entourés d'une bordure de purée de haricot vert assez serrée. La présence de produits maraîchers explique sans doute le nom de ces apprêts, la vallée de Chevreuse ayant une vocation potagère depuis le XVIII[e] siècle.

CHEVROTIN DES ARAVIS Fromage savoyard de lait de chèvre (45 % de matières grasses), à pâte pressée et à croûte naturelle lavée (voir tableau des fromages français page 497). Fabriqué en chalet de montagne, le chevrotin des Aravis se présente sous la forme d'un disque de 12 cm de diamètre et 4 cm d'épaisseur, pesant de 500 à 700 g, et ressemble à un petit reblochon. Il a une saveur très aromatique due aux fleurs des alpages que mangent les chèvres.

▶
Noisettes de chevreuil au vin rouge et poires rôties
Recette de Bernard Loiseau



CHÈVROTON DU BOURBONNAIS Fromage bourbonnais de lait de chèvre (45 % de matières grasses), à pâte molle et à croûte naturelle (voir tableau des fromages français page 497). Il se présente sous la forme d'un petit cône tronqué de 6 à 8 cm de diamètre à la base et de 5 à 6 cm d'épaisseur. Ce chèvroton a une saveur crémeuse et noisetée.

CHIANTI Vin italien produit en Toscane, commercialisé en fiasque gainée de paille (le *fiasco*) pour les qualités courantes, qui se boivent jeunes, et en bouteilles millésimées, de type bordeaux, pour les meilleurs crus.

Ces derniers, constituant le chianti classico, proviennent d'un très petit secteur situé entre Florence et Sienne : on les reconnaît à un sceau représentant un coq noir sur fond or. Les autres, dits « tolérés », sont produits en bien plus grande quantité par six régions délimitées, dont la production est très inégale.

CHIBOUST Pâtissier installé au XIXe siècle rue Saint-Honoré, à Paris. En 1846, il créa le saint-honoré, rendant ainsi un double hommage à son quartier et au saint patron des boulangers et des pâtissiers.

La crème Chiboust, qui accompagne traditionnellement ce gâteau, est une crème pâtissière, généralement aromatisée à la vanille, allégée à chaud avec un appareil à meringue. Les pâtissiers garnissent parfois le saint-honoré d'une simple chantilly.

▶ **Recettes** : CHOU, CRÈMES DE PÂTISSERIE.

CHICHA Boisson alcoolisée consommée en Amérique latine, surtout au Pérou. Elle est préparée avec des grains de maïs que les femmes mâchent, recrachent et font fermenter avec des morceaux de viande. Cet alcool violent est consommé dans les classes populaires.

CHICON Endive belge qui apparut pour la première fois en 1848 sur le marché de Bruxelles. Les chicons – qui correspondent à la partie comestible de la chicorée witloof – comptent en Belgique au nombre des légumes d'hiver très populaires, avec notamment la plus célèbre recette nationale, les chicons au gratin.

CHICORÉE Plante potagère, de la famille des composées, dont on consomme les feuilles, crues ou cuites, plus ou moins amères selon les variétés (voir tableau), ainsi que les trognons, appelés « gourilos » ; on la cultive également pour ses racines (chicorée à café). Les pissenlits appartiennent aussi à la vaste famille des chicorées, et ils se consomment de la même manière.

• CHICORÉE SAUVAGE. Cueillie le long des chemins au printemps, lorsqu'elle est jeune et tendre, elle a une saveur très amère et ne se mange qu'en salade, taillée en chiffonnade ; elle entre aussi dans la composition du mesclun niçois. Repiquée dans un lieu sombre, elle donne en hiver des variétés dites « améliorées », dont la barbe-de-capucin, tendre, blanche et légèrement amère, que l'on apprête à la vinaigrette ou que l'on taille en bâtonnets pour les faire confire dans du vinaigre.

Caractéristiques des différentes variétés de chicorées

variétés	provenance	époque	aspect
chicorée sauvage améliorée (chicorée barbe-de-capucin)	ceintures vertes	fin sept.- fin mars	feuilles étiolées, dentelées, blanchâtres ou vertes, larges
chicorées frisées			
pancalière, ruffec	ceintures vertes	fin juin - fin sept.	feuilles jaune à vert, très minces
wallonne (Très Fine Maraîchère, Grosse Pommant Seule, d'Été à cœur jaune, etc.)	Provence, Roussillon, Alpes-Maritimes	fin sept.- fin mars	dentelées, cœur blanc ou jaune
chicorée pain-de-sucre	ceintures vertes	fin sept.- fin mars	feuilles blanchâtres disposées en gros pain de sucre
chicorées rouges			
de Chioggia	ceintures vertes, Val de Loire, Italie	fin sept.- fin mars	feuilles très rouges, grosses pommes serrées
de Trévise	ceintures vertes, Val de Loire, Italie	fin sept.- fin mars	feuilles allongées, verdâtres à la base, rougeâtres en haut
de Vérone	ceintures vertes, Val de Loire, Italie	fin sept.- fin mars	feuilles en rosette, petites pommes
chicorées scaroles			
Grosse Maraîchère, Grosse Bouclée, etc.	ceintures vertes	fin juin-fin sept.	feuilles pleines ou légèrement découpées, cœur blanc
	Provence, Roussillon	fin sept.-fin mars	
endive ou chicorée de Witloof ou de Bruxelles*	Nord, Bretagne, Belgique, Hollande	toute l'année	blanche, extrémités légèrement jaunes, bien fermée

**Il existe des endives rouges, peu cultivées car peu demandées.*


CHICORÉES
chicorée frisée
chicorée sauvage
améliorée
pissenlit
chicorée frisée
Très Fine Maraîchère
chicorée
de Trévise
chicorée pain-de-sucre
chicorée scarole
chicorée rouge
de Vérone
endive

• CHICORÉE FRISÉE. Elle se consomme essentiellement en salade, comme la scarole. Le cœur est blanc ou jaune, et les feuilles, très minces et dentelées, sont jaunes au centre et progressivement vertes vers l'extérieur. Relevée d'une vinaigrette à l'échalote, à la moutarde ou à l'ail, la chicorée frisée est souvent accompagnée de chapons (croûtons aillés) ou de lardons. Dans l'Ouest, on l'apprécie avec des haricots blancs bien beurrés et un assaisonnement à l'huile de noix.

• CHICORÉE À CAFÉ. Certaines variétés de chicorées ont été sélectionnées, essentiellement dans le Nord et en Belgique, pour donner des racines grosses et lisses, destinées à l'industrie ; une fois traitées, elles donnent un produit – en mouture, en poudre soluble ou en extrait liquide – qui se fait infuser. Cette boisson, amère et très colorée, se consomme généralement mélangée au café du petit déjeuner.

gourilos étuvés au persil

Parer 12 gourilos (trognons de chicorée), les laver, les blanchir 4 ou 5 min à l'eau bouillante salée, les égoutter, les rafraîchir sous l'eau froide, les éponger. Faire fondre 50 g de beurre dans une sauteuse, ajouter les gourilos et 12 cuillerées à soupe d'eau. Couvrir et cuire très doucement de 40 à 45 min. Dresser les gourilos en légumier, les arroser avec le beurre de cuisson et les parsemer de persil ciselé, ou bien les napper de 1,5 dl de crème bouillante, les faire mijoter 7 ou 8 min et les présenter avec leur crème et du persil ciselé.

salade de chicorée aux lardons → SALADE

CHIFFONNADE Préparation de feuilles d'oseille, d'endive ou de laitue, émincées en lanières plus ou moins larges. La taille « en chiffonnade » consiste à ciseler en julienne les feuilles de verdure superposées sur une planche à découper. La chiffonnade est consommée crue ou peut être fondue au beurre et employée comme garniture (pour un potage notamment), après avoir été mouillée de bouillon, de lait ou de crème.

chiffonnade d'endives à la crème

Nettoyer les endives, retirer le petit cône amer situé à la racine, les laver sans les laisser tremper, bien les essorer et les détailler en lanières de 1 cm de large. Faire fondre du beurre dans une sauteuse (de 40 à 50 g pour 1 kg de légumes), ajouter les endives, remuer ; ajouter encore 1/2 cuillerée à café de sucre, 2 cuillerées à soupe de jus de citron, du sel et du poivre ; couvrir et laisser étuver doucement de 30 à 35 min. Ajouter de 1 à 1,5 dl de crème et faire chauffer vivement, à découvert. Servir brûlant.

chiffonnade de laitue cuite

Détacher les feuilles de pieds de laitue et en retirer les grosses côtes. Rincer les feuilles, les essorer et les détailler en lanières. Faire fondre du beurre dans une sauteuse (40 g pour 500 g de feuilles) et y mettre les lanières de laitue avec du sel. Cuire tout doucement, à découvert, jusqu'à ce que l'eau de végétation se soit complètement évaporée. Ajouter alors 2 cuillerées à soupe de crème épaisse et réchauffer.

chiffonnade d'oseille

Trier des feuilles d'oseille, retirer les queues dures. Laver et éponger les feuilles ; les tailler en chiffonnade. Faire fondre du beurre dans une cocotte, sans coloration (30 g de beurre pour 200 g de feuilles) ; ajouter l'oseille, couvrir aux trois quarts et faire étuver doucement, jusqu'à ce que toute l'eau de végétation se soit évaporée. La chiffonnade s'utilise telle quelle comme garniture ; on peut aussi la mouiller de crème épaisse et faire réduire. La chiffonnade « mixte » est un mélange d'oseille et de laitue.

CHILI La cuisine chilienne se fonde essentiellement sur la viande, et sur le mouton en particulier, qui est généralement consommée grillée. Mais elle reflète aussi l'abondance des produits de la mer : la soupe au congre est une spécialité renommée. Comme dans les autres pays d'Amérique latine, tous les plats sont relevés de piment et d'oignon. Les ragoûts *(chupes)* mélangent tripes, légumes ou viande séchée, et les empanadas (tourtes farcies à la viande ou au poisson) sont tout aussi variées.

■ **Vins.** Fortement influencé par l'œnologie française, le Chili produit les meilleurs vins du continent sud-américain. Les premières installations de vignobles datent de la fin du XVIIIe siècle. Ils couvrent aujourd'hui une superficie de cent vingt mille hectares, qui s'étend le long de la côte pacifique sur mille deux cents kilomètres, entre le 30e et le 40e parallèle. Les sols fertiles y sont variés, l'ensoleillement est important et les températures interdisent les gelées printanières ; l'irrigation, qui utilise la fonte des neiges de la cordillère des Andes, compense l'insuffisance des pluies. La viticulture chilienne se concentre sur deux grandes régions.

• RÉGION CENTRALE. La Région centrale nord produit des vins riches en alcool, qui sont souvent utilisés pour l'élaboration d'eaux-de-vie ; la Vallée centrale est essentiellement plantée en bons cépages cabernet, sauvignon, cabernet-franc, merlot, chardonnay, sauvignon blanc et riesling, et les techniques de vinification s'inspirent de celles du Bordelais ; la Région centrale sud, où est cultivé le cépage *país*, donne des vins un peu grossiers, et la Région méridionale, des vins acceptables lorsque les conditions sont optimales.

• SECANO. La Région centrale du Secano est encépagée en *país*, qui donne des vins de bonne qualité ; la Région Secano du Sud, qui représente 40 % du vignoble national, apparaît surtout intéressante pour la culture de cépages blancs comme le sauvignon blanc, le riesling et le muscat, qui s'implantent bien et donnent des vins de bonne qualité, en volume encore très limité.

Les bons vins portent souvent le nom des cépages nobles dont ils sont issus. Certains portent les appellations de « sauternes », « chablis », « borgona » (Bourgogne) ou encore « Rhin », et sont de très bonne qualité.

CHILI CON CARNE Ragoût de bœuf haché, longuement cuit avec des oignons émincés et condimenté avec du piment et du cumin en poudre. Il est servi avec des haricots rouges, que l'on ajoute dans la marmite en cours de cuisson.

Ce plat typique de l'ancienne cuisine des pionniers du Texas est néanmoins inspiré de la cuisine mexicaine (en espagnol, l'expression *chile con carne* signifie littéralement « piment avec viande »), et il est très populaire dans tous les États-Unis.

CHIMAY Nom de divers apprêts dédiés à la princesse de Chimay, ex-Mme Tallien. La poularde Chimay est poêlée, fourrée de nouilles au beurre et de farce, nappée de jus et servie avec des nouilles et des bouquets de pointes d'asperge. Les œufs durs (ou mollets) à la Chimay, aux champignons et gratinés, sont le plus connu de ces apprêts.

▶ **Recette** : ŒUF DUR.

CHINCHARD Poisson de mer, de la famille des carangidés, au corps allongé, de 40 à 50 cm, au dos gris bleuâtre et aux flancs argentés, avec une ligne latérale garnie de plaques osseuses, lisses près de la tête, épineuses à l'arrière. Très répandu dans les mers tempérées, abondant en été et en automne, le chinchard (appelé également « saurel ») s'accommode comme le maquereau et convient bien aux soupes de poissons. On en fait aussi des conserves, *nature* ou à la sauce tomate.

CHINE La cuisine et l'alimentation ont toujours constitué en Chine un sujet de discussion et de réflexion pour les philosophes, les écrivains et les empereurs. Il n'y a pas de cloisonnement entre la philosophie, la religion et la nourriture, et chacun est tenu de connaître le rituel alimentaire et de s'y conformer.

Autre trait fondamental de la gastronomie chinoise : la recherche de l'harmonie, qui s'obtient par les contrastes ; un mets croquant est suivi d'une préparation crémeuse, un plat épicé s'accompagne d'une garniture douce.

L'originalité et la subtilité de cette cuisine s'expriment par le mélange des quatre saveurs fondamentales (aigre, salé, amer et doux) dans un même plat.

■ **Extravagance et mystère.** L'importance capitale que les Chinois attachent à la cuisine depuis des siècles (Lao Tseu comparait l'art de gouverner l'Empire chinois à celui de faire frire un petit poisson) a rendu celle-ci de plus en plus compliquée, jusqu'à devenir, aux yeux des Occidentaux, un mystère un peu effrayant. En outre, les préoccupations diététiques ont des prolongements fréquents vers les recettes aphrodisiaques (ailerons de requin, nids d'hirondelle, os de tigre, œufs de cent ans).

Enfin, le répertoire classique des recettes chinoises, qui relève de la grande tradition mandarine, inclut des plats cuisinés avec des paumes d'ours, des lèvres de carpe, des aisselles de rhinocéros ou des estomacs de grenouille, dont les qualités médicinales sont doublées de vertus magiques et qui allient la saveur, l'arôme et la couleur.

■ **Principes fondamentaux.** Les méthodes de cuisson ont été conditionnées par la pauvreté en combustible, très sensible en Chine. Les cuisiniers imaginèrent de découper tous les aliments en menus morceaux, selon leur nature – en cubes, en lamelles, en dés, en allumettes, en rondelles, en « grains de riz » –, ce qui permet une cuisson plus rapide ; en outre, les aliments s'imprègnent mieux de tous les assaisonnements, tout en étant très décoratifs.

Le mode de cuisson le plus utilisé est le sauté, qui conserve aux aliments tout leur jus et toute leur saveur (les potages, fort nombreux, sont traditionnellement cuits à grand feu, et les garnitures éventuelles ne deviennent jamais pâteuses). Les bouillons, qui interviennent souvent dans les sauces, sont toujours très clairs. Enfin, la présentation artistique du plat est importante, car le mets doit séduire le convive.

■ **Cuisine quotidienne et recettes régionales.** Le repas chinois comprend d'abord les plats froids, puis les plats chauds, enfin, une soupe légère et, éventuellement, un dessert. Pour un repas de cérémonie, la soupe est au contraire épaisse, et il est prévu en outre un grand plat de festin (canard à la pékinoise, par exemple), puis un bouillon léger et enfin des sucreries.

Le riz n'est pas l'accompagnement obligatoire ; le Nord, qui en produit peu, en consomme moins que le Sud : on y mange des petits pains cuits à la vapeur, remplacés par des crêpes de blé dans le Centre. Le riz est mis sur la table dès le début du repas, dans des bols individuels ; le savoir-vivre veut qu'on le renouvelle à la fin du repas, mais par politesse personne n'y touche (cela voudrait dire que l'on a encore faim). La boisson de table n'est pas le thé, mais un vin de riz ou de sorgho, voire de la bière.

Dans le Nord, la cuisine est mijotée, mais elle utilise aussi la friture (dans le wok), tout en restant légère et épicée ; les grandes spécialités de Pékin sont les plus anciennes (boulettes de porc en sauce aigre-douce, bœuf sauté au gingembre, gâteau de riz aux huit joyaux). Dans l'Est, la sauce soja prédomine, ce qui fait qualifier la cuisine de « rouge » ; on prépare beaucoup de produits de la mer, des soupes, des beignets et des crêpes (le potage aux nids d'hirondelle en est originaire). Dans l'Ouest et le Centre, le poisson est consommé séché ; les plats comportent beaucoup de champignons, et l'on fait confire les fruits (kumquats). Dans le Sud, la cuisine est dominée par les apprêts de poissons, de coquillages et de crustacés (loup farci, beignets de crabe, abalones à la sauce aux huîtres, crevettes aux nouilles de riz, potage aux ailerons de requin).

■ **Ressources culinaires.** Plusieurs aliments de base sont consommés partout, en particulier les œufs : frais (frits ou cuits à la vapeur), dits « de cent ans » ou salés (pour les œufs de cane), ou braisés (durs, puis mijotés avec des oignons et du consommé). Nouilles et vermicelles (de riz, de soja ou de blé) sont d'une extrême variété. Les légumes sont toujours assortis en fonction de leur consistance et de leur goût ; ils sont souvent cuits à la vapeur (comme les poissons d'eau douce et les coquillages, jamais mangés crus). Les fruits frais sont suffisamment variés pour composer

des desserts (litchi, longane, mangue, papaye), éventuellement accompagnés de sablés aux amandes, de beignets au sésame, et toujours de thé.

La majorité des recettes chinoises peut se réaliser avec des denrées occidentales ; néanmoins, il existe des produits spécifiquement chinois. Parmi les légumes : champignons noirs, parfumés ou « de paille » ; fleurs de lys (un légume séché, jaune, légèrement sucré) ; soja (graines, germes, huile, sauce) ; lotus (graines, feuilles, racines) ; dattes rouges ; algues ; macres ; chou chinois ; pousses de bambou ; fleurs de bananier. Parmi les produits de la mer : abalones ; méduse (séchée et découpée dans les salades) ; anguille fumée ; vessies de poisson. Parmi les poissons de rivière, brochets et carpes sont particulièrement appréciés.

Il existe plusieurs variétés de riz, dont le riz gluant et le riz parfumé ; on en fait aussi des galettes. Épices, aromates et condiments sont indispensables ; le lait et ses produits, en revanche, sont rares.

Les boissons courantes comprennent bien entendu le thé (qui n'accompagne jamais les principaux repas), mais le lait de soja et le sirop de graines de sésame ou de ginseng sont également très consommés. L'alcool de riz (ou « vin jaune »), que l'on utilise aussi comme condiment en cuisine, se sert tiède. Quant à l'alcool blanc le plus réputé, c'est le *mei kuei lu*, fabriqué à partir de sorgho et de roses fraîches ; on le boit pendant le repas, entre les plats.

■ **Savoir-vivre et usages de la table.** Le couvert simple comprend un bol dans une assiette, des baguettes et une cuillère. Pour un couvert de fête, on ajoute une tasse à alcool, une coupe à thé et un second bol. L'usage est de faire circuler des serviettes chaudes et parfumées après un plat gras ou mangé avec les doigts. Un repas familial (en chinois, « chose horizontale ») rassemble tous les plats en même temps sur la table. Le repas de fête (ou « chose verticale ») fait succéder les plats (d'une douzaine à une vingtaine) qui nécessitent des températures de dégustation différentes. La place d'honneur, qui revient au convive le plus âgé, est orientée au sud et fait face à la porte d'entrée de la salle à manger. Traditionnellement, les femmes occupaient un côté de la table, et les hommes, l'autre.

▶ **Recettes** : CARPE, SALADE, THÉ.

CHINOIS Passoire conique munie d'un manche. Il en existe différents modèles : le chinois en étamine métallique permet de filtrer les bouillons, les sauces et les crèmes fines, les sirops et les gelées qui doivent être très lisses ; le chinois en acier inoxydable perforé sert à passer les sauces épaisses en les foulant à l'aide d'un pilon, pour éliminer les grumeaux.

CHINOIS CONFIT Petite orange amère, macérée dans plusieurs sirops de sucre de plus en plus concentrés, puis égouttée et glacée. Les fruits utilisés pour cette confiserie proviennent d'un bigaradier originaire de Chine, qui vit à l'état sauvage en Sicile. Le chinois est habituellement de couleur verte, car il est cueilli avant maturité, lorsqu'il a la meilleure consistance pour être confit ; le chinois « blond » a été cueilli mûr ; le chinois « rouge » est un chinois blond coloré.

CHINON Vin AOC rouge, rosé ou blanc de la Loire, que Rabelais, écrivain du XVIe siècle dont la famille exploitait un vignoble au pied des remparts de la citadelle, célébra et appréciait beaucoup (voir TOURAINE).

CHINONAISE (À LA) Se dit d'une garniture classique de grosses pièces de boucherie comprenant des pommes de terre persillées et des petites boules de chou vert, farcies de chair à saucisse et braisées.

Dans la région de Chinon, le lièvre et la lamproie rissolés à l'huile de noix sont également dits « à la chinonaise ».

CHIPOLATA Petite saucisse crue de 2 cm de diamètre environ, faite de chair à saucisse hachée moyen, embossée dans un boyau naturel de mouton (voir tableau des saucisses page 955). Les chipolatas se mangent poêlées ou grillées.

chipolatas au risotto à la piémontaise

Préparer du risotto, mais en lui ajoutant, dès le début de la cuisson, la moitié de son volume de chou vert blanchi et haché. Verser l'ensemble dans un moule à savarin, démouler sur le plat de service et tenir au chaud. Percer légèrement 6 chipolatas, puis les dorer rapidement au beurre dans un plat à sauter. Ajouter 1 verre de vin blanc et achever la cuisson en couvrant à moitié ; terminer en mettant quelques lames de truffe blanche. Dresser les chipolatas dans la couronne de risotto. Ajouter dans le plat à sauter 1/2 verre de consommé bien réduit, faire réduire encore de moitié et verser sur les saucisses.

CHIPOLATA (À LA) Se dit d'une garniture accompagnant le gibier, la volaille braisée, les pièces de boucherie ou les œufs. Elle associe des marrons braisés, des petits oignons et des petites carottes glacés, des champignons sautés et des lardons blanchis et rissolés, auxquels on ajoute des chipolatas rissolées. Cette garniture est parfois liée de sauce madère réduite.

L'appellation désigne, en cuisine classique, un pudding à base de rognon de porc, de farce et de petites saucisses.

CHIPS Minces rondelles de pommes de terre, frites et salées, souvent préparées industriellement et vendues en sachet. Les chips se servent avec l'apéritif ou en accompagnement de grillades et de rôtis (voir tableau des apprêts de pommes de terre page 833).

CHIQUE Nom d'un gros bonbon de sucre cuit, opaque, fourré aux amandes et parfumé à la menthe, à l'anis ou au citron. Les chiques de Montluçon sont particulièrement réputées, ainsi que celles d'Allauch (Bouches-du-Rhône).

▶ *Chine. Dans une rue de Fuzhou.*
Comme dans tout le pays, on peut y déguster en plein air des plats cuits à la vapeur.



Chiqueter une abaisse



Appuyer légèrement sur la pâte avec le dos de la lame d'un couteau et remonter vers l'intérieur, comme pour faire une virgule.

CHIQUETER Pratiquer, avec la pointe d'un couteau d'office, de légères entailles régulières et obliques sur les bords d'une abaisse feuilletée (vol-au-vent, tourte, allumettes, galette des rois, etc.) pour en faciliter le gonflage à la cuisson et en parfaire la présentation.

CHIROUBLES Cru AOC du Beaujolais, plein d'élégance et de finesse, qui illustre le charme et la sensualité des vins de la région (**voir** BEAUJOLAIS).

CHIVRY Nom d'un beurre composé (**voir** ce mot) aux fines herbes, qui accompagne certains hors-d'œuvre froids. Il sert aussi à parfumer les sauces dites « Chivry », qui accompagnent des poissons (la sauce est alors réalisée avec un fumet de poisson), des volailles pochées ou des œufs mollets ou pochés (sauce préparée avec un velouté de volaille).

▶ **Recette** : BEURRE.

CHLODNIK Apprêt d'origine polonaise, commun à plusieurs pays slaves, dont le nom signifie « rafraîchissement ». Cette soupe glacée à base d'oseille, de feuilles de betterave et de purée de concombre, est parfois liée avec de la semoule de blé, parfumée au fenouil et à l'estragon, et garnie de divers ingrédients tels que rondelles d'œufs durs, queues d'écrevisse et dés de concombre frais.

CHOCOLAT Produit alimentaire composé essentiellement d'un mélange de cacao et de sucre, auquel on peut ajouter du lait, du miel et des fruits secs.

■ **Histoire.** Lors de la conquête espagnole, les Aztèques savaient parfaitement exploiter les fèves de cacao pour en faire une boisson et en agrémenter certains plats. Ils préparaient alors du chocolat avec du cacao grillé et broyé, de la farine de manioc ou de froment et diverses épices. Puis ils y ajoutèrent du miel et du sucre, de la cannelle, et parfois de l'ambre et du musc. Sa consommation se répandit au XVIe siècle en Europe, mais elle était réservée à une élite. La première chocolaterie française, la Chocolaterie royale, fut créée en 1776 à Bayonne ; elle exportait du chocolat vers l'Espagne et vers Paris.

C'est au début du XIXe siècle, avec le développement des machines à vapeur, que furent créées les entreprises familiales, qui sont restées, jusqu'à aujourd'hui, les grands noms du chocolat en Europe : celle du Hollandais Van Houten, en 1815 (C. J. Van Houten découvrit, en 1828, le procédé de la solubilisation) ; celle du Français Jean-Antoine Menier, en 1824 ; celles des Anglais Cadbury et Rowntree ; celles des Suisses Suchard, Nestlé, Lindt et Kohler.

■ **Chocolat et diététique.** Très tôt, la médecine a vu dans le chocolat une panacée contre les fièvres, les maux de poitrine ou d'estomac.

Le cacao entra au codex en 1758, et les confiseurs des XVIIIe et XIXe siècles se faisaient volontiers apothicaires. L'expression « chocolat de santé », pour le mélange contenant uniquement sucre et cacao, resta usuelle jusqu'au début du XXe siècle.

Le chocolat possède une grande valeur alimentaire, car il est très nutritif sous un faible volume : il apporte environ 500 Kcal pour 100 g (l'équivalent de neuf œufs ou de trois tranches de jambon).

Selon qu'il contient ou non du lait, le chocolat renferme de 55 à 62 % de glucides, 30 % de lipides et de 2 à 9 % de protéines, ainsi que du calcium, du magnésium, du fer, de la vitamine D et surtout du potassium.

■ **Produits de chocolaterie.** Le décret de la loi française de 1976 dresse la liste des produits de chocolaterie (**voir** tableau) et en donne une définition précise.

• POUDRES DE CACAO. Elles sont sucrées ou non, éventuellement additionnées d'un alcalinisant destiné à les rendre plus solubles.

Caractéristiques des différentes dénominations de chocolats

dénominations	% de cacao sur matière sèche totale
chocolat dit « à croquer »	> 35 %
chocolat avec qualificatif, dit « amer », « bitter », « noir », « pâtissier » ou « supérieur »	> 43 %
chocolat de ménage, dit de « ménage » ou « à cuire »	> 30 %
chocolat de couverture de couleur foncée	> 16 %
chocolat au lait	> 25 %
chocolat de couverture au lait	< 25 %
chocolat au lait avec qualificatif, dit « au lait supérieur » ou « extrafin »	> 30 %
chocolat aux noisettes Gianduja, dit « aux noisettes »	> 32 %
chocolat fondant aux amandes, dit « aux amandes »	> 43 %
chocolat au riz soufflé, dit « au riz »	> 35 %
	beurre de cacao
chocolat blanc	> 20 %

• « CHOCOLAT EN POUDRE ». C'est un mélange de sucre et de cacao comportant au moins 32 % de cacao. Si le mélange contient d'autres ingrédients, notamment des farines, il s'agit alors de « préparations pour petits déjeuners à base de cacao ».
• COUVERTURE DE CHOCOLAT. Elle est faite de chocolat contenant une proportion plus élevée de beurre de cacao, ce qui abaisse son point de fusion ; présentée sous forme solide ou liquide, elle est principalement destinée au moulage ou à l'enrobage de toutes sortes de produits de pâtisserie et de confiserie.
• TABLETTES, BÂTONS OU BARRES DE CHOCOLAT. Ils peuvent contenir jusqu'à 40 % de produits divers (lait, amandes, noisettes, riz soufflé, etc.).
• CONFISERIE DE CHOCOLAT OU « BONBON DE CHOCOLAT ». Il s'agit généralement d'un produit composé d'un enrobage de chocolat et d'un fourrage de composition variée : fondant, pâte d'amande, praliné, nougat, cerise à l'eau-de-vie, etc.

■ **Qualité du chocolat.** Elle dépend de la qualité des matières premières, à commencer par les fèves de cacao, et du soin apporté aux différents stades de la fabrication : torréfaction et broyage des fèves, conchage (brassage du mélange pâte de cacao/sucre et éventuellement lait). Plus le chocolat contient de beurre de cacao, plus il est tendre et moelleux ; plus il est sucré, plus il est doux. Quand il est entreposé à l'abri de l'humidité et à une température d'environ 18 °C, il se conserve de nombreux mois.

Pour les gâteaux et les entremets, on choisit un chocolat à forte teneur en cacao (poudre ou tablette), dont on peut corser l'arôme en rajoutant du cacao non sucré. Pour des emplois spécifiques (nappage, fondant, décor, glaçage), on utilise un chocolat spécial, dit « de couverture ». La base des gâteaux au chocolat est le plus souvent un biscuit, une génoise ou une meringue. Le chocolat intervient aussi dans les crèmes pâtissière ou au beurre (voir GANACHE), comme fourrage, notamment dans les éclairs et les choux, et dans les sauces de nappage.

Le chocolat est un parfum de base pour les glaces et crèmes glacées (il sert aussi d'enrobage), pour les crèmes cuites ou prises en pots ; il permet de réaliser charlottes, soufflés et mousses diverses.

Enfin, en biscuiterie, il sert de fourrage ou de glaçage. Citons aussi, en viennoiserie, les petits pains au chocolat.

La confiserie et la chocolaterie proprement dites sont très voisines : bouchées, bonbons, truffes et crottes, rochers, caramels et toffees, cerises, écorces d'orange enrobées, poissons d'avril et œufs de Pâques moulés.

Il est un domaine où l'emploi du chocolat est moins connu : la cuisine proprement dite. L'usage en était courant chez les Aztèques, et le grand plat de la cuisine mexicaine reste le *mole poblano de guajolote* (ragoût de dinde au chocolat relevé de piment et de sésame). Le baron Brisse proposait déjà, en 1869, une macreuse (canard) au chocolat. En Espagne, deux plats en sauce utilisent du chocolat amer : la langue de veau et la langouste, des spécialités de l'Aragon. Enfin, en Sicile, on connaît une recette populaire de lapin en civet au chocolat.

Cigarettes et copeaux en chocolat



Cigarettes en chocolat. *Avec une spatule, étaler le chocolat fondu en couche fine sur le marbre. Quand il est refroidi, racler en poussant avec précaution la palette à enduire.*



Copeaux en chocolat. *Avec une spatule, étaler le chocolat fondu en couche fine sur le marbre. Rayer celle-ci en losanges réguliers. Avec un couteau à filets de sole, racler en appuyant la lame et en tirant vers soi.*

RECETTE DE LA *MAISON DU CHOCOLAT*, À PARIS

Bacchus

« Préparez 48 heures à l'avance 75 g de raisins de Smyrne ou de Californie, en les lavant à l'eau tiède et en renouvelant l'eau plusieurs fois. Laissez-les tremper 4 min, égouttez-les et mettez-les dans une casserole qui n'attache pas. Mettez sur le feu et remuez à la spatule jusqu'à ce que les raisins soient bien chauds. Arrosez-les avec un petit verre à liqueur de rhum. Flambez en faisant tourner la casserole. Lorsque les grains sont légèrement colorés, ôtez-les du feu, couvrez-les et laissez-les gonfler. Préparez une pâte aux blancs d'œuf, comme pour le délice, avec 6 blancs d'œuf, 100 g de poudre d'amande et 100 g de sucre glace. Confectionnez également une abaisse de génoise chocolatée et une ganache. Imbibez la génoise d'un sirop préparé avec 1 verre d'eau, 1 verre de sucre et un peu de rhum. Incorporez les raisins à la ganache, et réservez-en un tiers. Montez le gâteau en intercalant un fond de biscuit aux blancs d'œuf, une couche de ganache aux raisins, l'abaisse de génoise, une couche



de ganache et, enfin, le deuxième fond de biscuit aux blancs d'œuf. Glacez le tout avec le reste de la ganache. Mettez au réfrigérateur. Décorez le dessus du gâteau avec quelques grains de raisin flambés au rhum. »
(Voir photographie page ci-contre.)

bavarois rubané au chocolat et à la vanille → BAVAROIS
caramels durs au chocolat → CARAMEL
charlotte au chocolat → CHARLOTTE
choux au chocolat → CHOU
croustillant choco-banane → BANANE
éclairs au chocolat → ÉCLAIR
gâteau au chocolat → GÂTEAU
gâteau aux marrons et au chocolat → MARRON GLACÉ

glaçage au chocolat
Tamiser 100 g de sucre glace. Faire fondre 125 g de chocolat à cuire au bain-marie, en tournant avec une cuillère de bois. Ajouter le sucre glace en pluie, puis 60 g de beurre ramolli en petits morceaux. Continuer à remuer jusqu'à ce que la préparation soit homogène. Arroser alors peu à peu avec 5 cuillerées à soupe d'eau froide. Ce glaçage s'utilise à peine tiède.

glace au chocolat → GLACE ET CRÈME GLACÉE
lièvre au chocolat → LIÈVRE
marquise au chocolat → MARQUISE
mille-feuille au chocolat → MILLE-FEUILLE
mousse au chocolat → MOUSSE
profiteroles au chocolat → PROFITEROLE
religieuses au chocolat → RELIGIEUSE
sauce au chocolat → SAUCE DE DESSERT
soufflé au chocolat amer → SOUFFLÉ
tarte au chocolat → TARTE
tartelettes au chocolat → TARTELETTE
truffes en chocolat au beurre, truffes en chocolat à la crème → TRUFFE

CHOCOLAT (BOISSON) Boisson froide ou chaude, obtenue en délayant du chocolat ou du cacao dans de l'eau ou du lait. Les Aztèques préparaient déjà un breuvage très épicé avec des fèves de cacao grillées, pilées, délayées et additionnées de poivre, de piment, de vanille, de rocou. Mais les conquérants espagnols n'apprécièrent pas cette boisson épaisse et amère. Ce furent les jésuites qui améliorèrent ce produit exotique.

■ **Un essor rapide.** Finalement, sous la Régence, puis sous Louis XV, le chocolat fut définitivement adopté, du moins dans la haute société.

C'est en Autriche, en Espagne et en France, pays où l'on buvait le plus de chocolat, que cette boisson commença à se démocratiser au XIXe siècle, avec la diffusion commerciale des poudres.

◄
Bacchus
Recette de la Maison du chocolat
Voir page 269.

Aujourd'hui, grâce aux produits instantanés, le chocolat est une boisson vite faite, mais le « vrai » chocolat chaud, pour être savoureux, demande à être préparé la veille, ce que recommandait déjà Brillat-Savarin.

chocolat viennois
Faire fondre 200 g de chocolat au bain-marie avec 1 tasse de lait. Remuer en laissant bouillir 10 min. Chauffer 3/4 de litre de lait additionné de 1 cuillerée à soupe de sucre, le verser dans la casserole et fouetter pendant 5 min. Monter 80 g de crème fraîche en chantilly en y ajoutant, en cours d'opération, 30 g de sucre glace et 1 sachet de sucre vanillé. Verser le chocolat dans des tasses et le recouvrir d'un dôme de chantilly.

CHOCOLATIÈRE Récipient en hauteur, souvent en forme de cône tronqué ou à panse arrondie, muni d'un bec verseur et d'une poignée horizontale en bois, utilisé pour servir le chocolat chaud. La chocolatière est fermée par un couvercle percé d'un trou, pour le passage d'un batteur (le « moussoir ») destiné à faire mousser le chocolat au moment de le verser dans les tasses.

CHOESELS Spécialité de la cuisine belge, dont le nom désigne, en dialecte wallon, les testicules du taureau. En fait, les choesels sont souvent du pancréas de bœuf, et le plat auquel ils donnent leur nom est un ragoût de viandes et d'abats divers, mijotés avec des oignons et de la bière.

RECETTE DE PIERRE WYNANTS,
COMME CHEZ SOI, À BRUXELLES

choesels à la lambic et à la bruxelloise
« Dorer 1,2 kg de champignons de Paris dans 150 g de beurre ; les assaisonner et mouiller de 75 cl de fond de volaille. Réserver. Chauffer 150 g de graisse de rôti de bœuf, ajouter 400 g de " bijoux de famille ", 3 pieds de veau coupés en deux, 500 g de ris de génissse et 2 queues de bœuf détaillées en tronçon ; saler légèrement et laisser étuver 45 min à couvert. Ajouter 500 g d'oignons blancs émincés et 1 kg de poitrine de veau en morceaux. Étuver 30 min. Ajouter 500 g de rognons de bœuf en gros dés, les faire raidir, puis mouiller avec 1,5 litre de lambic, et mettre 4 branches de thym, 4 feuilles de laurier, 1 tête d'ail coupée en deux, 100 g de purée de tomate, 3 petites pointes de quatre-épices, 6 baies de genièvre écrasées et 1 pincée de cayenne. Cuire 30 min à couvert. Ajouter 500 g de pancréas et la cuisson des champignons. Cuire 20 min, puis retirer les viandes, sauf les pieds de veau. Cuire encore 15 min. Couper toutes les viandes en gros morceaux et les remettre dans la sauce avec les champignons et des boulettes de bœuf haché pochées à part. Servir avec de petites pommes de terre cuites à la pelure. »

CHOISEUL Nom d'un apprêt de sole ou de filets de sole pochés et nappés d'une sauce au vin blanc additionnée d'une julienne de truffes blanches.

CHOISY Nom de divers apprêts comportant de la laitue. La garniture Choisy pour pièces de boucherie associe pommes château et laitues braisées. L'omelette Choisy est fourrée d'une chiffonnade de laitue à la crème et entourée d'un cordon de sauce crème. La sole Choisy est pochée, nappée de sauce au vin blanc et garnie d'une julienne de laitue et de champignons. Le potage Choisy est une crème de laitue.

CHOP SUEY Plat populaire de la cuisine chinoise, constituant souvent un plat unique, qui se compose souvent des restes de repas précédents.

CHOPE Grand gobelet cylindrique, muni d'une poignée, utilisé surtout pour boire de la bière. La chope est en grès, en céramique, en verre épais, parfois en étain ; elle peut être munie d'un couvercle articulé.

Sa contenance est généralement de 33 cl, mais il existe les chopes de 50 cl, de 1 litre et même de 2 litres. On appelle également « chopes » les verres à whisky de 20 cl, en cristal ou en verre taillé.

CHORBA Soupe épaisse de la cuisine arabe, à base de queues et de côtelettes de mouton en morceaux revenus à l'huile avec des oignons et des tomates, additionnés de courgettes, d'ail, de thym et de laurier, largement mouillés d'eau et complétés avec des haricots blancs ou des pois chiches et assaisonnés de poivre rouge, de poivre noir et de safran. Avant de servir la chorba, on lui ajoute des macaronis et du vermicelle ou des fruits secs. On retrouve des apprêts analogues dans la cuisine des Balkans, avec la *corba* yougoslave et la *ciorba* roumaine ou bulgare.

CHORIZO Saucisse parfois vendue fraîche, mais le plus souvent sèche, condimentée au *pimenton*, une variété de paprika espagnol, et à l'ail, de forme allongée, embossée en menu de porc et donc repliée sur elle-même (voir tableau des saucisses page 955). Les recettes sont très variées : soit pur porc, soit porc et bœuf, parfois cheval, âne ou mulet.

D'origine espagnole, le chorizo se consomme cru ou frit ; il entre notamment dans la préparation du cocido et de la paella.

CHORON Cuisinier français de la fin du XIX[e] siècle, originaire de Caen. Devenu chef du célèbre restaurant *Voisin*, il a donné son nom à une sauce émulsionnée chaude et à une garniture pour petites pièces de boucherie sautées (pommes noisettes et fonds d'artichaut garnis de petits pois ou de pointes d'asperge au beurre).
▶ **Recette** : SAUCE.

CHOU Petite pâtisserie soufflée, faite avec une pâte à double cuisson, que l'on mange froide, le plus souvent garnie d'une crème ou d'une garniture. En pâtisserie, les choux servent notamment à réaliser des croquembouches et, diversement fourrés et glacés, constituent des assortiments de petits-fours frais. Lorsqu'ils sont garnis d'un appareil salé, les choux sont servis en hors-d'œuvre. Ils sont alors réalisés en pâte à choux dite « d'office », largement utilisée en cuisine, notamment pour l'appareil à pommes dauphine, les gnocchis, etc.

pâte à choux d'office : préparation

1 litre d'eau, 250 g de beurre, 10 g de sel, 1 pincée de noix de muscade, 600 g de farine tamisée, 14 ou 15 œufs.

Mettre dans une casserole l'eau, le beurre, le sel et la noix de muscade. Porter à ébullition, puis, hors du feu, verser la farine en pluie, en mélangeant bien avec une spatule de bois. Remettre sur le feu et remuer énergiquement la pâte jusqu'à ce qu'elle soit bien desséchée et se décolle des parois de la casserole. Retirer du feu et incorporer les œufs, deux par deux, en continuant à travailler la pâte vigoureusement.

pâte à choux ordinaire : préparation

1 litre d'eau, 300 g de beurre, 500 g de farine tamisée, 10 g de sel, 50 g de sucre, 16 œufs.

La technique est la même que pour la pâte à choux d'office, mais cette pâte sucrée est réservée aux préparations de pâtisserie.

CHOUX SALÉS

choux au fromage

Préparer une béchamel avec 30 g de beurre, 30 g de farine et 3 dl de lait, et l'additionner de 75 g de gruyère ou de chester (ou encore de 50 g de parmesan) râpé, d'un peu de noix de muscade râpée, de sel

Caractéristiques des différentes variétés de chorizos

variétés	provenance	aspect	utilisation
chorizo espagnol (cantimpalo, pamplona, samora, burgos)	Espagne	calibres et formes variés, coloration rouge intense due principalement au *pimenton*, séché et parfois fumé	froid en hors-d'œuvre, à l'apéritif, ou chaud dans le cocido ou l'omelette
chorizo français (dérivé du chorizo espagnol)	toute la France	sous forme de saucisse (environ 2 cm de section), emballé en boyau de porc, courbé en forme de U, ou en longueur de 15 cm environ, coloré en rouge par le piment et le paprika	froid, en entrée, à l'apéritif, sur canapés, chaud avec des spécialités méridionales

et de poivre. Laisser tiédir. Garnir une douzaine de choux avec cette préparation. Les réchauffer doucement au four à 160 °C, sous un papier d'aluminium. (On peut réduire de moitié la quantité de fromage et ajouter 75 g de jambon coupé en petits dés.)

choux à la mousse de foie gras
Ajouter à de la mousse de foie gras un volume égal de crème fouettée. Garnir une douzaine de choux refroidis et les tenir au frais jusqu'au moment de servir.

choux à la Nantua
Garnir des petits choux refroidis de mousse d'écrevisse froide. Les mettre au frais jusqu'au moment de servir, éventuellement avec une sauce Nantua chaude.

choux vert-pré
Garnir des petits choux d'une purée très épaisse de petits pois, de haricots verts et de pointes d'asperge, liée de crème.

CHOUX SUCRÉS

choux au café
Préparer une crème pâtissière et la parfumer avec de l'extrait de café soluble. Préparer 200 g de fondant, le parfumer avec de l'extrait de café ou du café soluble délayé avec 2 cuillerées d'eau, en chauffant pour rendre le fondant coulant. Garnir les choux de crème. Tremper le dessus dans le fondant et laisser refroidir.

choux au chocolat
Parfumer au chocolat une crème pâtissière. Préparer un fondant au chocolat avec 200 g de fondant et 50 g de cacao délayé avec 2 cuillerées à soupe d'eau. Achever comme pour la garniture au café.

choux à la crème Chantilly
Préparer une pâte à choux et la mettre dans une poche munie d'une douille lisse de 15 mm de diamètre. Coucher sur une tôle à pâtisserie huilée 10 choux ovales (ils formeront des corps de cygne), soit 1 cuillerée à soupe de pâte. Retirer la douille et la remplacer par une douille de 4 à 5 mm de diamètre. Déposer sur la tôle 10 « S » (ils serviront à faire les cous) de 5 ou 6 cm de long. Cuire de 18 à 20 min les choux au four préchauffé à 180 °C, et 15 min les « S ». Pendant ce temps, préparer une chantilly. Mettre dans un récipient très froid 4 dl de crème très froide, 1 dl de lait glacé et 1 sachet de sucre vanillé ; travailler au fouet et, lorsque la crème commence à épaissir, ajouter 40 g de sucre semoule et continuer à fouetter. Mettre la crème dans le réfrigérateur. Laisser refroidir les choux dans le four éteint, porte ouverte. Prélever sur le dessus des choux des chapeaux et couper ceux-ci en deux dans le sens de la longueur (ils deviendront les ailes des cygnes). Emplir une poche munie d'une grosse douille cannelée avec la chantilly et en garnir chaque chou en formant un dôme. Enfoncer un « S » à l'une des extrémités de chaque chou et piquer les ailes dans la crème. Poudrer largement de sucre glace.

choux à la crème Chiboust au café
Préparer de la pâte pour une douzaine de choux. Dresser celle-ci en boules sur une plaque de cuisson beurrée et les parsemer d'amandes effilées. Les cuire au four, les laisser refroidir, puis les garnir de crème Chiboust aromatisée au café. Mettre dans le réfrigérateur pour que la crème s'affermisse.

petits choux amandines en beignet
Étaler 50 g d'amandes effilées sur une tôle et les dorer au four préchauffé à 250 °C. Les mélanger avec 500 g de pâte à choux. Chauffer un bain d'huile à 175 °C. Prendre avec une cuillère à café un peu de pâte et, à l'aide d'une autre cuillère, faire glisser cette boulette dans la friture. Elle se retournera d'elle-même lorsqu'elle sera cuite (6 min environ). Cuire les beignets – une vingtaine – en deux fois pour qu'ils ne collent pas. Les égoutter sur du papier absorbant et les servir chauds, largement poudrés de sucre glace. On peut présenter en même temps une sauce aux fruits (abricot, cerise, framboise, etc.).

CHOU (LÉGUME) Nom donné à diverses plantes de la famille des crucifères, cultivées comme légumes (voir tableau page 274). Connu en Europe depuis plus de 4 000 ans, le chou maritime, qui poussait à l'état sauvage, se répandit un peu partout au Moyen Âge. Ce chou commun, d'abord apprécié pour ses vertus médicinales, fut rapidement intégré à l'alimentation, où il constitua la base des soupes.

Par la culture et la sélection, il donna ensuite naissance à différents légumes : chou de Bruxelles, chou-fleur et brocoli, chou-navet et chou-rave, chou pommé blanc, vert ou rouge. Les choux chinois furent introduits en France dès le XVIIIe siècle.

On donne aussi le nom de « chou » à différentes plantes cultivées aux Antilles, au bourgeon terminal d'un palmier (chou palmiste) et à la racine d'un arum (chou caraïbe).

CHOU DE BRUXELLES Bourgeon comestible d'un certain type de chou qui se développe à l'aisselle des feuilles étagées le long d'une haute tige.

Cultivés essentiellement dans le Nord, mais originaires d'Italie, les choux de Bruxelles sont riches en soufre, en potassium et en vitamines, et apportent 54 Kcal pour 100 g.

Cuits à l'eau bouillante (après avoir été blanchis), ils accompagnent surtout les viandes (au beurre, à la crème, à la sauce blanche), mais se préparent aussi en gratin et en purée. Braisés, ils sont mélangés avec des lardons et des châtaignes. On peut aussi les servir froids, en salade. Ils sont indispensables aux garnitures bruxelloise et brabançonne.

Les choux de Bruxelles (voir tableau des choux page 274) se vendent frais, mais ils sont également traités en conserverie (stérilisés au naturel ou précuits, en sachets d'aluminium) ; ils se prêtent très bien à la congélation. Il faut les choisir franchement verts et bien serrés. On coupe le trognon, une ou deux feuilles autour, et on les lave à l'eau vinaigrée.

chou de Bruxelles à l'anglaise

Plonger les choux dans de l'eau bouillante salée. Les cuire 30 min à bonne ébullition et à découvert, puis les égoutter et les verser dans un légumier. Servir en même temps du beurre frais. Si les choux sont gros, les blanchir, puis les rafraîchir, avant de procéder à la cuisson définitive.

choux de Bruxelles au beurre ou à la crème

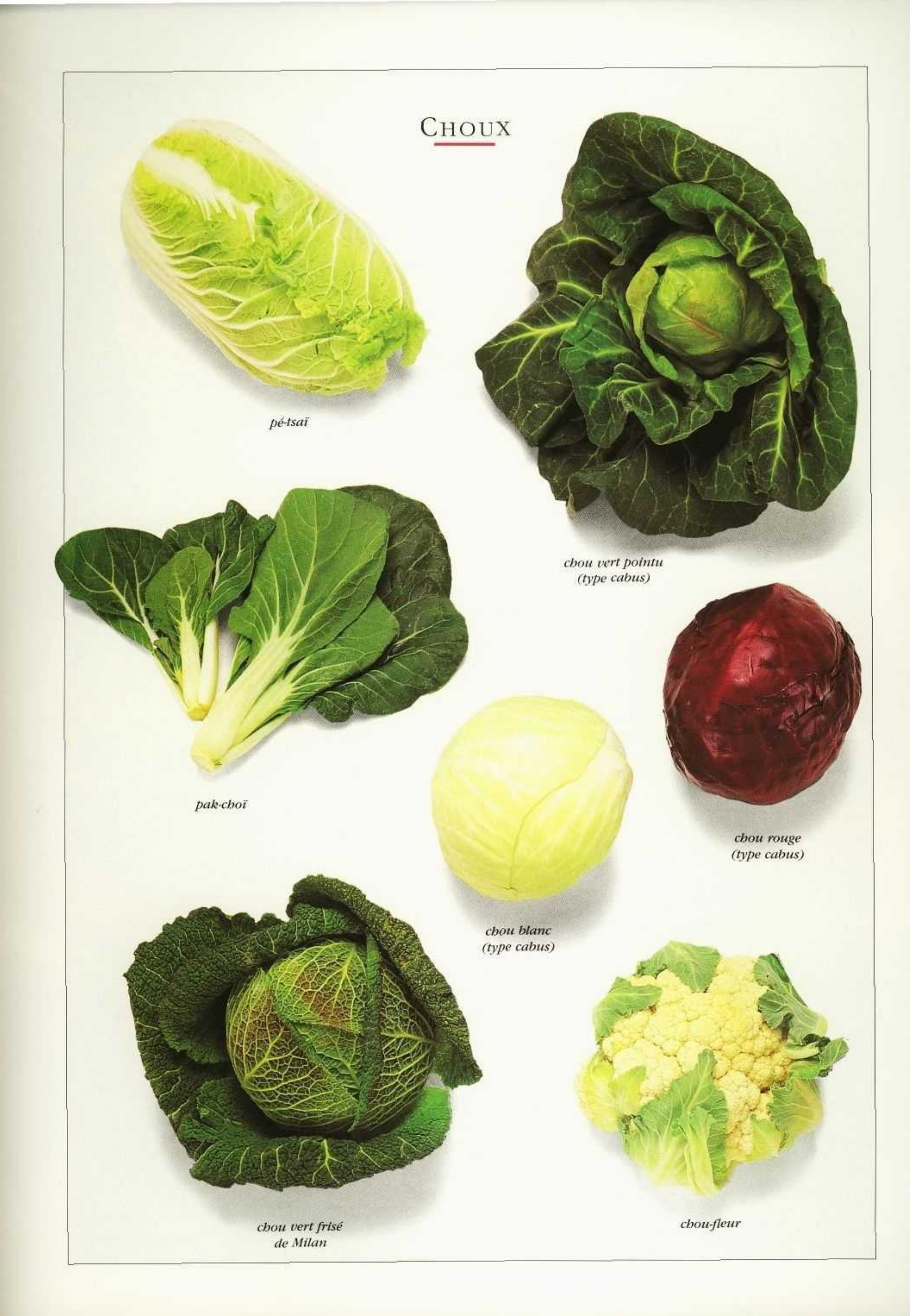
Plonger les choux dans de l'eau bouillante salée et les cuire à bonne ébullition et à découvert, en les tenant un peu fermes. Les égoutter. Chauffer du beurre dans une sauteuse, y faire revenir les choux, rectifier l'assaisonnement, couvrir et laisser étuver jusqu'à ce que les légumes soient tendres. On peut les napper de crème fraîche (1 dl pour 750 g de choux) avant de les couvrir pour achever la cuisson.

choux de Bruxelles gratinés

Préparer des choux de Bruxelles au beurre, en veillant à les assaisonner suffisamment. Beurrer régulièrement un plat à gratin, y disposer les choux, parsemer de fromage râpé, arroser d'un peu de beurre fondu et faire gratiner 10 min dans le four préchauffé à 275 °C.

Caractéristiques des différents types de choux

variétés	provenance	époque	aspect
brocolis			
à pomme	Val de Loire, Italie	fin mars - fin juin	très semblable au chou-fleur, jaunâtre à blanc
à jets verts	Bretagne, Sud-Ouest, ceintures vertes	toute l'année	pousses florales charnues, boutons floraux fermés, non encore éclos
romanesco	Italie, Grande-Bretagne	toute l'année	inflorescences particulières, de jaunâtre à verdâtre
chou de Bruxelles	Nord-Pas-de-Calais, Finistère, Maine-et-Loire	sept.- janv.	bourgeon semblable à un petit chou pommé de 2-4 cm de diamètre
chou caraïbe	Antilles	toute l'année	racine d'arum
choux chinois			
pé-tsaï	Pyrénées-Orientales, ceintures vertes	fin juin - mi-déc.	semblable à une laitue romaine, mais blanchâtre
pak-choï	Pyrénées-Orientales, ceintures vertes	fin déc.- fin mars	semblable à un pied de bette
chou-fleur	Bretagne	toute l'année.	inflorescence (pomme) bien blanche
	Manche	fin sept.- fin juin	inflorescence (pomme) bien blanche
	Provence	oct.- fin déc.	inflorescence (pomme) bien blanche
	Nord-Pas-de-Calais	mi-juin - mi-oct.	inflorescence (pomme) bien blanche
choux-navets			
chou-navet	Est, Auvergne, Bretagne	sept.- mars	grosse racine à chair blanche
rutabaga	ceintures vertes	sept.-mars	grosse racine à chair jaune
chou palmiste	Extrême-Orient, Thaïlande, Chine, etc.	toute l'année	cœur de divers types de palmier
choux pommés			
chou blanc	toute la France, Hollande	toute l'année	boule, extérieur vert pâle, intérieur blanc, petit à moyen, cabus à feuilles lisses
chou vert	toute la France Bretagne (côtes), Cotentin	toute l'année automne-hiver	de Milan, à feuilles frisées cloquées, ou cabus, à feuilles lisses, moyen à gros, plat, rond ou pointu
chou rouge	ceintures vertes, Hollande	toute l'année	cabus rouge, rond ou ovale, plutôt petit à moyen
chou à choucroute	Alsace, Sarthe, Aude	fin sept.- fin déc.	très gros, plat, du type cabus
chou-rave			
blanc verdâtre, violet	ceintures vertes	juin - mars	boule verdâtre ou violacée
chou vert en feuilles	ceintures vertes	toute l'année	feuilles de choux frisés verts vendues en bouquet


CHOUX
pé-tsaï
chou vert pointu
(type cabus)
pak-choï
chou rouge
(type cabus)
chou blanc
(type cabus)
chou vert frisé
de Milan
chou-fleur

choux de Bruxelles en purée
Préparer des choux de Bruxelles au beurre en les cuisant 35 min environ. Les passer au moulin à légumes. Faire dessécher cette purée en remuant. Y ajouter le quart de son volume de purée de pomme de terre et de la crème fraîche (1 dl pour 1 litre de purée). Saler, poivrer et servir très chaud, avec une viande blanche.

choux de Bruxelles sautés
Chauffer du beurre dans une poêle, y mettre des choux cuits à l'eau et les faire rissoler légèrement. Les verser dans un légumier et parsemer de persil ciselé.

CHOU CARAÏBE Racine d'un arum, de la famille des aracées, cultivé aux Antilles, que l'on consomme en légume, préparé comme le navet (voir tableau des choux page 274). Le chou caraïbe et le chou d'Asheen, variété voisine, font partie, avec leurs feuilles, des potées antillaises et accompagnent colombos et caris. Râpée, la racine sert à la préparation des acras ; on en tire de la fécule et même une boisson (le *laodgi*, typique de la Jamaïque).

CHOU CHINOIS Chou cultivé en Chine, dont deux variétés sont disponibles en automne sur le marché européen, le *pé-tsaï* et le *pak-choï* (voir tableau des choux page 274 et planche des choux page 275). On trouve également ceux-ci en conserve, salés, vinaigrés ou sucrés.
• PÉ-TSAÏ. Il se consomme cru et finement émincé, en salade, ou poché et cuisiné au jus ou à l'aigre-doux.
• PAK-CHOÏ. Il s'accommode comme le céleri-branche.
Dans la cuisine chinoise, le chou sauté ou braisé, toujours détaillé en fines lanières, accompagne le porc, le poisson et les crustacés, davantage en tant que condiment que comme véritable légume.

chou chinois à la pékinoise
Retirer les feuilles extérieures d'un chou et en tailler le cœur en morceaux de 10 cm. Couper des tranches de jambon très fines de même taille. Émincer 5 ou 6 oignons nouveaux, avec leur tige. Chauffer 2 cuillerées à soupe d'huile dans une sauteuse, ajouter les morceaux de chou et les faire revenir vivement 2 ou 3 min. Les disposer, avec l'oignon nouveau et un peu de sel fin, dans un panier spécial pour la cuisson à la vapeur, et cuire 30 min. Intercaler le jambon et le chou, réchauffer, à la vapeur également, 4 ou 5 min. Servir le tout ensemble.

chou chinois à la sichuanaise
Nettoyer un chou chinois et le tailler en morceaux de 3 cm environ. Laver, blanchir, rafraîchir, égoutter. Chauffer 3 cuillerées à soupe d'huile dans une poêle. Y dorer 1 grosse gousse d'ail pelée et hachée. Ajouter le chou, un peu de piment du Sichuan et du sel ; bien remuer et cuire 1 min. Verser alors 1 cuillerée à café de marc et 1 cuillerée à café de sucre en poudre, et bien remuer pendant 1 min. Rectifier l'assaisonnement et servir très chaud.

CHOUCROUTE Chou blanc finement émincé, salé puis fermenté, que l'on accompagne généralement de pommes de terre à l'eau et d'un assortiment de viandes et de charcuteries.

Le mot vient de l'alsacien *sûrkrût*, lui-même dérivé de l'allemand *Sauerkraut*, « herbe aigre ». Il désigne aussi bien le chou ainsi traité que le plat entier. La choucroute est une spécialité alsacienne, que l'on cuisine aussi en Lorraine et dans plusieurs régions d'Allemagne (Forêt-Noire, Bavière).

La variété de chou la plus renommée est le « quintal d'Alsace », préparé traditionnellement dans un tonnelet ou un pot en grès.

■ **Préparation.** Les choux sont d'abord débarrassés de leurs feuilles vertes et abîmées, ainsi que de leur trognon. À l'aide d'un rabot spécial, ou d'un couteau à lame large, ils sont détaillés en très fines lanières, lavés et égouttés à fond.

Dans un grand récipient au fond tapissé de larges feuilles de chou ou de feuilles de vigne, les lanières sont disposées par lits, bien tassées ; chaque couche est recouverte de gros sel et parsemée de baies de genièvre. La choucroute, saupoudrée d'une dernière poignée de gros sel, est recouverte d'un linge, puis d'un couvercle un peu plus petit que le récipient, et sur lequel on pose une lourde pierre.

Le lendemain, sous la pression, l'eau a recouvert le couvercle, et il doit toujours en être ainsi. Le récipient est alors mis dans un endroit frais, où la choucroute va fermenter : au bout de trois semaines environ, il ne se forme plus de mousse au-dessus du chou ; la choucroute est prête pour la consommation.

Il faut alors remplacer le liquide par de l'eau fraîche et, chaque fois que l'on prélève une certaine quantité de choucroute, enlever le liquide qui affleure, remettre en place le linge, le couvercle et la pierre, et ajouter de l'eau fraîche.

Dans *la France gastronomique*, les deux écrivains Curnonsky et Marcel Rouff, en 1921, donnent la recette de la « vraie choucroute », qui, selon eux, doit comporter les « trois saucisses sacramentelles » (Francfort, Strasbourg et Montbéliard), de la poitrine de mouton, de la culotte de bœuf, des cuisses d'oie et autres viandes salées.

La choucroute à l'allemande, cuite au vin du Rhin, se sert avec des saucisses de Nuremberg grillées, des saucisses de Francfort, des côtes de porc fumées, du jarret et du jambonneau, sans pommes vapeur, mais avec des pommes fruits.

Dans la variante au poisson, la choucroute crue, mouillée au riesling ou au sylvaner, est plutôt cuite dans un fond de volaille, ou simplement au vin, puis servie accompagnée, au choix, de saumon fumé, de haddock, de morue, de turbot, de coquilles Saint-Jacques, de lotte, de saucisses de poisson, diversement associés en garniture, avec un beurre blanc ou une sauce mousseline. Cette recette a connu un très grand succès.

▶
Choucroute à l'alsacienne
Recette voir page 278.



■ **La recette de Hansi.** Hansi, le célèbre dessinateur alsacien (Colmar 1873-*id.* 1951), tenait la choucroute de Colmar pour la seule authentique, et il en donna lui-même la recette : « Dans une marmite bien étamée (ou en terre), faire dorer un oignon finement coupé dans deux bonnes cuillerées à soupe de graisse d'oie ou de saindoux. Ajouter une livre de choucroute, non lavée, ou très légèrement, fraîche à point. Ajouter un bon verre de vin blanc, une pomme fruit coupée en morceaux, puis une dizaine de grains de genièvre enfermés dans un petit linge. Verser du bouillon jusqu'à ce que la choucroute en soit presque recouverte. Mettre le couvercle et laisser cuire pendant deux ou trois heures. Une heure avant de servir, ajouter une livre de lard de poitrine fumé. Une demi-heure avant de servir, ajouter la moitié d'un petit verre de kirsch naturel. Dresser la choucroute sur un plat rond chauffé. Entourer de lard coupé en petits morceaux, de côtelettes, de saucisses de Colmar d'abord chauffées pendant dix bonnes minutes, soit dans la choucroute, soit dans de l'eau presque bouillante. Servir avec quelques pommes de terre, non pas à l'anglaise mais en robe des champs, bien farineuses et bien sèches. »

Mais la garniture traditionnelle prévoit généralement du lard fumé, de l'échine (ou du collet) de porc, des côtelettes de porc salé et des saucisses pochées.

La choucroute accompagne aussi ou sert à cuisiner d'autres apprêts, souvent dits « à l'alsacienne » (volailles ou pièces de boucherie, palette de porc ou perdrix, voire œufs frits, escargots, poissons et même soupe).

choucroute à l'alsacienne

Bien laver 2 kg de choucroute crue à l'eau froide, puis la presser et la démêler avec les mains. Préchauffer le four à 190 °C. Éplucher 2 ou 3 carottes et 2 gros oignons, couper les premières en petits cubes, piquer les seconds de 1 clou de girofle chacun. Mettre dans une petite mousseline 2 gousses d'ail épluchées, 1 cuillerée à café de poivre en grains, 1 cuillerée à dessert de baies de genièvre et nouer. Enduire de graisse d'oie ou de saindoux le fond et le bord d'une cocotte. Y étaler la moitié de la choucroute. Ajouter les carottes, les oignons, la mousseline et 1 bouquet garni, puis le reste de la choucroute, 1 jambonneau cru, 1 verre de vin blanc sec d'Alsace et suffisamment d'eau pour mouiller à hauteur. Saler légèrement, couvrir, porter à ébullition sur le feu, puis cuire 1 heure au four. Loger alors dans la choucroute 1 palette de porc fumée (moyenne) et de 500 à 750 g de poitrine fumée ; couvrir, porter de nouveau à ébullition sur le feu, puis remettre au four. Après 1 h 30 de cuisson, retirer la poitrine et ajouter 1,250 kg de pommes de terre. Cuire encore 30 min. Faire pocher 6 à 8 saucisses de Strasbourg à l'eau à peine frémissante. Lorsque la choucroute est cuite, retirer la mousseline, le bouquet garni et les clous de girofle, et rajouter la poitrine pour la réchauffer pendant 10 min. Dresser la choucroute dans un grand plat et la garnir avec les pommes de terre, les saucisses et les viandes coupées en tranches régulières. (Voir photographie page 277.)

RECETTE DE GUY-PIERRE BAUMANN

choucroute aux poissons

« Mettre dans une cocotte 70 g de graisse d'oie. Y faire revenir, sans les laisser colorer, 3 oignons épluchés et émincés, et 3 gousses d'ail hachées. Enfermer dans une mousseline 1/2 feuille de laurier, 1 brin de thym, quelques baies de genièvre et 2 cuillerées à café de cumin. La déposer dans la cocotte. Ajouter 1,2 kg de choucroute, préalablement lavée deux fois à l'eau tiède et bien pressée entre les mains, et 300 g de poitrine fumée ou de jarret de porc demi-sel ou fumé. Ajouter 20 cl de vin blanc sec (d'Alsace de préférence), 1 verre d'eau, 2 ou 3 pincées de gros sel et un peu de poivre du moulin. Couvrir et laisser mijoter 1 h 30. Mettre dans du lait froid 4 morceaux de haddock de 100 g, porter à ébullition et laisser frémir 10 min. Réserver au chaud. Étaler un peu de beurre dans un plat à rôtir, parsemer d'un peu d'échalote hachée, ajouter 1 verre de vin blanc sec et 1 verre d'eau. Déposer dans ce plat 400 g de filets de saumon et 400 g de morceaux de lotte, saler et poivrer légèrement. Couvrir d'une feuille d'aluminium et mettre 10 min à four chaud, sans laisser bouillir. Sortir le plat, retourner les poissons et maintenir au chaud. Dans une petite casserole, mettre 4 échalotes hachées, 1 dl de vin blanc et 1,5 dl de vinaigre de vin blanc. Faire réduire à sec sur feu vif, puis ajouter 1,5 dl de crème fraîche. Laisser bouillir 2 min, baisser le feu et incorporer 400 g de beurre en petits morceaux, en remuant sans arrêt au fouet. Saler et poivrer. Passer au chinois. Dresser la choucroute, après avoir enlevé le porc, sur les assiettes et poser dessus les poissons. Décorer avec des moules et des crevettes roses cuites. Napper avec la sauce. Parsemer de pluches d'aneth et de cerfeuil et de dés de tomate, et servir très chaud. »

navets en choucroute → NAVET
salade de choucroute à l'allemande → SALADE

CHOU-FLEUR Inflorescence hypertrophiée d'une variété de chou (voir tableau des choux page 274 et planche des choux page 275). Cette « pomme » ou « tête », blanche, dense et ferme, est formée de multiples ramifications charnues. Elle est entourée de feuilles craquantes, d'un vert bleuté, dont la fraîcheur garantit celle de la pomme (les côtes et le trognon conviennent pour les soupes et les pains de légumes).

Le chou-fleur est peu calorique (30 Kcal pour 100 g), riche en soufre, en potassium, en fer et en vitamines (C, B1 et B2, en particulier), et le plus digeste de tous les choux. Connu des Romains, introduit en France, via Chypre et l'Italie, au milieu du XVIe siècle, il fut bientôt l'objet d'une culture attentive, particulièrement en Bretagne, où sa production est toujours très importante.

Emplois. Le chou-fleur se consomme à la croque au sel, en fondue de légumes, cuit à l'eau (potage, purée, salade froide), en soufflé, en gratin, à la hollandaise, à la polonaise, mais aussi poêlé, sauté ou frit après blanchiment. Il entre dans la composition des pickles et caractérise tous les apprêts Du Barry.

Le chou-fleur est cuit soit entier (après trempage dans de l'eau vinaigrée, puis rinçage à l'eau claire), soit en petits bouquets, bien lavés. Il dégage souvent une odeur forte à la cuisson : il est préférable de le blanchir à grande ébullition non salée, puis de le cuire ensuite dans un blanc, en lui joignant un croûton de pain rassis qui absorbe une partie de l'odeur. On peut aussi lui ajouter du jus de citron en fin de cuisson, pour qu'il reste blanc et ferme.

chou-fleur au gratin

Diviser l'inflorescence en bouquets et les cuire à l'eau salée ou à la vapeur. Les dorer ensuite dans du beurre, puis les verser dans un plat beurré et les napper de sauce Mornay ; parsemer de gruyère râpé, arroser de beurre fondu et faire gratiner une dizaine de minutes dans le four préchauffé à 275 °C. (On peut remplacer le gruyère par du parmesan et en poudrer le plat avant d'y déposer les bouquets de chou-fleur.)

chou-fleur à la polonaise

Diviser un chou-fleur en gros bouquets et le cuire à l'autocuiseur, 4 min à partir du début d'échappement de la vapeur : le légume doit rester un peu ferme. Le reconstituer dans un plat de service rond, le parsemer de 2 ou 3 œufs durs hachés et de persil ciselé, et le tenir au chaud. Émietter 75 g de mie de pain rassis dans 75 g de beurre fondu ; faire blondir le tout dans une poêle et le verser brûlant sur le chou-fleur.

gelée de caviar à la crème de chou-fleur → GELÉE DE CUISINE

pickles de chou-fleur et de tomate → PICKLES

CHOU PALMISTE Bourgeon terminal de certains palmiers, en particulier le palmier des Antilles, également appelé « chou coco », « chou glouglou » ou « chou ti-coco » (voir tableau des choux page 274)). Les parties tendres se consomment crues, émincées, en salade ; les parties plus fermes sont cuites et servent à préparer des acras, des gratins ou des garnitures d'omelette. Leur goût rappelle un peu celui de l'artichaut. Le chou palmiste en morceaux est vendu en conserve sous le nom de « cœur de palmier ».

chou palmiste en daube

Passer des choux palmistes à l'eau fraîche, bien les éponger. Mettre de la graisse de porc dans une sauteuse en cuivre. Couper des morceaux de chou de 5 cm environ, les attacher pour qu'ils ne se défassent pas, les ranger dans la sauteuse. Les faire dorer 30 min à feu doux, saupoudrer de 1 cuillerée à café de farine, laisser blondir. Ajouter 1 cuillerée à soupe de purée de tomate, mouiller de bouillon de volaille très concentré. Faire réduire, passer au four et servir, sans laisser gratiner, avec la sauce, très courte.

CHOU POMMÉ Appellation de différentes variétés de chou, qui se distinguent par leur couleur et par leur forme, et qui regroupent les choux cabus, à feuilles lisses, et les choux de Milan, à feuilles cloquées ou frisées (voir tableau des choux page 274).

Peu calorique, le chou pommé est riche en sels minéraux et en vitamines (surtout quand il est cru). Il entre dans de nombreuses garnitures (à la flamande, à l'auvergnate, à la berrichonne, à la strasbourgeoise) et connaît de multiples apprêts, rustiques et classiques. Il est à la base de soupes, de potées et de farcis.

Les choux blanc et rouge prédominent dans les cuisines de l'Est et du Nord, tandis que le chou vert est plus répandu dans le Centre, l'Ouest et le Sud.

charlotte de chou aux olives → CHARLOTTE

chou braisé

Préparer un chou, le blanchir, l'égoutter, le rafraîchir à l'eau froide et l'égoutter de nouveau. Défaire les feuilles, retirer les grosses côtes. Gratter une carotte et la couper en dés. Foncer une cocotte de couennes de lard à demi dégraissées. Ajouter les dés de carotte, puis le chou ; tasser, ajouter du sel, du poivre, un peu de muscade râpée, 1 oignon piqué de 1 clou de girofle et 1 bouquet garni. Mouiller de bouillon aux deux tiers de la hauteur et recouvrir d'une barde de lard très fine. Couvrir. Porter à ébullition sur le feu, puis placer la cocotte dans le four préchauffé à 180 °C et cuire 1 h 30.

chou farci

Blanchir pendant 7 ou 8 min, à l'eau bouillante salée, un chou entier. Le rafraîchir sous l'eau froide, l'égoutter, retirer le trognon. Humidifier un linge fin (ou une mousseline) et l'étaler sur le plan de travail. Entrecroiser par-dessus, en étoile, 4 longueurs de fil de cuisine. Poser le chou au centre de ce croisillon et l'ouvrir en écartant les grosses feuilles une à une. Retirer les feuilles du cœur, les hacher et les mélanger avec le même volume de farce fine de porc, bien assaisonnée. Garnir de ce mélange le centre du chou, puis rabattre les grosses feuilles pour reformer le légume. Disposer dessus, en croix, deux bardes de lard très fines et les maintenir en nouant dessus les fils de cuisine. Enfermer le chou dans le linge, le ficeler. Foncer une cocotte de couennes de lard à demi dégraissées, puis de 100 g de lard, 150 g de carottes et 150 g d'oignons coupés en petits dés. Y poser le chou et le mouiller, à peine à hauteur, avec du bouillon gras. Couvrir, porter à ébullition sur le feu, puis placer la cocotte dans le four préchauffé à 200 °C et cuire 1 h 30. Égoutter le chou, le déballer, retirer les bardes. Le dresser dans un plat creux et le tenir au chaud. Faire réduire de moitié le fond de cuisson et en napper le chou.

chou rouge à la flamande
Retirer les feuilles extérieures d'un chou, trancher le trognon au ras des feuilles et couper le légume en quatre, puis l'émincer en lanières. Les laver, puis les essorer. Faire fondre 40 g de beurre dans une cocotte, y ajouter le chou, saler, poivrer, arroser de 1 cuillerée à soupe de vinaigre, couvrir et cuire à petit feu. Pendant ce temps, éplucher 3 ou 4 pommes acidulées, les couper en quatre, les épépiner et les tailler en lamelles. Les ajouter dans la cocotte au bout de 1 heure de cuisson. Poudrer de 1 cuillerée à soupe de cassonade, couvrir à nouveau et cuire encore 20 min.

chou rouge à la limousine
Parer le chou et le couper en lanières. Faire fondre dans une cocotte 4 cuillerées à soupe de saindoux. Ajouter les lanières de chou et une vingtaine de grosses châtaignes débarrassées de leurs deux enveloppes. Mouiller de bouillon à hauteur des légumes. Saler, poivrer, couvrir la cocotte et cuire doucement 1 h 30. Servir avec un rôti ou des côtes de porc.

crépinettes de lotte au chou → CRÉPINETTE
faisan au chou → FAISAN
jarrets de porc au chou rouge → PORC
paupiettes de chou → PAUPIETTE
perdrix au chou → PERDREAU ET PERDRIX
rouget-barbet en mille-feuille de chou à la moelle → ROUGET-BARBET
salade de chou rouge, salade de perdrix au chou → SALADE

CHOUM Alcool consommé en Chine et en Asie du Sud-Est, obtenu par distillation de riz fermenté. Le choum est parfois parfumé avec des essences de fleurs ou de fruits.

CHOUQUETTE Petit chou non fourré, parsemé de quelques gros grains de sucre granulé. Réalisées en pâte à choux ordinaire, les chouquettes sont vendues au poids chez les boulangers et les pâtissiers.

CHOU-RAVE Chou dont la tige, renflée et charnue, forme une boule comestible grosse comme une orange (voir tableau des choux page 274). Tendre quand il est encore jeune, mais en revanche peu nutritif, le chou-rave s'accommode comme le navet ou comme le céleri-rave.

CHRISTMAS CAKE En Grande-Bretagne, gâteau traditionnel de l'époque de Noël (le *Christmas pudding*, lui, est réservé au jour même de Noël).

L'*english* Christmas cake (il en existe un *irish* et un *scottish* [*Dundee cake,* sans glaçage], assez voisins) est un gros gâteau rond et plat ; sa pâte, voisine de celle du cake, est enrichie de fruits confits, d'amandes, d'épices et d'alcool. Une fois cuit, il est abricoté, parfois recouvert et entouré d'une mince abaisse de pâte d'amande, puis nappé de glace royale en épaisseur suffisante pour y « sculpter » un décor de petites pointes. On l'orne de cerises confites et de branches de houx.

CHRISTMAS PUDDING Gâteau traditionnel des Noëls britanniques, à base de graisse de rognon de bœuf, de raisins secs, de chapelure, de farine et de fruits confits, cuit à l'eau bouillante pendant plusieurs heures et servi brûlant, flambé au rhum ou à l'eau-de-vie. Le Christmas pudding, qui gagne à être préparé à l'avance et se conserve très longtemps (jusqu'à un an dans le réfrigérateur), était autrefois façonné en grosse boule et cuit dans un linge ; de nos jours, on utilise une terrine, mais on l'enveloppe toujours dans un linge.

Christmas pudding
Couper en menus morceaux 500 g de graisse de rognon de bœuf. Épépiner 500 g de raisins secs, autant de raisins de Smyrne et 250 g de raisins de Corinthe. Hacher finement 250 g d'écorces de fruits confits (ou 125 g d'écorces d'orange et 125 g de cerises confites), 125 g d'amandes mondées et le zeste de 2 citrons. Mélanger tous ces ingrédients dans une terrine avec 500 g de chapelure fraîche, 125 g de farine, 25 g de quatre-épices, autant de cannelle, une demi-noix de muscade râpée et une pincée de sel. Ajouter 3 dl de lait et 7 ou 8 œufs battus, un par un. Ajouter ensuite 2 verres de rhum (ou d'eau-de-vie) et le jus de 2 citrons. Bien pétrir le tout pour obtenir une pâte homogène. Envelopper celle-ci dans un linge fariné, en lui donnant la forme d'une boule, ou en garnir une terrine graissée. Cuire à l'eau bouillante pendant 4 heures environ (un peu plus s'il s'agit d'une terrine qui cuit au bain-marie, un peu moins si le pudding cuit dans un linge, en contact direct avec l'eau, mais la cuisson peut de toute façon être prolongée d'environ 1 heure sans inconvénient). Conserver le pudding dans son linge ou sa terrine pendant 3 semaines au moins, dans un endroit frais. Au moment de le consommer, le faire réchauffer 2 heures au bain-marie, le démouler, l'arroser de rhum ou d'eau-de-vie et le servir flambant, orné d'une branche de houx.

CHRONIQUEUR GASTRONOMIQUE Journaliste chargé de tenir, dans une publication ou à la radio, une rubrique traitant de la cuisine, de l'alimentation et de la gastronomie.

L'information sur les produits et les matériels, les comptes rendus d'ouvrages ou de manifestations touchant à l'art culinaire sont autant de son ressort que la critique des restaurants, domaine dans lequel on a parfois tendance à le cantonner.

Le chroniqueur se double parfois d'un écrivain, et certains auteurs, Colette notamment, se sont essayés à la chronique. « La littérature française compte une section dont on ne trouverait pas l'équivalent dans d'autres pays : la chronique gastronomique. Elle consiste à analyser la cuisine des restaurants comme s'il s'agissait d'un livre, d'une pièce de théâtre, d'un tableau, d'un opéra. La cuisine aussi est un art. » (James de Coquet, *Lettre aux gourmets, aux gourmands, aux gastronomes et aux goinfres sur leur comportement à table et dans l'intimité,* éd. Simoën, 1977.)

Les chroniqueurs gastronomiques se partagent la critique des bonnes tables avec les guides gastronomiques, publications généralement annuelles, présentant un répertoire d'hôtels et de restaurants sélectionnés. Leur précurseur direct fut la nomenclature que publia pendant huit ans, à partir de 1803, Alexandre Grimod de La Reynière.

La popularité croissante des restaurants favorisa la diffusion des guides, dont le *Guide des dîneurs* de Blanc (1814). Mais c'est le développement de l'automobile et du tourisme qui engendra la multiplication de ces ouvrages, désormais destinés aux « gastronomades », selon le mot du journaliste Curnonsky dans les années 1930.

Les deux plus anciens, le *Michelin* (créé en 1900) et le *Kléber* (1954), sont dus à l'initiative de firmes de pneumatiques et concernent la France entière et certains pays étrangers.

Les distinctions que décernent les guides (étoiles, coqs, toques), et qui suivent le modèle du *Michelin*, sont attendues chaque année avec une certaine anxiété par les restaurateurs, qui sont parfois déclassés.

CHRYSANTHÈME Plante ornementale, de la famille des composées, dont les pétales comestibles, au goût de cresson, sont utilisés au Japon, en Chine et au Viêt Nam pour préparer des salades.

CHTCHI Soupe consistante de la cuisine russe, à base de choucroute braisée et cuite dans un bouillon corsé, dans laquelle on ajoute des morceaux de poitrine de bœuf (préalablement blanchis), de la chair de canard (ou de poule) pochée, du lard salé et des saucisses fumées. Le chtchi (ou *tschy*, ou *stschy*) se sert en soupière avec de la crème aigre (smitane) et du fenouil ou du persil haché.

On prépare aussi un chtchi aux légumes verts (épinards, oseille, ortie).

CHURROS Beignets espagnols longs et fins, roulés ou entortillés sur eux-mêmes, préparés avec une pâte à base de farine de blé, d'eau et de sel, et frits dans de l'huile bouillante. Accompagnés de sucre, on déguste les churros au petit déjeuner.

CHUTNEY Condiment aigre-doux, fait de fruits ou de légumes (ou d'un mélange des deux) cuits dans du vinaigre avec du sucre et des épices jusqu'à une consistance de confiture.

Considéré comme typiquement indien, le chutney (mot anglais dérivé de l'hindoustani *chatni*, « épices fortes ») est en réalité une spécialité britannique, qui date de l'époque coloniale (comme les pickles).

Les chutneys peuvent se préparer à partir de très nombreux fruits exotiques (mangue, noix de coco, ananas, pulpe de tamarin), mais également avec divers produits occidentaux (aubergine, tomate, oignon, melon, raisin, cerises, pomme, etc.) ; certains chutneys sont réduits en purée, d'autres conservent les éléments en morceaux ; tous sont caractérisés par le jus sirupeux et, dans certains cas, très pimenté qui enrobe les ingrédients.

Cuits deux heures environ, ils sont mis en pots de verre et se conservent comme des confitures. Ils relèvent les plats un peu fades, principalement froids (poulet, poisson, jambon, restes de bouilli).

RECETTE D'OLIVIER ROELLINGER,
LES MAISONS DE BRICOURT, À CANCALE

chutney

« Couper en dés de 3 mm 1/4 de poivron rouge épépiné. Éplucher 1 poire, 1 pomme granny smith et 1 ananas, et les tailler en dés de 5 mm. Peler 30 g de gingembre frais et le ciseler très finement. Dans une casserole, porter à ébullition 2 cuillerées à soupe de vinaigre de riz avec 2 cuillerées à soupe de cassonade. Ajouter les dés de poivron et de fruits, le gingembre, 1 cuillerée à soupe de raisins de Corinthe et 5 graines de cumin. Cuire 15 min à gros bouillons. Retirer du feu et mettre éventuellement le chutney en bocal pour le conserver quelques jours dans le réfrigérateur. »

chutney à l'ananas

Faire bouillir pendant 15 min 1 litre de vinaigre blanc avec 500 g de cassonade brune, 2 cuillerées à soupe de graines de moutarde, 5 clous de girofle, 1 bâton de cannelle et 1 cuillerée à café rase de gingembre en poudre. Ajouter le contenu égoutté de 2 grandes boîtes d'ananas en morceaux et 250 g de raisins de Smyrne ou de Málaga. Cuire doucement à découvert jusqu'à ce que le mélange ait la consistance d'une marmelade. Ébouillanter des bocaux fermant hermétiquement et y verser le chutney chaud.

chutney aux oignons d'Espagne

Éplucher et couper en rondelles 2 kg d'oignons d'Espagne. Les mettre dans une cocotte avec 700 g de cassonade, 400 g de raisins de Málaga ou de Smyrne, 4 dl de vin blanc sec, 4 dl de vinaigre de vin blanc, 2 gousses d'ail, 300 g de gingembre confit, en morceaux, 1 pincée de cari en poudre et 5 clous de girofle. Porter à ébullition et cuire de 1 h 45 à 2 heures. Laisser refroidir et mettre en bocaux hermétiques.

CHYPRE La cuisine chypriote conjugue la double influence grecque et turque, et la tradition d'hospitalité demeure vivace dans cette île où les dieux aimaient prendre leurs repas avec les hommes.

■ **Entrées.** Ainsi le traditionnel *meze* (assortiment d'amuse-gueule) est-il très populaire, car il est le symbole de la convivialité et de l'accueil.

Les *mezedhes* sont des hors-d'œuvre ou des assortiments d'éléments coupés en petits morceaux. Nombreux et variés, ils peuvent demeurer simples – jambon fumé, saucisses fumées *(kipriaka loukanica)*, olives, œufs, fèves... –, se composer de salades (*melintzanosalata* à l'aubergine) ou être plus élaborés, comme les *koupes* (viande hachée épicée enrobée de pâte de blé moulu).

Le pilaf, autre spécialité, fait avec du riz, s'accompagne souvent de lentilles ou d'épinards ; mais le riz peut être remplacé par du blé pilé.

Quant à l'ail, aux épices et aux herbes aromatiques, ils sont très appréciés et omniprésents dans la gastronomie chypriote.

■ **Viandes et poissons.** La viande – bœuf, agneau, veau et surtout porc – est généralement servie grillée, en brochettes ou en ragoût (*vodhino casarolas*, ragoût de bœuf). Hachée, elle entre dans la composition des farces de légumes, tous de type méditerranéen, ou sert à préparer des plats comme la moussaka ou la *kaloyirka* (pâtes à la viande hachée).

Comme dans tout le bassin méditerranéen, les produits de la mer sont très consommés : morue, espadon, pieuvre, calmars sont cuits au four, grillés ou apprêtés en sauce (*octaphodhi stifado*, pieuvre aux oignons, ou *kamamaria yiemista*, calmar farci).

■ **Fruits et desserts.** Les nombreux agrumes permettent de confectionner des sirops et des liqueurs, notamment une liqueur de mandarine. Quant aux pâtisseries, tradition orientale oblige, elles sont souvent gorgées de sirop et de miel (*lokmades, pishies*).

■ **Vins.** Égyptiens, Grecs puis Romains apprécièrent les vins de Chypre, et, au Moyen Âge, les croisés firent connaître ceux-ci dans tout l'Occident. Le plus fameux, le commandaria (dont le nom évoque les Templiers), un vin de dessert fait avec un mélange de raisins rouges et blancs surmaturés, existe depuis huit siècles.

La grande majorité du vignoble est plantée en cépage mavron, qui donne des rouges puissants très appréciés localement, mais aussi des rosés. Les blancs secs, obtenus à partir du cépage xynisteri, se distinguent avec l'aphrodite et l'arsinoé.

Enfin, les Chypriotes produisent de nombreux vins de dessert de qualité, ressemblant au xérès, qui sont largement exportés.

CIABATA OU **CHAPATA** Pain très populaire dans le nord de l'Italie, et principalement en Lombardie. La ciabata (« savate ») tire son nom de sa forme plate et rectangulaire. Sa pâte, très hydratée et longuement fermentée, donne une mie aérée, moelleuse, très parfumée par de l'huile d'olive sous une croûte fine et lisse, généralement saupoudrée de farine.

CIBOULE ET **CIBOULETTE** Plantes aromatiques de la famille des liliacées, comme l'oignon et l'ail (voir planche des herbes aromatiques page 561). Leurs tiges vertes, creuses et charnues, poussent en touffes. Couramment désignées sous le nom de « fines herbes », elles ont une saveur aliacée, mais sensiblement plus fine et plus discrète que celle de l'oignon. On consomme aussi leur bulbe, émincé, lorsqu'il est assez charnu.

Originaires de Chine et très appréciées dans la cuisine du Sud-Est asiatique, la ciboule et la ciboulette (que l'on appelait autrefois « cive » et « civette ») s'utilisent fraîches et finement ciselées, pour relever les assaisonnements de salade, condimenter le fromage frais et parfumer les omelettes.

▶ **Recettes** : TOMATE, TRUITE.

CIDRE Boisson issue de la fermentation naturelle du jus de pomme. La fabrication du cidre était certainement déjà connue dans l'Antiquité. Réglementée par Charlemagne, elle se répandit au XII[e] siècle en Normandie et en Bretagne, où le climat est très propice à la culture des pommiers, et y supplanta complètement la cervoise des Gaulois.

Le Calvados, la Manche, l'Orne, l'Ille-et-Vilaine et la Mayenne restent les régions de production les plus importantes. Les cidres de Dinan et de Fouesnant sont aussi renommés. La Grande-Bretagne produit et consomme également beaucoup de cidre, généralement plus alcoolisé qu'en France (où des procédés comme le sucrage et la reconstitution avec du concentré de pomme sont interdits) et très pâle.

■ **Fabrication.** L'art du cidrier consiste à mélanger harmonieusement différentes variétés de pommes – parmi plusieurs centaines – pour obtenir un cidre équilibré. Les fruits sont récoltés à maturité, puis laissés quelques jours en tas avant d'être broyés et envoyés au pressoir. La fermentation, qui se fait naturellement, sans adjonction de ferment ni de sucre, dure un mois environ. On soutire une ou plusieurs fois le cidre pour le clarifier. Selon sa qualité et son mode de commercialisation, il est ensuite filtré ou non, puis stabilisé par pasteurisation s'il doit voyager. Mis en bouteilles, saturé de gaz carbonique, il conserve son pétillant agréable et sa saveur désaltérante et fruitée, qui en font aussi bien une boisson rafraîchissante qu'une boisson de table.

■ **Réglementation.** Selon la législation, la dénomination « cidre » ne s'applique qu'à une fermentation de jus de pommes fraîches (ou d'un mélange de pommes et de poires fraîches) ; la mention « pur jus » ne concerne que les cidres obtenus sans addition d'eau. Le cidre doit titrer au minimum 5 % Vol. d'alcool en puissance pour être dit brut ; lorsque ce taux est inférieur à 3 %, on obtient du cidre « doux ». (En Suisse, le « cidre doux » est le jus de pomme non fermenté ; aux États-Unis, *cider* désigne le jus de pomme, et *hard cider*, le cidre.)

L'appellation « cidre bouché » correspond à une pratique traditionnelle, consistant à laisser, lors de la mise en bouteilles, une certaine quantité de sucre résiduel ; celui-ci développe ensuite son arôme et un pétillant particulier, lequel oblige à maintenir fermement le bouchon avec du fil de fer, à la manière champenoise.

La distillation du cidre produit de l'eau-de-vie de cidre, qui, dans certaines régions de Normandie, a droit à l'appellation « calvados contrôlé » (voir CALVADOS).

▶ **Recettes** : CANARD, CREVETTE, LAPIN, MAQUEREAU, NAVET.

CIGALE DE MER Crustacé des fonds rocheux, proche de la langouste, au corps brun ou verdâtre, à la queue puissante, et dont la chair est très fine (voir planche des crustacés pages 368 et 369). Il en existe deux espèces : la grande cigale (uniquement méditerranéenne), qui peut atteindre 45 cm et peser 2 kg, et la petite cigale, qui mesure de 7 à 10 cm. Les cigales de mer n'ont pas de pince et possèdent deux paires d'antennes, dont une en forme de palette. Les œufs peuvent être ajoutés à une sauce.

cigales de mer au safran en brochette
Laver et éponger des petites cigales de mer. Les faire macérer 30 min au moins dans un mélange composé d'un peu de safran, d'huile d'olive, de jus de citron, d'ail haché, de persil ciselé, de thym émietté, de sel et de poivre. Enfiler les crustacés sur des brochettes et les faire griller vivement.

CIGARETTE Gâteau sec en forme de tuyau, dit aussi « cigarette russe », préparé avec une pâte à langue-de-chat, dressée en disques sur une plaque. À la sortie du four, les ronds de pâte, encore tièdes et malléables, sont enroulés sur une baguette de bois.

cigarettes russes
Beurrer une plaque à pâtisserie. Préchauffer le four à 180 °C. Faire fondre 100 g de beurre au bain-marie. Fouetter 4 blancs d'œuf en neige très ferme, avec 1 pincée de sel. Mélanger dans une terrine 90 g de farine, 160 g de sucre en poudre, 1 sachet de sucre vanillé et le beurre fondu. Y incorporer délicatement les blancs d'œuf. Étendre cette pâte en couche très fine sur la plaque et la découper en disques minces de 8 cm de diamètre. Cuire ceux-ci 10 min au four : ils doivent tout juste blondir. Les décoller et les rouler aussitôt sur eux-mêmes. Les laisser refroidir complètement et les conserver dans une boîte métallique.

CINGHALAISE (À LA) Se dit de poissons froids ou de viandes blanches accompagnés d'une sauce cinghalaise, sorte de vinaigrette agrémentée d'un salpicon de légumes à l'huile et aux fines herbes, où seule la présence de cari évoque le Sri Lanka (Ceylan).

CINQ-ÉPICES Mélange chinois de diverses épices, fait de badiane, de girofle, de fenouil, de cannelle et de poivre. Réduit en poudre et dilué avec de la sauce soja et du glutamate, le cinq-épices est utilisé pour enduire viandes ou volailles avant de les faire rôtir ou sauter.
▶ **Recette** : PORC.

CINQUIÈME GAMME Traitement à haute température (pasteurisation pour les légumes et certains plats composés, qui deviennent donc stockables à température ambiante) ou à juste température (moins de 85 °C pour les viandes et les poissons), appliqué à des plats cuisinés, vendus frais et préemballés (qui peuvent ainsi se conserver quelques jours au réfrigérateur). La maîtrise du rapport entre le temps et la température est déterminante, et la sécurité hygiénique est liée au respect du stockage à froid (entre 0 et 3 °C) pendant la période précisée sur l'étiquette.

CINQUIÈME QUARTIER Ensemble des éléments corporels d'un animal de boucherie qui ne font pas partie de la carcasse (qui est elle-même composée de quatre quartiers : deux avants et deux arrières). Le cinquième quartier comprend d'une part les abats, rouges et blancs, d'autre part les issues (**voir** ces mots).

CIOPPINO Plat californien très populaire, dans une région où les produits de la mer sont abondants. Il s'agit d'un ragoût de poisson à chair blanche, de grosses crevettes, de clams et de moules, accommodé à l'ail, à la tomate et au vin blanc.

CIPAILLE OU **CIPÂTE** Plat québécois, diversement garni, toujours recouvert d'une solide abaisse de pâte, et qui cuit au four pendant plusieurs heures dans un chaudron épais de fonte noire.

D'aucuns prétendent que c'était autrefois une tourte de poisson (*sea-pie* en anglais), d'où son nom ; d'autres l'appellent six-pâtes, car ils le confectionnent avec six abaisses de pâte ; d'autres encore le préparent en pâté, avec six viandes, dont traditionnellement du lièvre et de la perdrix.

Ce plat pour familles nombreuses ne se rencontre plus guère qu'au moment des fêtes.

La cipaille aux petits fruits (framboises, bleuets [myrtilles]), composée de six couches de pâte brisée, cuit quant à elle dans un moule à tarte profond.

cipaille au lièvre
Préparer une pâte à tarte avec 325 g de farine, 7 g de levure chimique, 7 g de sel, 85 g de graisse, 1 dl de lait et 1 dl d'eau. Tapisser le fond d'un chaudron de 30 g de lard salé détaillé en fines tranches et y étaler 175 g de poitrine de poulet coupée en cubes, 175 g de chair de lièvre, elle aussi en cubes, 125 g de porc haché et 250 g d'oignon ciselé. Poudrer avec des épices mélangées au choix, saler, poivrer et disposer 300 g de pommes de terre taillées en cubes. Couvrir d'une abaisse de pâte. Ajouter les mêmes quantités de viande et d'oignon. Mouiller aux trois quarts avec de l'eau et terminer en recouvrant d'une autre abaisse de pâte. Pratiquer au centre de la tourte une petite incision pour que la vapeur puisse s'échapper. Cuire 2 heures au four préchauffé à 180 °C, à couvert, et poursuivre la cuisson 2 heures à 130 °C.

CISEAUX ET **CISAILLES** Ustensiles de cuisine à deux lames, souvent démontables pour le lavage, dont les poignées sont parfois dotées d'encoches ou de saillants destinés à divers usages spécifiques (décapsuleur, casse-noix et casse-noisettes, ouvre-boîte, dénoyauteur, etc.).

• CISEAUX DE CUISINE. Ils ont des lames unies (de 19 à 32 cm) et servent à ciseler les fines herbes, à couper certains déchets de viande ou de légumes.

• CISEAUX À POISSON. Ils ont de grosses lames fortes, unies ou crantées, et servent à ébarber et à habiller les poissons (couper les nageoires, la queue, les grosses arêtes et celles des côtés).

• CISAILLE À VOLAILLE (OU SÉCATEUR). Elle est dotée de lames plus courtes, très robustes, et sert à fractionner les volailles crues ou cuites en morceaux, à couper certains os, etc.

• CISEAUX À RAISIN. Ils sont en argent ou en métal argenté ; cet accessoire de table est destiné à détailler les grosses grappes de raisin.

Ciseler



Ciseler un poisson. *Pratiquer de petites incisions parallèles, peu profondes, sans trop pénétrer dans la partie ventrale.*



Ciseler des herbes. *Les tenir d'une main et les couper avec la pointe d'un couteau tenu entre les doigts recourbés. Le côté tranchant de la lame doit toujours être légèrement incliné vers l'extérieur.*

CISELER Pratiquer quelques incisions obliques peu profondes à la surface d'un poisson rond (maquereau, surtout) ou d'une andouillette. L'opération accélère et fait pénétrer l'assaisonnement. Quant aux légumes et aux fines herbes « ciselés », ils sont taillés en menus morceaux, en fines lanières ou en dés minuscules.

CÎTEAUX Fromage bourguignon de lait de vache (45 % de matières grasses), à pâte pressée non cuite et à croûte lavée (**voir** tableau des fromages français page 496). Fabriqué par les moines de l'abbaye de Cîteaux (Côte-d'Or), il se présente sous la forme d'un disque de 18 cm de diamètre et de 4 cm d'épaisseur, pesant 1 kg environ. Le cîteaux s'apparente au saint-paulin, mais son goût est beaucoup plus fruité.

CITRON Agrume, fruit du citronnier, de la famille des rutacées, dont la pulpe acide et juteuse est protégée par une écorce jaune, parfumée, plus ou moins épaisse, ou verte (**voir** LIME).

■ **Histoire.** Originaire de l'Inde ou de la Malaisie, le citronnier fut d'abord introduit en Assyrie, puis en Grèce et à Rome, où la « pomme médique » était largement employée comme condiment et pour ses propriétés médicinales.

Au Moyen Âge, les croisés rapportèrent de Palestine certains agrumes dont le citron, qui commença à être cultivé en Espagne, en Afrique du Nord et en Italie. En France, jusqu'au XVIII[e] siècle, les écoliers offraient traditionnellement des citrons à leurs maîtres à la fin de l'année scolaire (offrande du lendit).

On utilisa aussi le citron comme produit de beauté (il passait auprès des femmes pour rendre les lèvres joliment vermeilles et le teint bien pâle, selon la mode de l'époque), mais, surtout, ce fut un remède essentiel contre le scorbut (qui se manifeste par des hémorragies multiples et qui frappait souvent les équipages au temps de la marine à voile), car il est très riche en vitamines C et PP, en acide citrique et en calcium.

Aujourd'hui, le citron est disponible toute l'année (**voir** tableau). Ses emplois sont nombreux en cuisine, en pâtisserie, en confiserie et dans l'industrie des boissons.

■ **Jus.** Obtenu par simple pression ou avec un presse-citron, il sert tout d'abord d'antioxydant naturel (pour éviter le noircissement de certains légumes) et s'ajoute à de nombreuses préparations (blanquette, ragoût) ; il figure dans les marinades et les courts-bouillons, et remplace le vinaigre dans les assaisonnements de crudités et de salades ; il condimente certaines sauces. Il est utilisé en grande quantité dans la préparation des glaces, sorbets et granités, ainsi que dans celle des boissons rafraîchissantes.

Enfin, la macération du poisson cru dans le jus de citron constitue un mode de « cuisson » très pratiqué en Amérique du Sud et en Océanie (**voir** COCKTAIL, JUS DE FRUITS, LIMONADE).

Caractéristiques des différentes variétés de citrons

variétés	provenance	époque	description
citrons jaunes			
eureka	États-Unis	toute l'année	peau fine, jaune verdâtre, très juteux, acide, parfumé
interdonato	Italie du Sud, Sicile	sept.- oct.	plus long que le verna, juteux, sans pépins, pulpe fine, acide
primofiore	Italie, Espagne	oct.- déc.	peau fine, mamelon caractéristique, très juteux, peu de pépins
verdelli	Italie, Espagne	mai - sept.	verdâtre, peu juteux, peu parfumé
verna	Italie, Espagne	févr.- juill.	jaune intense, sans pépins, très juteux
citron vert ou lime	Antilles, Amérique du Sud	toute l'année	vert, avec parfois des nuances jaunes, très juteux, très acide

■ **Zeste et écorce.** Les agrumes étant souvent traités au diphényl (mention précisée sur l'étiquette), il est préférable, pour utiliser l'écorce, de choisir des citrons non traités ou, à défaut, de les laver et de les brosser soigneusement. On peut obtenir le zeste en le râpant, en le pelant avec un couteau éplucheur ou en le frottant avec un sucre, selon l'emploi prévu. Il sert d'arôme, le plus souvent en pâtisserie (crèmes, flans, mousses, soufflés, tartes), de même que l'écorce confite, ou « citronnat » (biscuits, cakes).

■ **Fruit.** Les rondelles ou les quartiers de citron accompagnent le plateau de fruits de mer, les fritures et les beignets salés, ainsi que divers apprêts panés ; elles sont de tradition avec le thé. Les quartiers de citron condimentent certains ragoûts et sautés, ainsi que les tajines. Les citrons confits sont très utilisés pour aromatiser poissons et viandes dans la cuisine du Maghreb. Le citron sert à préparer des confitures, des marmelades, le lemon curd, des chutneys et des tartes. Enfin, les citrons entiers se préparent givrés ou glacés.

■ **Extrait.** Le citron s'utilise en confiserie et en liquoristerie sous forme d'arôme naturel. Il parfume aussi certains thés aromatisés.

achards de légumes au citron → ACHARD
beurre de citron → BEURRE COMPOSÉ
caneton au miel de lavande et au citron → CANETON ET CANETTE

citron soufflé

Dans une casserole, travailler 100 g de beurre en pommade. Ajouter 60 g de sucre semoule et 100 g de farine tamisée, puis mouiller avec 3 dl de lait bouilli et bien mélanger. Porter à ébullition en remuant avec la spatule, puis faire dessécher la composition comme une pâte à choux. Hors du feu, ajouter le jus de 2 citrons, 5 jaunes d'œuf puis 6 blancs d'œuf battus en neige ferme, en même temps que 40 g de sucre et 2 cuillerées à soupe de zeste de citron blanchi et très finement haché. Beurrer et sucrer un moule à soufflé et cuire 40 min au bain-marie dans le four préchauffé à 100 °C. Servir avec une crème anglaise au zeste de citron et accompagner de petits financiers présentés en caissettes. (**Voir** photographie page 286.)

citrons confits

Laver 1 kg de citrons non traités, les éponger, les couper en rondelles épaisses. Les poudrer de 3 cuillerées à soupe de sel fin et les laisser dégorger pendant 12 heures environ. (S'ils sont petits, on peut préalablement les couper en quatre dans le sens de la hauteur.) Les égoutter très soigneusement. Les ranger dans un bocal hermétique large et les recouvrir complètement d'huile d'olive. Conserver dans un endroit sec et frais et à l'abri de la lumière pendant 1 mois au moins avant de déguster. Bien refermer le bocal entre deux emplois.

CITRONS





citrons farcis
Dénoyauter une trentaine d'olives noires, en réserver six et hacher le reste avec un bouquet de persil. Décalotter du côté de la queue 6 gros citrons à écorce épaisse ; avec une petite cuillère à bord tranchant, les évider complètement sans percer l'écorce. Émietter du thon ou du saumon en boîte au naturel et retirer peau et arêtes. Mélanger la pulpe et le jus de citron avec le poisson, le hachis d'olive et de persil, 4 jaunes d'œuf dur et 1 petit bol d'aïoli. Rectifier l'assaisonnement. Garnir les écorces avec cette farce, décorer chaque citron d'une olive noire et mettre dans le réfrigérateur jusqu'au moment de servir. (On peut remplacer le mélange thon ou saumon-aïoli par un mélange sardines à l'huile-beurre.)

citrons givrés
Prendre de gros citrons non traités à peau épaisse. Les décalotter du côté de la queue et, avec une cuillère à bord tranchant, les évider complètement sans percer les écorces ; placer celles-ci dans le réfrigérateur. Presser complètement la pulpe retirée, passer le jus obtenu et préparer un sorbet au citron. Quand celui-ci est pris, en garnir les écorces rafraîchies et couvrir avec la calotte retirée. Mettre dans le congélateur jusqu'au moment de servir. Décorer avec des feuilles en pâte d'amande.

confiture de citron → CONFITURE
crème au citron → CRÈMES D'ENTREMETS
délice au citron → DÉLICE ET DÉLICIEUX
daurade au citron confit → DAURADE ROYALE ET DORADES
filets mignons de veau au citron → VEAU
flan meringué au citron → FLAN
gratin de filets de sardine au citron, gratin de fraises au sabayon de citron → GRATIN
lemon curd → LEMON CURD
lemon squash, limonade → COCKTAIL
manqué au citron → MANQUÉ
mousse de citron → MOUSSE
poulet au citron → POULET
sandre grillé aux cardons, huile d'olive et citron → SANDRE
sorbet au citron → SORBET
tarte au citron, tarte meringuée au citron → TARTE
zestes de citron confits au vinaigre → ZESTE

CITRONNADE Boisson rafraîchissante faite de jus de citron (3 cuillerées à soupe par verre), de sucre et d'eau plate ou gazeuse en bouteille. Il vaut mieux la préparer à l'avance, et laisser le liquide infuser au frais avec le zeste des fruits, avant de le passer à travers une étamine. Le « citron pressé », en revanche, se prépare dans un verre juste au moment du service.

◀
Citron soufflé et ses petits financiers
Recette voir page 285.

CITRONNELLE Graminée aromatique, dont la senteur rappelle celle du citron (voir planche des herbes aromatiques page 561). Ses feuilles séchées sont très utilisées dans la cuisine indonésienne et chinoise, aussi bien pour les marinades de poisson qu'avec les viandes grillées.

La citronnelle est également une liqueur, appelée aussi « eau des Barbades », faite de zestes de citron infusés dans de l'eau-de-vie.

Enfin, on donne le nom de « citronnelle » à diverses plantes (armoise, mélisse, verveine odorante), dont l'odeur est voisine de celle du citron.

CITRONNER Ajouter du jus de citron à une préparation ou en arroser un aliment au moment de la finition (voir ACIDULER).

Le terme signifie aussi frotter la surface de certains légumes (fonds d'artichaut, céleri-rave, champignons de Paris) avec un demi-citron, ou les arroser de jus, pour éviter qu'ils ne noircissent.

CITRON VERT Agrume voisin du citron, mais plus petit, rond, à écorce vert vif et à pulpe très acide, plus parfumée et plus juteuse (voir LIME). Cultivé dans les pays tropicaux (Côte-d'Ivoire, Brésil, Antilles), le citron vert est largement utilisé par les cuisines créole et brésilienne (ragoûts de poisson ou de viande, poulet mariné, confitures, sorbets, punchs et cocktails).

Le zeste s'emploie comme celui du citron jaune. Il se conserve longtemps dans un flacon empli de sucre semoule ou de rhum. Des sucres frottés de zeste se gardent en bocal hermétique pour parfumer le thé, les crèmes, le lait.

▶ **Recettes** : SALADE DE FRUITS, SOUFFLÉ.

CITROUILLE Grosse courge orange à côtes, de la famille des cucurbitacées, destinée à l'alimentation animale, mais dont le nom désigne aussi en cuisine le potiron proprement dit, à chair plus sucrée et savoureuse (voir POTIRON).

La citrouille s'accommode en potage, en purée, en tourte ou en tarte. Ce sont les usages courants qu'on en fait aussi au Canada et aux États-Unis, où elle tient notamment la vedette au moment de la fête d'Halloween (31 octobre), au cours de laquelle les enfants déguisés, arborant une citrouille décorée, vont sonner à toutes les maisons pour réclamer une obole de friandises.

▶ **Recette** : POTAGE.

CIVET Ragoût de gibier à poil (lapin de garenne, lièvre, chevreuil, marcassin), préparé au vin rouge et terminé par une liaison faite avec le sang de l'animal (éventuellement remplacé par du sang de porc), ce qui lui donne son onctuosité et sa coloration. Des petits oignons et des lardons entrent généralement dans l'apprêt.

On appelle aussi civet, par extension, certaines préparations de crustacés (homard), de poissons (thon) ou de mollusques en sauce (à Dinard, les ormeaux en civet sont accommodés au vin rouge, aux oignons et aux lardons).

Dans les campagnes, on prépare aussi des civets d'abats d'oie (dans le Sud-Ouest, l'animal est cuit dans un roux mouillé de vin rouge, avec des oignons et de l'écorce d'orange).

civet de chevreuil

Il se prépare comme le civet de lièvre, avec des morceaux pris dans l'épaule, le collet, la poitrine et le haut du carré de chevreuil. Si l'on ne dispose pas du sang de l'animal, acheter du sang de porc, que vendent tous les charcutiers.

RECETTE DE ROGER VERGÉ

civet de homard

« Tronçonner un homard en six morceaux, décortiquer les pinces. Récupérer le corail et les parties crémeuses du coffre. Saler et poivrer les chairs, les faire revenir avec 2 cuillerées à soupe d'huile très chaude. Égoutter et tenir au chaud. Remettre la casserole sur le feu. Ajouter 25 g de beurre, 2 ou 3 échalotes hachées et 1/2 carotte coupée en dés. Remuer. Ajouter les morceaux de homard, 4 cuillerées à soupe de cognac et flamber. Mouiller des 3/4 d'une bouteille de bourgogne rouge et compléter d'un bouquet garni. Saler, poivrer, laisser mijoter à feu doux et à couvert pendant 15 min. Éplucher une vingtaine de petits oignons, les mettre dans une casserole avec du sel, 1 noix de beurre et 1 pincée de sucre en poudre. Mouiller d'eau juste à hauteur et laisser réduire complètement pour faire blondir. Faire sauter à la poêle, au beurre, des petits champignons de Paris très frais, les égoutter. Pétrir à la fourchette, dans un bol, 50 g de beurre avec 1 cuillerée de farine et le corail du crustacé. Décortiquer le homard tout en faisant réduire de moitié la cuisson. Disposer les chairs dans des assiettes creuses. Compléter avec les oignons et les champignons, bien répartis. Tenir au chaud. Quand la cuisson a réduit de moitié, y incorporer le mélange beurre-farine-corail de homard, en fouettant pour bien homogénéiser la préparation. Rectifier l'assaisonnement, passer au tamis fin, napper le homard et servir chaud. »

civet de lièvre : préparation

Dépouiller le lièvre et le vider en recueillant soigneusement le sang. Mettre ce sang de côté avec le foie débarrassé de son fiel ; ajouter 1 cuillerée à soupe de vinaigre. Détacher les cuisses et les pattes de devant, couper chaque cuisse en deux (avec un couperet et en faisant le minimum d'éclats d'os), détailler le râble en quatre morceaux. Mettre tous les morceaux dans un plat avec du sel, du poivre, du thym et du laurier en poudre. Ajouter 1 gros oignon finement émincé, 3 ou 4 cuillerées à soupe d'huile et 1 cuillerée à soupe au moins de cognac. Laisser mariner 24 heures avant de commencer l'apprêt.

RECETTE DE PAUL HAEBERLIN

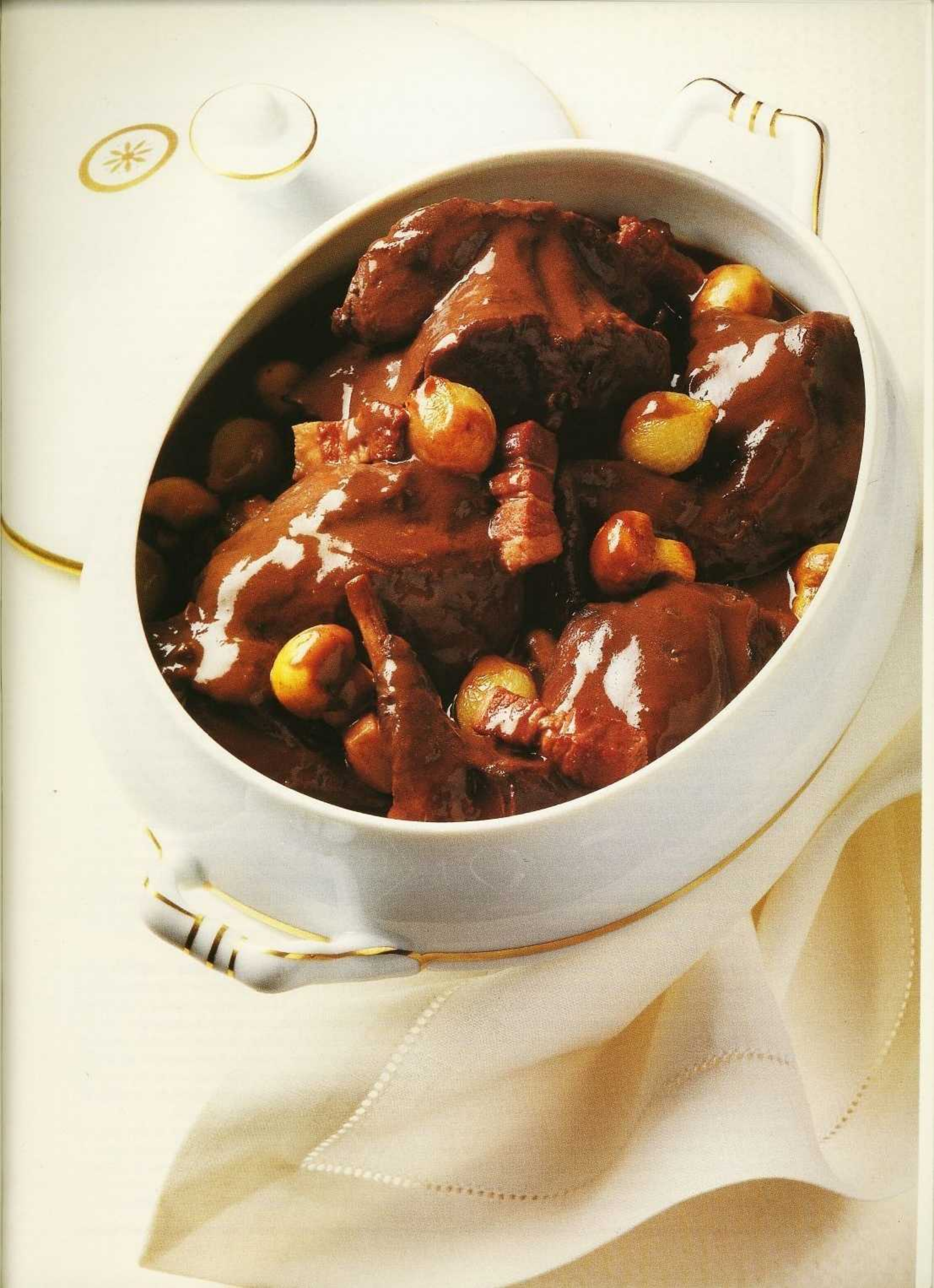
civet de lièvre

« Dépouiller un beau lièvre, en réservant le sang et le foie. Couper le lièvre en morceaux et le faire mariner durant la nuit avec 3 oignons coupés en six, 1 carotte coupée en rondelles et 1 branche de thym ; mouiller de vin rouge à hauteur des morceaux. Le lendemain matin, égoutter ceux-ci dans une passoire. Faire chauffer une tasse d'huile et 40 g de beurre dans une poêle et dorer les morceaux de lièvre de chaque côté, ainsi que les éléments solides de la marinade (oignons et carotte). Mettre les morceaux dans une casserole et les saupoudrer de farine. Bien faire revenir et mouiller avec le vin de la marinade, un filet de cognac et 1 cuillerée de concentré de tomate ; ajouter 2 gousses d'ail écrasées dans leur peau, 1 bouquet garni, 1/4 de feuille de laurier écrasée. Saler et poivrer. Bien mélanger et laisser mijoter durant 2 heures. Cuire à part 20 petits oignons dans un peu d'eau additionnée de 1 cuillerée à café de sucre en poudre. Couper 250 g de champignons de Paris en quartiers et les faire revenir dans du beurre. Couper 150 g de lard fumé ou salé en dés, les blanchir, puis les faire rissoler dans une poêle. Quand le lièvre est cuit, dresser les morceaux dans un plat et tenir au chaud. Hacher le foie du lièvre et le mélanger avec le sang. L'ajouter à la sauce, porter à ébullition. Passer la sauce au chinois fin. Ajouter la garniture de petits oignons, de champignons et de lardons. Rectifier l'assaisonnement, verser la sauce sur le lièvre. »

civet de lièvre à la française

Préparer le lièvre et sa marinade suivant la méthode générale. Couper 200 g de lard maigre en lardons, les blanchir 5 min à l'eau bouillante, les égoutter et les faire rissoler dans une sauteuse avec 40 g de beurre. Les égoutter, puis faire revenir dans le même beurre 2 gros oignons coupés en quartiers ; parsemer de 2 cuillerées à soupe de farine et faire blondir en remuant à la cuillère de bois. Ajouter dans le roux les morceaux de lièvre égouttés et continuer à remuer (on peut aussi faire raidir le lièvre dans le beurre, aussitôt après avoir ajouté les lardons). Recouvrir les morceaux de vin rouge en ajoutant, 1 bouquet garni et 1 gousse d'ail écrasée ; couvrir la sauteuse et laisser mijoter 45 min. Pendant ce temps, préparer 24 têtes de champignon et les faire revenir dans du beurre. Quand les morceaux de lièvre sont cuits, les égoutter et les mettre dans une cocotte. Ajouter les lardons et les champignons. Verser la marinade dans la sauteuse, bien mélanger avec la cuisson du lièvre, puis verser le tout dans la cocotte, sur les morceaux de lièvre. Couvrir, enfourner à 200 °C et laisser cuire encore 1 heure

▶ *Civet de lièvre à la française*



environ (le temps de cuisson dépend de l'âge de l'animal). Pendant cette seconde cuisson, préparer 24 oignons glacés et faire frire au beurre des triangles de pain ; 5 min avant la fin de la cuisson, escaloper le foie et l'ajouter dans la cocotte ; mêler au sang 2 ou 3 cuillerées à soupe de crème fraîche et en lier la sauce. Dresser le civet dans un plat creux. Le garnir avec les oignons et les croûtons.

civet de marcassin
Il se prépare comme le civet de lièvre, avec des morceaux pris dans l'épaule, le collet, l'échine et la poitrine du gibier.

RECETTE DU RESTAURANT *LAPÉROUSE*, À PARIS

civet de râble de lièvre aux pâtes fraîches
« Éplucher 3 carottes et 1 oignon, les tailler en dés. Éplucher et hacher 2 échalotes. Éplucher et écraser 2 gousses d'ail. Couper grossièrement 2 avants de lièvre, faire revenir les morceaux dans une cocotte avec 20 g de beurre, ajouter les dés d'oignon et de carotte et faire revenir pendant une dizaine de minutes ; ajouter alors 10 cl de vinaigre de vin, 1/2 litre de vin rouge, l'ail et les échalotes. Saler, poivrer légèrement et porter à ébullition. Ajouter 1 bouquet garni et laisser frissonner pendant 2 heures ; ne pas oublier d'écumer de temps en temps. Récupérer les légumes et les passer au mixeur ; passer le reste de la cuisson au chinois en pressant bien pour exprimer tous les sucs ; ajouter les légumes mixés au jus de cuisson, remettre sur le feu et laisser mijoter 30 min. Passer à nouveau au chinois, laisser refroidir et mettre dans le réfrigérateur pour pouvoir retirer la graisse qui monte et fige à la surface (environ 6 heures). Remettre ensuite sur le feu, faire réduire 5 min encore ; hors du feu et en remuant avec un fouet, ajouter un petit bocal de sang de lièvre (ou à défaut, de sang de porc), puis 50 g de beurre, du sel et du poivre. Au dernier moment, compléter cette sauce avec 1 cuillerée à café d'airelles. Dans le même temps, saler et poivrer 2 râbles de lièvre ; faire chauffer de l'huile dans une poêle, y faire cuire à feu vif les râbles, en les retournant. Escaloper le lièvre en le coupant en fines tranches. Dresser sur un plat, napper de sauce et accompagner de pâtes fraîches cuites al dente. »

CLAFOUTIS Entremets rustique du Limousin, préparé avec des cerises noires, disposées dans un plat à four beurré, sur lesquelles on verse une pâte à crêpes assez épaisse. Il se sert tiède, poudré de sucre. En principe, on ne dénoyaute pas les cerises, car les noyaux, en cuisant, ajoutent leur arôme à la pâte. Les fruits sont simplement lavés et équeutés. L'Académie française, qui avait défini le mot comme une « sorte de flan aux fruits », dut céder devant les protestations des Limousins et adopta « gâteau aux cerises noires ». Cependant, il en existe de nombreuses variantes, aux cerises rouges ou à d'autres fruits.

clafoutis
Équeuter 500 g de cerises noires, les poudrer avec 50 g de sucre et les laisser reposer ainsi 30 min au moins. Beurrer une tourtière, la garnir avec les cerises. Tamiser 125 g de farine dans une terrine, y ajouter 1 pincée de sel et 50 g de sucre en poudre, puis 3 œufs battus en omelette, et remuer ; ajouter enfin 3 dl de lait et bien mélanger à nouveau. Verser la préparation sur les cerises, et mettre de 35 à 40 min au four préchauffé à 180 °C. Laisser tiédir, puis poudrer de sucre glace.

CLAIE Treillis à claire-voie, de forme, de taille et de matériaux différents, et de fonctions variables. Les claies en fil de fer, rondes ou rectangulaires, appelées grilles, sont des supports sur lesquels on laisse refroidir les pâtisseries démoulées et certaines préparations de cuisine pochées ; en jonc ou en paille, les claies, clayettes et clayons s'emploient pour faire égoutter les fromages (les claies portent aussi le nom de « clisses », comme les enveloppes de paille dont on entoure parfois les bouteilles pour les protéger des chocs) ; les claies de bois permettent d'entreposer des fruits ou des légumes dans un cellier ; les clayons d'osier servent à conditionner les fruits confits.

CLAIRET Vin rouge léger, dont la couleur n'est pourtant pas rose, mais rouge franc de faible intensité. Bu frais et jeune, le clairet, souple et fruité, est fait avec des raisins peu acides, utilisés à pleine maturité, au terme d'une fermentation courte (de 2 à 4 jours).

Autrefois, le clairet était soit un mélange de vin blanc et de vin rouge, soit un rouge léger. C'est de ce mot que dérive le terme *claret*, utilisé par les Anglo-Saxons pour désigner le bordeaux rouge. Lorsque les bordeaux commencèrent à être importés en Angleterre, les Britanniques préféraient en effet les rouges légers et clairs, qui étaient des vins de l'année. Aujourd'hui, le « claret » est un bordeaux rouge, quel que soit son âge (voir BORDELAIS).

CLAIRETTE Cépage blanc cultivé dans le Midi. Pleine de vigueur, la clairette arrive à maturité de troisième époque vers le 15 octobre, c'est-à-dire quatre à cinq semaines et demie après le chasselas, qui sert de référence, et s'accommode bien de terres maigres. Souvent associée au muscat, elle entre dans la fabrication de nombreux vins méridionaux, et notamment de trois d'entre eux, qui bénéficient d'une appellation d'origine contrôlée.

La clairette de Die, produite dans la Drôme, est un vin mousseux élaboré selon deux procédés : la méthode champenoise, pour le crémant de Die issu du cépage clairette, et la méthode « dioise » traditionnelle, appliquée à un mélange de cépages muscat (75 % au

moins) et clairette, avec fermentation du moût volontairement limitée en cuve et poursuivie en bouteilles. La clairette de Bellegarde et la clairette du Languedoc sont des vins secs, provenant du seul cépage clairette.

CLAM Coquillage, de la famille des vénéridés, long de 5 à 10 cm, à grande coquille lisse marquée de très fines stries circulaires (voir planche des coquillages page 323). Les clams, introduits en France par les Américains en 1917, se pêchent sur les fonds sableux et vaseux, à l'embouchure des fleuves, notamment sur la côte est des États-Unis et du Canada, mais aussi en Charente. Ils se mangent crus, ou cuisinés comme les huîtres, ou « à la commodore ».

Le *clam chowder* est une soupe de légumes, d'oignons et de clams, garnie de lardons, très populaire en Nouvelle-Angleterre, tandis que le *clambake* est un pique-nique typique de la côte est des États-Unis : on y mange des clams et autres coquillages, cuits sous une couche de varech, sur des pierres chauffées.

▶ **Recette** : SOUPE.

CLAMART Nom donné à divers apprêts comportant des petits pois, entiers ou en purée. (La ville de Clamart était naguère réputée pour ses cultures de pois à écosser à grains ronds, aujourd'hui disparues.) L'appellation s'applique à un potage (purée de petits pois frais au consommé, servi avec des croûtons frits), à des œufs pochés (sur canapés tartinés de purée) ou brouillés (avec les pois en grains), à des bouchées feuilletées garnies de purée à la crème, à une volaille en cocotte et à un sauté ou à des ris de veau servis avec des petits pois frais ou une garniture Clamart.

La garniture Clamart proprement dite, pour petites pièces de boucherie sautées, est faite de tartelettes ou de fonds d'artichaut emplis de petits pois au beurre ; pour les grosses pièces, on ajoute des pommes château.

▶ **Recettes** : ARTICHAUT, POULARDE.

CLAQUEBITOU Fromage bourguignon de lait de chèvre cru (45 % de matières grasses), à pâte fraîche, malaxée et aromatisée avec de l'ail, du persil et des fines herbes (voir tableau des fromages français page 497). De forme et de poids variables, le claquebitou a une odeur forte et une saveur parfumée qui le font apprécier au moment du « goûtaillon » (collation en dialecte bourguignon).

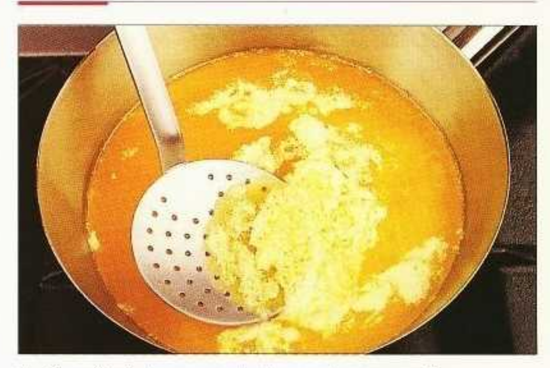
CLARENCE Nom de divers apprêts de poissons et de crustacés dont le seul point commun est une sauce Mornay ou Newburg parfumée au cari.

Les côtelettes de saumon Clarence se préparent dans un moule à côtelette foncé d'escalopes de saumon garnies de mousse de saumon et de homard, puis elles sont pochées, démoulées et dressées sur un socle de même mousse avec une garniture de champignon et de crevette ; la sauce est servie à part.

Les filets de sole sont pochés et dressés sur une rosace de pommes duchesse, nappés de sauce et décorés de lames de truffe.

Le mot désigne aussi une bombe chemisée de glace à l'ananas et garnie d'un appareil à bombe à la violette.

Clarifier du beurre



1. *Chauffer le beurre au bain-marie pour qu'il se décompose : le petit-lait tombe au fond, le beurre pur reste au milieu et les impuretés, plus légères, remontent en surface. Les retirer avec une écumoire.*



2. *À l'aide d'une petite louche, séparer le beurre pur du petit-lait qui reste au fond : on dit qu'on « décante » le beurre.*

CLARIFIER Rendre limpide et claire une substance trouble. La clarification concerne surtout des liquides (bouillons et boissons), mais on emploie aussi le terme pour le sucre, le beurre et les œufs (on clarifie un œuf en séparant le jaune du blanc de manière que celui-ci ne comporte aucune trace de jaune).

• CLARIFICATION DU BEURRE. Elle consiste à faire fondre du beurre au bain-marie, sans remuer, afin d'en éliminer le petit-lait, qui forme un dépôt blanchâtre.

• CLARIFICATION DU BOUILLON. En cuisine ménagère, le bouillon de pot-au-feu ou de volaille est servi tel quel comme potage, diversement garni, ou pour mouiller les sauces, les ragoûts ou les braisés, mais, en grande cuisine, on le clarifie.

La clarification utilise du maigre de bœuf haché et du blanc d'œuf, ainsi qu'une garniture aromatique taillée en brunoise. Lorsque le bouillon est porté progressivement jusqu'à ébullition avec les éléments de la clarification, le blanc d'œuf, en coagulant, emprisonne tous les éléments qui troublaient le liquide.

L'affadissement du bouillon qui en résulte est compensé par la sapidité du maigre de bœuf et des éléments aromatiques qui ont été ajoutés.

La clarification est indispensable lorsque le bouillon de la marmite est destiné à la confection d'une gelée, qui doit être parfaitement translucide.

• Clarification du vin. Elle s'opère par la filtration et le collage, à l'aide de substances qui entraînent les particules solides du fond de la cuve ou du tonneau.
• Clarification de la bière et du cidre. Avant la mise en fûts ou en bouteilles, la bière est filtrée pour acquérir sa brillance. L'opération se fait sous pression pour que le gaz carbonique ne s'échappe pas.

Le cidre, lui, est déféqué (c'est-à-dire rendu limpide par coagulation de la pectine avec des diastases) dès la sortie du pressoir ; il est ensuite siphonné à l'abri de l'air et soutiré en tonneaux.
• Clarification des sirops, liqueurs et boissons ménagères. Les sirops et les jus de fruit et de légume sont filtrés à travers un papier poreux ou une mousseline. Les boissons aux fruits fermentées sont clarifiées au blanc d'œuf battu en neige, puis filtrées. Les liqueurs, elles, sont filtrées à travers du coton, dans un entonnoir ; le collage au blanc d'œuf est parfois nécessaire.

clarification du bouillon de pot-au-feu

Hacher 750 g de maigre de bœuf. Tailler finement 50 g de carottes, 100 g de vert de poireau, 1 petite branche de céleri, 2 ou 3 tomates fraîches. Réunir tous ces éléments dans une terrine, ajouter 1 blanc d'œuf, mélanger et réserver 15 min au frais. Dans une casserole profonde, verser 2,5 dl de bouillon parfaitement dégraissé et refroidi. Y mettre tous les éléments de la clarification et bien mélanger au fouet. Chauffer doucement, en remuant sans arrêt avec une spatule. Dès l'ébullition, retirer la spatule et laisser frémir 1 h 30. Ajouter alors un peu de persil haché et quelques grains de poivre, et laisser infuser. Passer le bouillon à travers un chinois doublé d'une étamine mouillée à l'eau froide et bien essorée.

CLAUSE ou **CLOSE** (JEAN-PIERRE) Pâtissier français (Dieuze, Moselle, 1757 - Strasbourg 1828). À l'époque, sa corporation ne se limitait pas aux seuls desserts, mais proposait toutes sortes de pâtés, de tourtes et autres tartes salées ou sucrées. Jean-Pierre Clause, installé rue de la Mésange, à Strasbourg, se rendit célèbre pour ses pâtés de foie gras en croûte et fut l'un des acteurs les plus efficaces de l'éclosion de l'industrie alsacienne du foie gras, dont la légende lui attribue à tort l'invention.

CLÉMENTINE Fruit du clémentinier, variété de mandarinier, de la famille des rutacées, obtenue en 1902 en Algérie par le père Clément, par croisement avec un bigaradier. Cet agrume est une spécialité française, peu connue ailleurs. Petite, orange et sphérique, la clémentine est ferme ; sa peau adhère à la pulpe, qui est juteuse et acidulée (voir tableau). Riche en vitamine C, elle se garde bien au frais.
■ **Emplois.** La clémentine se consomme crue, mais peut également être confite ou conservée à l'eau-de-vie. Son jus est utilisé pour confectionner des sorbets et des boissons. En pâtisserie et en confiserie, elle a les mêmes emplois que l'orange. On en fait une liqueur et on l'utilise en cuisine comme la bigarade. Les Anglais la traitent en pickles (au vinaigre et aux épices).

CLERMONT Nom de plusieurs apprêts comportant des marrons ou du chou, produits typiques de l'Auvergne, dont Clermont-Ferrand est la capitale.

La garniture Clermont pour grosses pièces de boucherie associe paupiettes de chou vert et pommes de terre rissolées ; la viande est déglacée avec la cuisson ou, si elle a été braisée, avec le fond de braisage ou de la demi-glace. La garniture pour petites pièces de boucherie comprend des quartiers d'artichaut frits ainsi que des oignons farcis de purée de marron et braisés, le tout nappé d'un déglaçage au madère. On retrouve les marrons dans le bavarois Clermont, un entremets froid au rhum et à la purée de marron.

CLIMAT Nom que l'usage a donné à une parcelle du vignoble d'une commune viticole bourguignonne, qui donne souvent des premiers ou grands crus.

CLITOPILE PETITE-PRUNE Champignon blanc grisâtre très apprécié, également appelé « meunier » ou « mousseron ». Sa chair tendre, à l'odeur délicate de farine fraîche, cuit rapidement. Son arôme relève les plats de champignons moins savoureux. Déshydraté, il sert aussi de condiment. Il faut faire preuve d'une grande prudence quand on le récolte, car il peut être confondu avec des espèces très toxiques.

CLOCHE Couvre-plat bombé, en acier inoxydable ou en métal argenté, muni d'un bouton ou d'une poignée, dont la circonférence s'adapte au pourtour

Caractéristiques des différentes variétés de clémentines

variétés	provenance	époque	aspect
bekria	Maroc	fin sept.- fin oct.	petite, verte, plages orangées
clémentine de Corse	Corse	nov.- début févr.	petite, rouge-orangé, sans pépins, présentée avec 2 feuilles
clémentine Monréal	Espagne	oct.	très nombreux pépins
clémentine ordinaire	Maroc, Espagne	oct.-fin déc.	moyenne à grosse, peau orange foncé, avec pépins
fines	Espagne, Corse	fin oct.- fin févr.	petite à moyenne
nules, oroval	Espagne	fin oct.- fin févr.	moyenne à grosse, peau rugueuse, quelques pépins

de certains plats de service (plat creux, légumier, etc.). Destinée à conserver les mets au chaud, la cloche est surtout utilisée en restauration, notamment quand le service se fait « à l'assiette ».

La cloche à fromage, en verre ou en toile métallique, sert à protéger les fromages de l'air ambiant et des mouches ; elle repose en général sur un plateau rond en bois ou en marbre.

CLOS-DES-MORILLONS Vin parisien issu de quelques vignes plantées en terrasses dans le square Georges-Brassens, dans le XVe arrondissement de Paris, là où s'élevaient autrefois les vastes abattoirs de la rue des Morillons. Les vendanges – qui donnent six cents bouteilles environ – sont l'occasion pour tous les habitants du quartier et de nombreux curieux d'une fête très sympathique.

CLOS-DE-VOUGEOT Grand cru classé de la côte de Nuits, l'un des plus célèbres climats de Bourgogne, dont le vignoble, très morcelé, est clos de murs et donne des rouges magnifiques, charnus et délicats, bien charpentés, longs en bouche et possédant beaucoup de nez (voir BOURGOGNE).

CLOSERIE DES LILAS Café-restaurant ouvert à Paris, dans les années 1900, boulevard du Montparnasse, dont le nom vient d'une guinguette établie juste en face, avenue de l'Observatoire.

D'abord appelée *Prado d'été*, celle-ci accueillait des bals d'étudiants lorsqu'un garçon de la Grande-Chaumière, du nom de Bullier, la racheta et y planta des pieds de lilas.

L'enseigne de la *Closerie des Lilas* fut reprise par le restaurant actuel quand le bal Bullier périclita. Fréquentée par la bohème intellectuelle et artistique (Paul Fort, André Salmon, Alfred Jarry, puis Francis Carco, Charles Cros, Gide, Picasso, Braque, Lénine et Trotski), la *Closerie* devint aussi, entre les deux guerres, l'un des rendez-vous des noctambules de Montparnasse, dont, notamment, l'écrivain américain Ernest Hemingway.

CLOS-JOUVE (HENRI BELIN, DIT HENRI) Chroniqueur gastronomique français (Lyon 1908-Paris 1981). Fondateur, avec Marcel Grancher, de l'académie Rabelais, animateur de la Coupe du meilleur pot (qui récompense les comptoirs où l'on débite les meilleurs vins de pays, notamment le beaujolais) et du Concours du meilleur sommelier de France, il a su parler avec chaleur et poésie de la cuisine régionale (*le Promeneur lettré et gastronome en Bourgogne*, 1951 ; *Carnet de croûtes*, 1963).

CLOUTER Enfoncer un ou plusieurs clous de girofle dans un gros oignon cru, que l'on ajoute à une préparation pour l'aromatiser pendant la cuisson.

Clouter signifie aussi faire pénétrer dans une viande, une volaille, un gibier ou un poisson des « clous », c'est-à-dire de minces bâtonnets de truffe, de jambon cuit ou de langue écarlate pour les viandes, de truffe, de filets d'anchois ou de cornichon pour les poissons.

CLOVISSE Coquillage vivant sur les fonds sableux de faible profondeur de tout le littoral français. Long de 8 cm au maximum, de forme ovale, le clovisse se pêche au rateau ou à la drague. Il a une chair très fine et se consomme cru ou farci (voir PALOURDE).

CLUB Association dont les membres disposent d'un local privé pour se réunir. La tradition du club, où les hommes viennent dîner et passer leurs moments de loisir entre eux, à l'écart de toute présence féminine, est britannique ; le mot fut introduit en France en 1702. Cependant, son équivalent français porte plutôt le nom de « cercle ».

Aujourd'hui, ce type d'établissement a pratiquement disparu. En revanche, il existe de très nombreux clubs gastronomiques (Club des cent, Chaîne des rôtisseurs, etc.), qui sont des associations de gastronomes (voir CONFRÉRIE).

COCAGNE (PAYS DE) Lieu imaginaire où les hommes vivent heureux sans travailler, disposant de tout en abondance. Le mythe du pays de Cocagne (que l'on retrouve en Allemagne et en Italie) est particulièrement bien enraciné dans la tradition flamande et remonte à une époque où le spectre de la famine devenait souvent réalité.

Dans la légende, l'heureux élu arrive au pays de Cocagne en traversant un tunnel creusé dans une montagne de farine de sarrasin ; il y découvre un porc rôti qui marche avec un couteau à découper sur le dos, une table qui se dresse, couverte de pâtés et de tartes, des haies constituées de saucisses, de pigeons rôtis qui lui tombent dans la bouche, etc.

Par extension, on appelait autrefois « cocagne » une table généreusement ouverte et richement garnie. À Naples, au XVIIe siècle, la cocagne *(cuccagna)* était une fête traditionnelle, à l'occasion de laquelle on dressait sur une place un amoncellement de victuailles, en signe de réjouissance et de réconciliation.

COCHON Synonyme familier de « porc », plus particulièrement associé aux fêtes et ripailles traditionnelles qui, dans les campagnes, accompagnent l'abattage de l'animal (souvent avant Noël ou le carnaval) et la préparation des salaisons et charcuteries diverses. Cette brusque abondance de viande donnait lieu autrefois à un festin : le « repas du cochon » ou « de la saint-cochon », ou le « régal de cochon » ; on n'y mangeait que du porc et il avait lieu le soir même de l'abattage ou le dimanche suivant. La soupe se préparait avec l'eau de cuisson du boudin.

COCHON DE LAIT Petit de la truie, abattu à 2 mois au plus, alors qu'il pèse moins de 15 kg. Généralement rôti entier, il constitue un plat somptueux, mais on le cuisine aussi en blanquette et en ragoût. Sa viande est succulente et appréciée depuis le Moyen Âge dans toute l'Europe. La peau et les oreilles grillées étaient autrefois un mets de choix ; en Espagne, on apprécie toujours la peau rissolée, découpée en fines lamelles et accompagnée de rioja, un vin rouge capiteux.

Le cochon de lait rôti « à l'anglaise » (farci d'oignon et de sauge, arrosé de son jus et de madère, et servi avec une purée de pomme et des raisins secs) était un plat réputé dans les années 1890 que l'on servait dans les restaurants du Boulevard, à Paris. Autre spécialité, le cochon de lait à la gelée était surtout renommé dans l'est de la France.

COCHONNAILLE Synonyme familier de « charcuterie », parfois plaisant ou ironique, suggérant l'idée d'abondance.

La mode des buffets campagnards a mis en vedette ces assortiments de saucissons, de galantines, de jambons, de pâtés et autres andouilles qui évoquent, aux yeux des citadins, les ripailles villageoises.

COCIDO Pot-au-feu espagnol. Le cocido type est originaire de Castille. Ainsi, à Madrid, il est longuement mijoté et se compose de trois plats servis successivement. Tout d'abord le bouillon, passé et enrichi de vermicelle, traditionnellement accompagné de vin blanc ; ensuite, le plat de pois chiches et de légumes bouillis (ajoutés au dernier stade de cuisson), à savoir pommes de terre, carottes et chou, imprégnés des sucs des viandes ; enfin, le plat de viandes : bœuf en morceaux, chorizo, petit salé, échine de porc, poulet et boulettes de viande (parfois aussi os de jambon de pays *[serrano]*, boudin et lard frais). Les légumes et les viandes sont servis avec du vin rouge. On présente le tout avec du pain bien croustillant.

Mets riche ou pauvre (il peut même n'être qu'un simple plat de pois chiches avec un morceau de lard), facile à réaliser (la seule précaution est de mettre les pois chiches à tremper la veille) et nourrissant, le cocido est un plat de base dans toute l'Espagne et au Portugal.

Il existe de multiples variantes du cocido comme, par exemple, le cocido catalan (haricots secs et parfois riz, saucisses de la région et boutifar, queue de bœuf, les trois plats étant servis en un seul) ; le cocido andalou (plus léger et parfumé, avec du piment, de la menthe, du safran et des haricots verts) ; et le cocido galicien (le porc y est indispensable, ainsi que les navets avec leurs fanes, du lard et plusieurs variétés de haricots secs).

COCK-A-LEECKIE Spécialité écossaise, dont le nom signifie littéralement « coq et poireau ». Cette soupe consistante, à base de poule et de poireau, épaissie avec de l'orge, est traditionnellement servie avec un pruneau au fond du bol.

Ce plat connaît une variante plus raffinée, à base de consommé de volaille, de poireau et de poulet.

cock-a-leeckie

Préparer un consommé de volaille. Tailler en julienne des blancs de poireau (200 g pour 1 litre de consommé) ; les faire doucement étuver 15 min dans 20 g de beurre. Couper en julienne les blancs du poulet ayant servi à la préparation du consommé. Les ajouter à celui-ci avec le poireau et le poulet.

COCKTAIL Mélange d'un alcool et de différents éléments, en proportions variables – liqueur, jus de fruits, sirop, aromates... Il existe ainsi des recettes de base qui se déclinent selon l'alcool choisi (voir tableau).

Les cocktails sont nés aux États-Unis vers la fin du XIXe siècle, lorsque des alcools de qualité commencèrent à être mis en bouteilles. Ils firent leur apparition à Paris dans les années 1880, mais connurent surtout une grande vogue entre les deux guerres, époque où l'on vit s'ouvrir des bars célèbres dans toutes les capitales européennes. Les barmen, spécialistes de l'art du cocktail, baptisaient leurs créations de noms devenus classiques. Les cocktails sont divisés en short drinks et en long drinks : « boissons courtes » ou « boissons longues », selon qu'ils sont servis secs (dry) ou allongés d'eau ou d'un autre liquide.

■ **Préparation.** Elle nécessite toujours un matériel spécial : l'adjonction d'un « trait » ou d'un « jet » de liqueur ou de sirop se fait au stilligoutte. Le cocktail se prépare soit dans un shaker, soit directement dans le verre de dégustation. Pour le service, le verre peut être givré, décoré d'une rondelle de citron, d'une olive, d'une cerise confite, etc.

Le mélange est parfois complété au dernier moment par de la muscade râpée, du poivre ou du sucre. Le diablotin, petite cuillère à long manche, est souvent utile pour les mélanges. Bien entendu, pique-glace, chalumeaux, presse-agrume, siphon et assortiment de verres ballons, de chopes à whisky et de coupes font partie de l'équipement du bar.

Il existe aussi de nombreux cocktails sans alcool, les fruits ou les légumes pouvant se marier à l'infini.

LES GRANDS CLASSIQUES

alexandra

1/3 crème fraîche, 1/3 crème de cacao, 1/3 cognac ; au shaker.

americano

1/3 bitter Campari, 1/3 Rossi, 1/3 vermouth, zeste de citron.

arc-en-ciel

1/4 grenadine, 1/4 Marie-Brizard, 1/4 Veramint Ricqlès, 1/4 Chartreuse verte ; dans un verre à pousse, sans mélanger.

bacardi

3/5 rhum, 1/5 grenadine, 1/5 jus de citron ; au shaker.

beetween the sheets

1/3 cognac, 1/3 Cointreau, 1/3 rhum léger, zeste d'orange ; au shaker.

black velvet

1/2 stout, 1/2 champagne.

blue lagoon

1/3 curaçao bleu, 1/3 vodka, 1/3 jus de citron ; garnir d'orange, de citron et de cerises à l'eau-de vie.

Familles de cocktails

familles	définition	cocktails	verre utilisé
after dinners	mélange d'une liqueur et d'un alcool, ou mélange de deux liqueurs avec ou sans glace	B & B, rusty nail, black russian, stinger	verre à cocktail, verre à old fashioned
cobblers	long drink. Vin (porto, sherry, vermouth) ou eau-de-vie (cognac, gin, whisky), trait de sirop de sucre de canne, jus de citron, glace concassée et curaçao.	brandy cobbler, gin cobbler, whisky cobbler	grand tumbler
coladas	long drink préparé au shaker. Alcool (rhum, tequila, gin, cognac), jus d'ananas, crème de coco, décoré d'ananas et de cerises.	pinacolada, choco colada, italian colada, mexican colada	tumbler
collins	long drink rafraîchissant. Eau-de-vie (au choix), sucre, jus de citron, eau gazeuse ; décoré soit de citron, soit d'une cerise.	tom collins, vodka collins, pepito collins, jack collins, sandy collins, rhum collins	tumbler
coolers	long drink. Eau-de-vie, sucre ou sirop, jus de fruits, écorce entière de citron ou d'orange, ginger ale ou ginger beer, ou cidre, ou champagne.	gin cooler, vodka cooler	grand tumbler
cups	récipient avec tous les fruits de saison, sucre ou liqueur (curaçao, Cointreau, Grand Marnier, cognac), champagne ou vin, cidre ou soda	vermouth cup, Pimm's n° 1	tumbler et verre à Pimm's
daisies	boisson mi-longue préparée au shaker. Jus de grenadine, 1/2 jus de citron, alcool de base.	jack rose, panklady, clover club	double verre à cocktail
egg nogs	boisson chaude ou froide. Un œuf (ou jaune seulement), sucre, alcool de base, lait, muscade.	brandy egg nog, rhum egg nog, sherry egg nog	tumbler
fizzes	long drink préparé au shaker. Sucre, citron, alcool de base, blanc ou jaune d'œuf, soda.	gin-fizz, brandy-fizz, rhum-fizz, golden-fizz	tumbler
flips	boisson mi-longue chaude ou froide. Sucre, jaune d'œuf, vin (porto, sherry, vermouth) ou eau-de-vie (cognac, gin), noix de muscade.	porto flip, sherry flip, brandy flip	double verre à cocktail
grogs	servi chaud. Sucre (miel ou mélasse), alcool de base, eau bouillante, thé ou café, tranche de citron, clou de girofle.	grog	verre résistant à la chaleur (dit verre à punch)
highballs	alcool, eau gazeuse, plate ou tonic (ginger ale, ginger beer, coca cola, bitter lemon). Très populaire. Les plus connus : whisky soda et gin tonic.	whisky coca cola, cuba libre, vodka tonic, whisky ginger ale	tumbler
juleps	long drink. Menthe fraîche, sirop de sucre de canne, soda, whisky, scotch, bourbon, cognac, gin.	mint julep, mojito, rhum julep, champagne julep	tumbler
mulls	boisson chaude pour plusieurs personnes. Vin (porto, sherry, bordeaux), œufs entiers battus, aromates (vanille, cannelle, girofle, zestes de citron et d'orange). À faire frémir sans bouillir.	vin chaud	verre à punch (résistant à la chaleur)
old fashioned	petit morceau de sucre, Angustora bitter, eau gazeuse, alcool au choix, glace, décoré de tranches d'orange et de citron, cerise. Directement dans le verre.	bourbon old fashioned	verre à old fashioned
pousse-café	superposition de liquides de poids, de degrés et de couleurs différents, sans mélange pour obtenir une boisson qui charme le regard. Commencer par les alcools les plus lourds et les moins alcoolisés.	bleu-blanc-rouge	verre haut et étroit, avec une paille
punches	boisson mi-longue. Jus de fruits (citron, ananas, orange…), sucre ou sirop de canne, liqueur (marasquin, curaçao…), alcool au choix (rhum blanc ou brun). Peut être servi chaud ou froid.	tie punch (short drink), planter's punch (long drink)	verre à cocktail ou tumbler, verre à punch
sours	short drink préparé au shaker. Sucre, jus de citron ou de limette, alcool (gin, whisky, vodka, cognac).	whisky sour, amarello sour	verre à cocktail

bloody mary
1 boîte de jus de tomate, 1 trait de jus de citron, 2 traits de Worcestershire sauce, 3 traits de vodka, sel et poivre.

bronx
3/6 gin, 1/6 jus d'orange, 1/6 Cinzano rouge, 1/6 Cinzano dry ; au shaker.

bullshot
15 cl de bouillon de bœuf, 2 traits de Worcestershire sauce, 1 trait de jus de citron, 3 traits de vodka, poivre.

champagne cocktail
1 verre de champagne, 1 trait d'Angostura, 1 zeste de citron, 1 petit morceau de sucre.

champagne flip
1 verre de champagne, 1 jaune d'œuf battu, 1 zeste de citron ; poudrer de muscade râpée.

cherry blossom
1/2 cognac, 1/2 cherry brandy, 1 trait de curaçao, 1 trait de grenadine, 1 trait de jus de citron ; au shaker.

daiquiri
1/6 sirop de sucre de canne, 2/6 jus de citron, 3/6 rhum blanc et 1 cuillerée à soupe de glace pilée ; au shaker.

dry
1/3 vermouth blanc au maximum, 2/3 gin, 1 olive ; au verre à mélange.

maka
1/4 Campari, 1/4 vermouth doux, 1/4 vermouth dry, 1/4 gin glacé, tranche de citron, eau gazeuse.

manhattan
2/3 scotch, 1/3 Noilly, 2 traits d'Angostura, 2 traits de Cointreau, 1 zeste de citron, 1 cerise ; au shaker.

margarita
Jus de 1/2 citron vert, 1/3 triple-sec, 2/3 tequila ; au shaker ; servir dans un verre à champagne au bord trempé dans le sel.

mister callaghan
2/3 Cinzano dry, 1/3 apricot brandy, 2 traits d'Angostura.

negroni
1/3 gin, 1/3 Campari, 1/3 Cinzano rouge, 1 zeste de citron ; au verre à mélange.

punch marquise
1 litre de sauternes (ou d'un autre vin blanc liquoreux), 200 g de sucre fondu, 1 zeste de citron râpé enfermé dans un nouet avec 1 clou de girofle ; faire chauffer jusqu'à ce qu'il se forme une fine mousse blanche en surface ; verser dans un bol à punch, ajouter 2,5 dl de cognac et flamber.

rose
5/10 gin, 3/10 Noilly, 2/10 Cherry Rocher, 1 cerise ; au verre à mélange.

side car
1/3 jus de citron, 1/3 cognac, 1/3 Cointreau ; au verre à mélange.

spoutnik
2/3 vodka, 1/3 Cinzano dry, 1 oignon blanc.

vodka-fizz
1 cuillerée à soupe de sucre, 1 mesure de vodka, jus d'ananas, eau gazeuse.

LES CLASSIQUES SANS ALCOOL

lemon squash
1 citron pelé et coupé en quartiers, 2 cuillerées à café de sucre en poudre ; écraser dans le fond d'un grand verre pour extraire le jus ; ajouter des glaçons et terminer à l'eau gazeuse.

limonade
2 cuillerées à café de sucre en poudre, 1 jus de citron, 1 tombée de sirop de framboise ; dans un grand verre avec des glaçons ; terminer à l'eau gazeuse. En ajoutant 1 jaune d'œuf qui fait mousser, on obtient le golden limonade. Il existe bien d'autres mélanges possibles à partir de cette base.

LES COCKTAILS AUX FRUITS ET AUX LÉGUMES

arabella fizz
1/3 jus de citron, 1/3 jus d'orange, 1/3 jus de pomme, 1 blanc d'œuf, 1 tombée de sirop de grenadine ; au shaker ; terminer à l'eau gazeuse dans de grands verres.

cocabana
1 verre de jus d'ananas, 1 cuillerée de lait, 1 cuillerée de miel, 1 banane écrasée.

cocktail antillais
1/2 verre de jus d'orange, 1/2 verre de jus d'ananas, 1 cuillerée à café de sirop de menthe, 1 cuillerée à café de jus de citron, feuilles de menthe fraîche (directement dans le verre).

cocktail aux cinq fruits
1/2 verre de lait écrémé, 125 g de fraises équeutées, 125 g de framboises, le jus de 125 g de groseilles, le jus de 125 g de cassis, le jus de 1 orange, sucre en poudre à volonté (les jus de groseille et de cassis sont très acides) ; au mixeur.

cocktail complet
1 verre de jus d'ananas, 1 cuillerée de noix pilées, 1 cuillerée de levure de bière, 1 cuillerée de miel, 10 fraises des bois.

cocktail au concombre et à la tomate
Pulpe hachée de concombre et de tomate, jeunes et très frais, jus de citron (1/2 pour 1 concombre), 1 verre d'eau, sel, poivre, 1 soupçon de poivre de Cayenne ; au mixeur.

cocktail six légumes
Pulpe hachée de 5 carottes, 3 tomates, 5 oignons nouveaux, 3 branches de céleri, 1 navet nouveau, 1/2 poivron vert et 1 citron, sel, poivre, eau, feuilles de basilic (directement dans le verre) ; au mixeur.

jus de tomate aux épices
1 verre de jus de tomate, 1 cuillerée à soupe de jus de citron, 1 trait de Worcestershire sauce, 1 pincée de sel de céleri, un soupçon de muscade râpée, 1 pincée de sucre en poudre.

pinacolada sans alcool
6 doses de jus d'ananas, 2 doses de lait de coco ; au mixeur avec de la glace ; garnir d'une tranche d'ananas et d'une cerise.

punch aux fruits
3 oranges, 3 citrons, 2 pamplemousses, épluchés et pressés, 25 cl de jus d'ananas, 1/2 verre de jus de grenadine, 10 morceaux de sucre ; laisser macérer 1 heure avec les zestes des oranges et des citrons ; remuer ; ajouter des glaçons et 1 litre d'eau gazeuse.

prairie oyster
1 œuf, 1 cuillerée de Worcestershire sauce, 1 cuillerée à café de ketchup, 1/2 cuillerée à café de vinaigre, 1 pincée de poivre, 1 goutte de tabasco ; au mixeur, avec un peu de glace pilée.

pussy foot
2/3 jus d'orange, 1/3 jus de citron, 1 œuf, 1 tombée de sirop de grenadine ; au shaker.

COCKTAIL (HORS-D'ŒUVRE) Mot qui, en cuisine, désigne un hors-d'œuvre froid, fait d'ingrédients divers et d'une présentation décorative : cocktails de crevette, de homard, de melon, etc. On dit aussi « cocktail de fruits » pour macédoine (voir MACÉDOINE).

cocktail de crabe
Cuire 2 crabes au court-bouillon (tourteaux ou araignées), ou utiliser de la chair de crabe en boîte ou congelée (il en faut 400 g environ). Cuire 3 échalotes finement hachées dans un verre de vin blanc, en le faisant réduire complètement. Ajouter ces échalotes à une mayonnaise bien relevée, faite avec 1 jaune d'œuf, 1/4 de litre d'huile, 1 cuillerée à dessert de moutarde forte (blanche) et 1 cuillerée à soupe de vinaigre. Incorporer 1 cuillerée à soupe de ketchup et 1 cuillerée à soupe d'estragon haché. Rectifier l'assaisonnement avec du sel, du poivre et du poivre de Cayenne. Parfumer éventuellement avec 1 verre à liqueur de cognac. Mélanger intimement cette sauce avec la chair de crabe émiettée. Garnir 4 coupes de chiffonnade de laitue assaisonnée de vinaigrette. Y répartir le cocktail de crabe et réserver au frais. Pour servir, parsemer alors de feuilles d'estragon finement ciselées.

cocktail de crevette
Le préparer comme le cocktail de crabe. Compléter la décoration avec des quartiers de tomate, d'œuf dur et des grosses crevettes.

COCKTAIL (RÉUNION) Réception organisée à l'occasion d'un événement de la vie mondaine publique (inauguration, vernissage, etc.) ou privée (fiançailles, petite réception), où les invités restent habituellement debout pour boire du champagne, des alcools ou des jus de fruits en grignotant des amuse-gueule et des petits-fours. Le cocktail a généralement lieu en fin d'après-midi dans un lieu couvert, alors que la garden-party, réception similaire, se passe dans un jardin.

COCO Boisson rafraîchissante faite de bois de réglisse macéré dans de l'eau avec du jus de citron. Le coco doit son nom à sa ressemblance avec le « lait » de la noix de coco. Très populaire au XVIIIe et au XIXe siècle, il était vendu dans les rues et les jardins publics par le « marchand de coco », qui portait son tonnelet sur le dos et proposait le gobelet pour un ou deux sous.

COCOCHAS Partie inférieure de la mâchoire, ou double menton, du merlu, en langue basque. Pour cuisiner les cocochas, il faut choisir un gros poisson.

RECETTE DE CHRISTIAN PARRA,
L'AUBERGE DE LA GALUPE, À URT

cocochas en sauce verte
« Dans une casserole, cuire 1 kg de moules nettoyées avec 10 cl de vin blanc. Garder les moules pour une salade et filtrer délicatement le jus. Dans un plat en terre (une *cazuela* espagnole est idéale) posé sur petit feu, mettre 10 cl d'huile d'olive, 30 g d'oignon et 10 g d'ail haché fin, et cuire 15 min. Verser le jus de cuisson des moules et laisser réduire jusqu'à 1 cm du fond du plat. Ajouter 5 g de persil haché et 40 cocochas. Cuire de 3 à 4 min en remuant doucement le plat ; le jus doit bouillir et épaissir naturellement. Assaisonner éventuellement de sel (l'eau des moules est déjà salée) et d'un peu de piment rouge moulu. Servir immédiatement. »

COCOTTE Ustensile de cuisson rond ou ovale, à parois épaisses, généralement muni de deux poignées et d'un couvercle parfaitement assujetti, destiné aux cuissons lentes à court mouillement (daubes, braisés, estouffades, préparations dites « en cocotte » ou « à la bonne femme »).

L'origine de la cocotte remonte au début du XIXe siècle : c'est la version moderne de la braisière, adaptée à la cuisinière. Elle fut d'abord en fonte d'acier noire, matériau bon conducteur qui emmagasine et répartit bien la chaleur, mais présente l'inconvénient de casser et de rouiller.

Les cocottes actuelles, parfois appelées « coquelles », sont le plus souvent en fonte émaillée, mais peuvent être aussi en fonte d'aluminium (plus légère), en acier inoxydable (incassable, mais moins bon conducteur et plus onéreux), en cuivre (pour les petits modèles), en verre trempé (allant au four, mais ne supportant pas le contact direct avec la flamme ou la plaque électrique) ou en vitrocéramique (bon conducteur et d'entretien facile, sans les inconvénients du verre trempé).

Les plats « en cocotte », dits aussi « en casserole », demandent presque toujours un premier rissolage à feu vif avant de passer au mijotage ; il faut donc que le matériau, quel qu'il soit, résiste aux écarts de température et n'attache pas. Pour assurer un échauffement plus doux, certains fonds sont rainurés, mais les plaques électriques demandent un fond plat. Enfin, certaines cocottes disposent d'un couvercle creux prévu pour qu'on y verse de l'eau froide, ce qui provoque une condensation interne, évitant le dessèchement des aliments soumis à la cuisson.

► **Recettes** : BÉCASSE, ŒUF EN COCOTTE.

CŒUR Abat rouge des animaux de boucherie (**voir** tableau des abats page 10). Le cœur d'un bœuf de 300 kg pèse environ 2,8 kg ; celui d'un veau de 100 kg, environ 900 g ; celui d'un agneau de 18 kg, environ 130 g.

À l'achat, le cœur doit être rouge vif et ferme. Débarrassé des fibres dures et des caillots de sang qu'il contient encore, ce muscle dépourvu de graisse, peu coûteux, peut être excellent malgré son manque de réputation gastronomique.

Le cœur de bœuf se mange rôti ou braisé, éventuellement farci ; il peut aussi être détaillé en cubes et grillé en brochettes (comme dans l'*anticucho*, plat populaire au Pérou).

Le cœur de génisse, plus tendre, est plus apprécié.

Le plus savoureux est le cœur de veau, également rôti ou poêlé en tranches.

Le cœur de porc, d'agneau et de mouton s'apprête plutôt en ragoût ou en civet.

Les cœurs de volaille sont grillés en brochettes, utilisés en terrine, hachés, ou incorporés à des salades, juste raidis dans du beurre.

RECETTE DE RAYMOND OLIVER

cœur de bœuf en matelote

« Fendre 1 cœur de bœuf en deux et le faire dégorger à l'eau froide en retirant sang et nerfs ; laver, essuyer. Couper le cœur en gros dés et faire mariner ceux-ci pendant 6 heures au moins avec du sel, du poivre, du thym, du laurier, des clous de girofle et du vinaigre. Faire dorer les morceaux égouttés dans une cocotte, avec 20 g de beurre et 100 g de lard de poitrine coupé en dés. Ajouter 15 petits oignons et faire dorer. Saupoudrer d'une cuillerée à soupe de farine et remuer à la cuillère de bois. Mouiller à hauteur de bon vin rouge. Saler, poivrer, ajouter 1 bouquet garni et 1 gousse d'ail, laisser mijoter doucement 3 heures. Une demi-heure avant la fin de la cuisson, ajouter quelques lardons et une quinzaine de champignons (sauvages si possible). Retirer le bouquet garni et servir très chaud. »

cœur de veau en casserole à la bonne femme

Nettoyer le cœur, le saler, le poivrer et le faire revenir au beurre dans une cocotte (traditionnellement une casserole en terre). Ajouter des pommes de terre tournées en gousses, des petits oignons glacés et des lardons maigres, blanchis et rissolés au beurre. Cuire 30 min à petit feu.

cœur de veau farci

Nettoyer le cœur, le saler, le poivrer. L'emplir d'une farce fine (ou d'une farce de champignon). L'envelopper dans un morceau de crépine de porc ; ficeler. Le dorer au beurre dans une cocotte, puis mettre 1 heure au four préchauffé à 230 °C. Tenir le cœur au chaud sur le plat de service, entouré des légumes choisis (carottes, navets et oignons glacés ou printanière de légumes, par exemple). Déglacer la cocotte au vin blanc, faire réduire ; ajouter 1 cuillerée à soupe de beurre manié. Verser la sauce sur le cœur et servir très chaud.

cœur de veau grillé en brochettes

Nettoyer le cœur et le tailler en gros cubes. Nettoyer des petits champignons de Paris. Faire macérer cœur et champignons dans mélange d'huile d'olive, de jus de citron, d'ail et de persil haché, de sel et de poivre. Garnir des brochettes avec les cubes de cœur et les champignons alternés. Terminer chaque brochette par une toute petite tomate cerise ou olivette. Bien griller sur feu vif.

cœur de veau sauté

Nettoyer le cœur et le détailler en escalopes fines. Saler et poivrer. Faire sauter vivement au beurre brûlant dans une poêle ; égoutter, tenir au chaud. Dorer dans le même beurre des champignons escalopés et les ajouter aux tranches de cœur. Déglacer la poêle au madère, faire réduire, ajouter 1 cuillerée à soupe de beurre et napper le plat.

cœurs d'agneau à l'anglaise

Nettoyer les cœurs et les couper en tranches épaisses. Saler, poivrer, fariner les tranches et les cuire vivement au beurre, dans une poêle. Les dresser dans le plat de service chaud. Déglacer la poêle avec un peu de madère et de Harvey sauce ; verser sur les cœurs. Parsemer de persil ciselé. (En Angleterre, on prépare de cette manière la totalité de la fressure, foie, cœur, rate et poumons, les deux derniers étant préalablement blanchis.)

CŒUR DE NEUFCHÂTEL Fromage normand de lait de vache (45 % de matières grasses), à pâte molle et à croûte fleurie, blanche et duveteuse. Le cœur de Neufchâtel se présente sous la forme d'un cœur pesant de 160 à 300 g, et sa pâte souple a une saveur astringente et fruitée.

COGNAC Eau-de-vie de vin élaborée autour de Cognac, petite ville de la Charente.

■ **Histoire.** La distillation du vin commença tardivement dans cette région, qui, jusqu'au XVIIe siècle, vécut de la vente des vins et du sel à des clients hollandais et hanséatiques. Mais une soudaine désaffection pour les vins des Charentes, due à une baisse de qualité et à la concurrence nouvelle des vins de Bordeaux, contraignit les viticulteurs à en faire de l'alcool. La distillation, considérée au début comme un pis-aller, se généralisa, et l'eau-de-vie de la région de Cognac acquit très vite une exceptionnelle réputation de qualité, due à un climat et à des sols qui lui étaient fort propices.

Aujourd'hui, le cognac provient exclusivement de vins blancs issus de cépages sélectionnés (colombard, saint-émilion des Charentes), récoltés et distillés dans une région délimitée qui ne couvre que deux départements (Charente et Charente-Maritime).

Les six grandes régions d'appellation existantes correspondent à des qualités différentes. La « Grande Champagne » (autour de Cognac et de Segonzac) produit les eaux-de-vie les plus fines, délicates et parfumées. La « Petite Champagne » (qui enserre la précédente au sud-ouest et à l'est) donne des eaux-de-vie moins subtiles, au vieillissement plus rapide. La production des « Borderies » (au nord de la Grande Champagne) est plus « ronde », plus douce. En couronne autour de ces trois zones, les « Fins Bois », les « Bons Bois » et les « Bois ordinaires » donnent des eaux-de-vie plus rustiques, rarement commercialisées sous le nom de leur région d'appellation. Une dénomination particulière, « fine champagne », correspond à un mélange des deux premiers crus, avec au moins 50 % du premier.

■ **Fabrication.** Le cognac est une eau-de-vie résultant d'une double distillation, effectuée dans un alambic à repasse, appelé « alambic charentais ». Les vins, avec leur lie, sont passés une première fois dans la chaudière : le « brouillis » obtenu titre environ 30 % Vol. ; distillé à nouveau, il donne la « bonne chauffe » ; le distillateur élimine alors les alcools de début et de fin de distillation, pour ne garder que le « cœur » de l'eau-de-vie, la « fleur de la vigne ». Il faut 9 litres de vin blanc pour obtenir 1 litre de cette eau-de-vie claire, odorante, mais rude et peu agréable au goût, qui titre 70 % Vol. et doit ensuite vieillir pendant plusieurs années. La maturation se fait dans des fûts fabriqués avec du bois de chêne des forêts du Limousin et de Tronçais, vieilli naturellement au soleil. Jusqu'à 5 ans, le cognac est jaune pâle, avec un léger goût de vanille ; entre 5 et 10 ans, sa couleur s'intensifie et son goût s'affirme ; jusqu'à 30 ans, la diminution progressive du degré alcoolique et la formation de sucre l'adoucissent. Il faut 50 ans pour que la teneur en alcool descende naturellement des 70 % Vol. initiaux aux 40 % Vol. qui conviennent pour la consommation. On réduit donc artificiellement cette teneur en ajoutant de l'eau distillée. Le vieillissement du cognac coûte cher : chaque année, la quantité d'eau-de-vie évaporée (que l'on appelle la « part des anges ») est évaluée à plus de vingt millions de bouteilles.

Le cognac, jamais commercialisé avant deux ans, est alors vendu sous l'appellation « Trois Étoiles ». Ensuite, « VO », « VSOP » et « Réserve » correspondent à cinq ans de vieillissement ; « Napoléon », « Extra » et « Vieille Réserve », à six ans ou plus. En réalité, les différentes qualités vendues résultent d'assemblages d'eaux-de-vie d'âges et de crus différents : de vieilles eaux-de-vie (dix, vingt ou trente ans, voire plus) sont mêlées à des produits moins âgés, l'âge du mélange étant toujours celui du cognac le plus jeune.

Les bouteilles ont des contenances et des noms différents : mignonnette (de 3 à 6 cl) ; fiasque (de 16 à 18 cl et 35 cl) ; bouteille (70 cl), avec des formes diverses ; magnum (2, 4 ou 6 bouteilles).

■ **Dégustation.** En France, il est d'usage de servir le cognac dans un verre ballon ou tulipe et de le tiédir en le faisant tourner lentement dans la paume de sa main, afin qu'il développe la palette de tous ses arômes, même si certains amateurs le préfèrent frais.

Lorsqu'il est bu comme digestif après le repas de midi, on le choisit vieux, mais avec un bouquet frais et délicat, tandis que celui du dîner peut être plus velouté, plus parfumé.

Le cognac se boit pur dans la plupart des régions d'Europe, mais il est également consommé en long drink dans les pays anglo-saxons. Ainsi, en Grande-Bretagne, premier marché du cognac (souvent appelé *brandy*), on le sert parfois allongé de *ginger ale* ; aux États-Unis, on le retrouve dans de nombreux cocktails ; au Canada, on l'additionne d'eau de Vichy glacée ; en Extrême-Orient, il est courant de le servir « nature », au cours d'un repas.

Le cognac apporte aussi son bouquet incomparable en cuisine, en pâtisserie et en confiserie : plats en sauce, apprêts flambés et macérations (chocolats, crêpes, fruits à l'alcool, lapin en cocotte, poulet en fricassée, sabayons).

COIGNARDE Sorte de confiture de la Suisse romande, préparée avec des coings coupés en morceaux qui cuisent longuement dans du jus de pomme ou de poire concentré jusqu'à donner une masse épaisse et foncée. La coignarde se consomme telle quelle ou avec des pommes de terre en robe des champs ; elle sert aussi à confectionner des gâteaux.

COING Fruit du cognassier, arbre de la famille des rosacées. Arrondi ou piriforme, jaune et recouvert d'un fin duvet à maturité, il dégage une odeur forte, et sa chair dure, très âpre quand elle est crue, est riche en tanin et en pectine.

Cultivé dans l'est de la France, le coing est disponible sur le marché en automne. Il est peu calorique (33 Kcal pour 100 g). Aujourd'hui, toujours additionné de sucre, il sert essentiellement à préparer des compotes et des

gelées, ainsi que du ratafia et des pâtes de fruits. En Orient, on le mange également salé, farci comme le poivron ou dans des tajines et des ragoûts, voire pour accompagner des volailles rôties (caille, poulet).

Originaire du Caucase et de l'Iran, le coing, ou « poire de Cydonie », déjà très apprécié des Grecs (qui l'évidaient, l'emplissaient de miel et le faisaient cuire enrobé de pâte), est connu en France depuis des siècles. Il n'a pas seulement été employé en cuisine (ses pépins, par exemple, servaient en parfumerie et en médecine).

coings au four

Beurrer largement un plat allant au four. Peler 4 coings bien mûrs et les évider au vide-pomme sans les transpercer. Mélanger 1 dl de crème fraîche à 65 g de sucre semoule et verser ce mélange dans les creux. Poudrer les fruits avec 130 g de sucre, enfourner à 220 °C et cuire 30 à 35 min en arrosant plusieurs fois.

côtelettes de marcassin aux coings → MARCASSIN
cotignac (pâte de coing) → COTIGNAC
pâte de coing → PÂTE DE FRUIT
selle de sanglier, sauce aux coings → SELLE

COING DU JAPON Fruit du cognassier du Japon, buisson d'ornement de la famille des rosacées, aux grappes de fleurs rouges. Les coings du Japon se présentent comme des baies verdâtres, ovoïdes, qui donnent un jus riche, au goût de citron. Très durs, ils apparaissent en automne et ne sont pas commercialisés. Ils ne sont consommables que cuits, essentiellement en gelée, mélangés avec des pommes (1,5 kg de coings du Japon pour 500 g de pommes).

COINTREAU Liqueur d'écorces d'oranges amères, fabriquée depuis 1849, date à laquelle les Angevins Adolphe et Jean-Édouard Cointreau imaginèrent de faire macérer ces écorces dans de l'eau-de-vie pour élaborer, selon une formule exclusive, une liqueur appelée « triple sec ».

Le Cointreau se prépare aussi avec des oranges douces de la côte méditerranéenne. Les écorces macèrent d'abord une nuit dans de l'eau-de-vie, puis le mélange est distillé pour donner un alcoolat de 80 % Vol., dont on ne garde que le « cœur ». Redistillé, l'alcool d'orange obtenu permet d'élaborer un nouvel alcoolat par séparation des huiles et essences aromatiques les plus lourdes. Celui-ci est enfin additionné de sucre, d'alcool pur et d'eau pour le ramener à 40 % Vol. Servi dans un verre à dégustation sur glace, le Cointreau est utilisé dans de nombreux cocktails (margarita, side car).

COLA OU **KOLA** (NOIX DE) Fruit du kolatier, de la famille des sterculiacées, arbre d'Amérique du Sud et d'Afrique, où il est largement consommé comme stimulant. Sa teneur en caféine est analogue à celle du café, mais son action tonique est moins brutale et plus prolongée.

Aux États-Unis et en Europe, le cola est utilisé en biscuiterie et surtout pour la fabrication de boissons gazeuses, également appelées « colas ». Celles-ci, non alcoolisées, à base d'extraits naturels de fruits et de plantes, se boivent frappées, parfois allongées de jus de citron, et interviennent dans certains cocktails (en particulier avec du whisky ou du rhum).

COLBERT Nom donné à un apprêt de poisson, dont on a ôté les arêtes et qui est pané à l'anglaise, puis frit et servi avec un beurre composé (maître d'hôtel ou Colbert). Le beurre Colbert accompagne également viandes et poissons grillés, huîtres frites et œufs mollets. Quant à la sauce Colbert, elle accompagne aussi bien les légumes que les viandes et les poissons grillés. Enfin, le nom de Colbert est attaché à un consommé de volaille (garni de petits légumes tournés et de très petits œufs pochés), à des œufs et à un entremets aux abricots.

▶ **Recettes** : LAITUE, ŒUF MOLLET, SAUCE, SOLE.

COLCANNON Plat irlandais très populaire, fait d'une purée de pomme de terre et de chou vert, additionnée de beurre ou de lait et bien relevée avec de la ciboule hachée, du persil et du poivre.

COLÈRE (EN) Se dit d'un apprêt du merlan frit entier, présenté la queue glissée entre les dents, dressé sur papier gaufré, avec du persil frit et des quartiers de citron, et servi avec de la sauce tomate en saucière.

▶ **Recette** : MERLAN.

COLETTE (SIDONIE GABRIELLE) Femme de lettres française (Saint-Sauveur-en-Puisaye 1873-Paris 1954). Élevée aux confins de la Bourgogne et du Nivernais, elle avait gardé un amour durable pour la campagne et les choses de la nature, et excellait à décrire les plaisirs de la table. Dans ses romans et ses récits, elle raconte comment elle chassait la truffe dans le Lot en tenant en laisse une petite truie et note au fil des pages de véritables recettes, telle celle du poulet à la cendre, restant toujours attentive au plaisir des sens.

On appelle parfois « vin de Colette » un vin d'orange servi en apéritif dans le Midi.

COLIN Nom courant du merlu (voir planche des poissons de mer pages 820 et 821). Le colin est employé dans de nombreuses recettes classiques de la cuisine bourgeoise (colin froid mayonnaise, filets de colin Bercy, à la florentine, etc.) et figure souvent sur les menus des restaurants.

L'utilisation commerciale du vocable « colin » pour désigner d'autres poissons marins ronds à chair blanche est autorisée, à condition que le nom français officiel de l'espèce soit également mentionné.

colin à la boulangère

Saler et poivrer un morceau de colin de 1 kg, prélevé au milieu du poisson. Beurrer un plat à gratin, y placer le colin, l'arroser de beurre fondu. Émincer en rondelles très fines 750 g de pommes de terre et 200 g

d'oignons. Les disposer autour du poisson. Saler, poivrer, parsemer de thym et de laurier en poudre. Arroser de 30 g de beurre fondu. Cuire de 30 à 35 min au four préchauffé, en arrosant souvent. Parsemer de persil ciselé et servir dans le plat de cuisson.

tranches de colin à la duxelles
Nettoyer et hacher 500 g de champignons de Paris et 2 échalotes. Incorporer 1 cuillerée à soupe de jus de citron, mélanger. Chauffer 20 g de beurre, ajouter le hachis et cuire 5 min à feu vif. Beurrer un plat à gratin, le masquer de duxelles de champignon et y disposer 4 tranches de colin. Mouiller de 1 verre de vin blanc et de 1 verre de court-bouillon. Ajouter 30 g de beurre en parcelles, du sel, du poivre et 1 bouquet garni. Mettre 25 min au four préchauffé à 245 °C, en arrosant plusieurs fois d'un peu d'eau. Égoutter les tranches et les tenir au chaud. Faire réduire la cuisson, puis remettre le colin dans le plat, napper de crème et poursuivre la cuisson 5 min.

RECETTE D'ANTONIN CARÊME

colle de poisson clarifiée pour entremets
« Prenez une once six ou douze gros (46 g environ) de colle en feuille ; après l'avoir coupée par petites parties, vous la lavez, la mettez dans un moyen poêlon d'office avec huit verres d'eau filtrée et deux onces (62 g environ) de sucre. Placez-la sur le feu. Aussitôt qu'elle est en pleine ébullition, vous placez le poêlon sur l'angle du fourneau de façon que l'ébullition soit toujours forte. Vous avez soin d'ôter l'écume à mesure qu'elle paraît et, lorsque la réduction vous donne un bon verre de colle, vous la passez dans le coin de la serviette, au-dessus d'un vase bien propre. La belle clarification du sucre et de la colle peut être considérée comme l'âme de la réussite des jolies gelées de fruits et de liqueurs. »

COLIN DE VIRGINIE Variété de perdrix, de la famille des phasianidés, originaire d'Amérique du Nord et très répandue dans certaines zones d'Afrique tropicale. Récemment introduit en France, le colin de Virginie est inscrit sur la liste des espèces dont la chasse est autorisée ; il fait depuis peu l'objet d'un élevage. Ressemblant à la caille, il se prépare comme elle.

COLISÉE (LE) Vaste établissement bâti en 1770 à proximité de l'actuel rond-point des Champs-Élysées, à Paris. Pouvant accueillir des milliers de personnes, il comprenait quatre cafés, des salles de danse, une pièce d'eau, des galeries marchandes, un restaurant à prix fixe et des petits jardins intérieurs. Ce « complexe de loisirs » avant la lettre connut un vif succès, et Marie-Antoinette y vint à deux reprises ; mais, trop vaste et mal géré, *Le Colisée* fit faillite et fut démoli en 1780, laissant son nom à une rue.

COLLAGE Mode de clarification traditionnel des vins, qui sont débarrassés des particules en suspension par l'introduction d'un produit coagulant, blancs d'œuf battus en neige lorsqu'il s'agit de grands crus, sang de bœuf, gélatine ou bentonite (argile) pour les vins moins nobles. La « colle », mélangée au vin dans un fût ou une cuve, se dépose lentement au fond, en entraînant toutes les impuretés qui troublent le vin. Cette opération est suivie d'un soutirage.

COLLATION Repas léger que les catholiques prenaient les jours de jeûne. Dans la langue moderne, la collation est un repas rapide, souvent pris en dehors des heures de repas habituelles, par exemple au retour du travail, mais qui peut être relativement consistant.

COLLE Gélatine ramollie à l'eau, que l'on fait dissoudre dans certaines préparations salées ou sucrées pour leur donner de la consistance. Le mot s'applique aussi à la gelée fondue ajoutée à certaines sauces froides (mayonnaise, par exemple).

COLLIER OU **COLLET** Morceau de boucherie correspondant au cou des animaux (voir planches de la découpe des viandes pages 22, 128, 129, 839 et 1083. La réglementation a retenu cette dénomination pour le bœuf, le veau et le mouton, mais on emploie aussi le terme « collet ». Le collier a pour base osseuse les sept vertèbres cervicales.

Chez le bœuf, il se compose de la veine maigre, de la veine grasse et d'une partie de la griffe. En cuisine, il est surtout utilisé pour les préparations à cuisson lente : braisés, pot-au-feu, sautés, bœuf mode (parfois lardé), carbonades.

Chez le veau, le collier est presque toujours commercialisé désossé et sert à la préparation de rôtis (« en cocotte »), de sautés, de blanquettes.

Chez le mouton et l'agneau, il entre, non désossé, dans la préparation des sautés et des navarins. Chez le porc, le collier est appelé « échine ».

Chez les volailles, le cou fait partie des abattis ; celui de l'oie et du canard donne lieu à une préparation farcie.

▶ **Recette** : PORC.

COLLIOURE Vin AOC rouge et rosé du Roussillon, bien corsé et généreux, produit sur le même terroir que le banyuls. Le collioure, principalement issu du cépage grenache noir, est un vin fruité, sec, corsé et généreux, qui mûrit en fût et doit attendre le mois de juillet qui suit la récolte pour être commercialisé (voir ROUSSILLON).

COLLYBIE Nom générique de très nombreuses espèces de champignons lamellés, de taille modeste, parfois très réduite, à texture molle, putrescible. Seule la collybie patte-de-velours, aujourd'hui appelée « flammuline à pied velouté » , a un intérêt culinaire, et seulement pour son chapeau. Connue, cultivée et consommée depuis très longtemps en Extrême-Orient, elle est en revanche riche en vitamines, en phosphore et en potassium.

COLOMBIE La cuisine colombienne est très abondante et très consistante. Les Colombiens sont en effet de gros mangeurs : œufs brouillés avec tomates et oignons au petit déjeuner, tamales et empanadas tout au long de la journée.

Les repas sont souvent construits autour de potées complètes, comme l'*ajiaco*, qui associe viande ou volaille, maïs, pommes de terre et avocat, le tout relevé de piment, ou le *sancocho*, à base de viande ou de poisson et servi avec du manioc et des bananes vertes. Des galettes de maïs, les *arepas*, servent de pain. La noix de coco, très répandue, se retrouve aussi bien dans les plats salés que dans les préparations sucrées. Les fruits tropicaux, papayes et fruits de la Passion, côtoient fraises et oranges.

COLORANT Additif destiné à modifier la couleur d'un produit alimentaire industriel ou d'un mets cuisiné, dans sa masse ou en surface (voir ADDITIF ALIMENTAIRE). La confiserie et la pâtisserie, les produits laitiers et les boissons sont les branches où les colorants, naturels ou synthétiques, sont le plus employés.

L'emploi des colorants en alimentation n'est pas nouveau. Au Moyen Âge, la coloration du beurre avec des fleurs de souci était déjà réglementée. Quant aux plats cuisinés, on connaît l'usage du safran, du vert d'épinard ou du caramel depuis la plus haute Antiquité. Aujourd'hui, la loi est très précise et impose notamment que la présence de colorants soit mentionnée sur le conditionnement.

■ **Colorants naturels.** Ils sont presque tous d'origine végétale, sauf la cochenille, ou carmin (E 120), la riboflavine jaune (E 101), tirée du lait, du blé, du foie ou des œufs, le caramel (E 150) et le charbon végétal (E 153). Parmi les autres, citons :

• JAUNE. La curcumine (E 100), extraite du curcuma, pour boissons, moutardes, charcuteries, produits laitiers.

• JAUNE/ROUGE. Les caroténoïdes (E 160, a, b, c, bixine, rocou, capsanthine, capsorubine), extraits de la carotte, de la tomate, du paprika, pour beurres, fromages, glaces, sirops, liqueurs, confiserie ; les xanthophylles (E 161), extraites d'algues et de champignons, pour beurres, fromages, confitures, boissons, potages, bonbons.

• ROUGE. Le rouge de betterave (E 162), composé de racines de betterave bouillies.

• VIOLET. Les anthocyanes (E 163), extraites de l'aubergine, du cassis, du chou rouge, pour glaces, sirops, huiles, charcuteries.

• VERT. La chlorophylle et ses dérivés (E 140), pour moutardes, boissons, légumes en conserve, potages, salaisons, confitures.

■ **Colorants synthétiques.** Les colorants azoïques, presque tous rouges, constituent le groupe le plus important : azorubine (E 122), amarante (E 123), rouge cochenille A (E 124), pigment rubis (E 180, uniquement pour les croûtes de fromage) ; dans le même groupe, on trouve le noir brillant (E 151) et la tartrazine (E 102, jaune, pour les poissons séchés, en particulier). Le bleu patenté V (E 131) et le vert brillant (E 142) dérivent du triphénylméthane ; le rouge érythrosine (E 127) dérive du xanthène, et l'indigotine (E 132), de l'indigo.

Les colorants de surface sont principalement le carbonate de calcium (E 170), le bioxyde de titane (E 171), des oxydes de fer (E 172), l'aluminium, l'argent et l'or (E 173, 174 et 175).

COLORER Rehausser ou changer la couleur d'une préparation (crème, appareil, sauce, etc.) à l'aide d'un colorant naturel (vert d'épinard, jus de betterave, caramel, concentré de tomate, corail de crustacé, etc.).

Colorer une viande, c'est la caraméliser en surface en la saisissant à feu vif dans un corps gras ou en la soumettant à une chaleur rayonnante.

COLRAVE Nom utilisé dans certaines régions de la Suisse romande pour désigner le chou pommé. Il en existe des variétés aplaties, rondes et convexes, de couleur blanc verdâtre, vert foncé et bleu-violet.

COLVERT Canard sauvage migrateur, de la famille des anatidés, devenu de plus en plus sédentaire et que l'on rencontre facilement, jusque dans les grandes villes (voir tableau des gibiers page 523).

Le mâle adulte (malart) possède un plumage multicolore : la tête et le cou sont vert foncé avec des reflets bleutés et souvent un anneau blanc à la base du cou ; le dos est bleu métallique, la gorge rousse et le ventre blanc grisâtre ; les ailes sont bleu cendré.

La femelle (bourre), un peu plus petite, a un plumage beige plus ou moins foncé, comme celui du jeune (halbran).

Le colvert s'apprête comme le canard ou le canard sauvage (voir CANARD, CANARD SAUVAGE).

▶ **Recette** : CANARD SAUVAGE.

COLZA Plante oléagineuse de la famille des crucifères, largement cultivée en France avant l'introduction de l'huile d'arachide et qui connaît actuellement un regain d'intérêt avec l'apparition de nouvelles variétés. Ses graines sont riches en huile, mais doivent être débarrassées de leurs composants toxiques.

L'huile de colza (voir tableau des huiles page 568) ne supporte pas les fortes chaleurs, mais elle a des qualités diététiques, se conserve bien et reste liquide jusqu'aux environs de 0 °C. Les tiges florales peuvent se manger avant la floraison, comme les brocolis.

COMINÉE Nom donné au Moyen Âge aux mets dans lesquels entrait le cumin, épice souvent utilisée à cette époque pour relever les potages et les plats de volaille ou de poisson.

Dans la seconde moitié du XIVe siècle, le *Viandier* de Taillevent donne la recette des cominées d'amandes (sorte de velouté de volaille au verjus, additionné d'amandes mondées, de gingembre et de cumin), de géline (c'est-à-dire de poule) et d'esturgeon (en morceaux bouillis à l'eau, avec du cumin et des amandes).

▶
Colombie. Dans le village de Silvia.
Un client prend son repas dans un petit restaurant typique du pays.


EL PUEBLO
AGENCIA

RECETTE ANCIENNE

cominée de gélines

« Si vous voulez faire cominée de gélines, prenez les gélines et cuisez-les en vin et eau, et faites bouillir et cueillez la graisse et tirez les gélines, et après, prenez moyeux (jaunes) d'œuf. Vous les battez, et défaites le bouillon (diluez avec la cuisson des gélines) et y mettez du cumin et mettez le tout ensemble. »

COMMIS Jeune débutant dans la profession de la restauration. Quand il entre dans cette fonction, il vient de terminer son apprentissage, sanctionné par un certificat d'aptitude professionnelle ou un autre diplôme. Il poursuit ensuite son perfectionnement général, pratique et technique, guidé par les conseils de professionnels (voir BRIGADE DE CUISINE).

Le commis de cuisine effectue les travaux préliminaires (épluchage et taillage des légumes, habillage de poissons, de volailles, bridage, confection d'appareils simples, de jus...). Il se trouve sous les ordres du chef de partie.

Le commis de salle, ou garçon de salle, assure, sous les ordres du chef de rang, le service et le débarrassage des plats, la propreté des couverts et des assiettes, le nappage et le dressage des tables.

Le commis d'office, ou étager, aide aux réalisations d'office : il compose les salades, prépare quelques sauces froides simples, découpe certains mets, dispose les fromages sur les plateaux, veille au service du pain et entretient l'argenterie.

Le commis sommelier aide le sommelier dans son travail de cave, prépare les verres et, après la commande d'un vin, en assure le service.

Le commis participe en fait à toutes les étapes de la vie d'une cuisine. Il pourra ensuite se présenter à divers examens professionnels et participer à des concours culinaires qui lui permettront de progresser.

COMMODORE Se dit d'une garniture très élaborée pour grosses pièces de poisson poché, associant petites cassolettes garnies de queues d'écrevisse, quenelles en farce de merlan au beurre d'écrevisse et moules à la Villeroi, la sauce étant une sauce normande au beurre d'écrevisse.

Le consommé commodore, à base de poisson, est lié en fin de préparation à l'arrow-root, garni de clams pochés, coupés en morceaux, et de tomates en dés cuites dans le consommé.

COMPLÉMENTATION Opération consistant à rajouter certains constituants dans des produits agroalimentaires, généralement des vitamines ou des minéraux. On parle d'aliments « garantis en » ou « restaurés en » lorsque certains éléments détruits en cours de fabrication leur sont restitués.

Les aliments sont dits « enrichis en » lorsque différents éléments leur sont ajoutés en grande quantité. Ils peuvent aussi être « complémentés en » ou « supplémentés en » : c'est le cas des produits laitiers, des céréales et des jus de fruits.

COMPOSANTS AROMATIQUES Molécules volatiles contenues dans un vin, qui forment son bouquet. Elles ne sont perçues qu'à la phase gazeuse, par voie nasale directe (odeur) et par voie rétronasale (goût). Les composants aromatiques sont habituellement classés en trois catégories : les arômes primaires, qui correspondent à la carte d'identité du cépage ; les arômes secondaires, qui apparaissent lors de la fermentation alcoolique ; les arômes tertiaires, appelés aussi « arômes de vieillissement » ou « arômes d'oxydoréduction ».

Les vins sont également classés par familles aromatiques : arômes de fleurs, de fruits frais, de fruits secs, de végétaux, de senteurs boisées, de senteurs animales, d'épices, balsamiques (goudrons, camphre), chimiques (iode, vinaigre...), empyreumatiques (café, caramel, cacahouète, fumé...).

COMPOTE Préparation de fruits, frais ou secs, cuits entiers ou en morceaux dans un sirop de sucre peu concentré.

Avec des fruits frais, la cuisson s'effectue par pochage au sirop, à petit feu ou à ébullition vive. Une même compote peut se composer de plusieurs espèces de fruits différentes. Elle se sert telle quelle, tiède ou frappée, avec de la chantilly, poudrée de cannelle ou de sucre vanillé, et avec des biscuits secs. On la trouve aussi dans des préparations plus élaborées (coupes glacées et bavarois, en particulier), ou dans des pâtisseries ou des entremets (chausson, tarte, charlotte). Les fruits secs doivent tremper plus ou moins longtemps dans de l'eau froide ou tiède, additionnée éventuellement d'un alcool (kirsch, rhum, armagnac) ou de thé, avant de cuire dans le sirop.

Que les fruits soient frais ou secs, le sirop de cuisson (ou la compote elle-même) est souvent diversement parfumé : vanille, zeste de citron ou d'orange, cannelle en poudre ou en écorce (pour le sirop), clous de girofle, poudre d'amande, noix de coco râpée, fruits confits, raisins secs.

On appelle également « compote » un apprêt de volaille désossée (pigeon, perdreau), voire de lapin, ayant subi une cuisson à feu doux et prolongée dans un roux, avec des petits oignons et du lard, au terme de laquelle les chairs se défont complètement (voir PIGEON). Les oignons et les poivrons peuvent aussi être réduits en compote, ou « compotés ».

compote d'abricots étuvés

Ranger des moitiés d'abricot dans un plat à rôtir. Les poudrer de sucre et les cuire 20 min au four préchauffé à 180 °C. Dresser dans un compotier.

compote d'airelle

Faire bouillir 5 min dans 2 dl d'eau 500 g de sucre semoule et le zeste râpé de 1/2 citron. Ajouter 1 kg d'airelles lavées et égrappées. Cuire 10 min à feu vif, puis sortir les fruits avec une écumoire et les mettre dans un compotier. Faire réduire le sirop d'un tiers si la compote doit être consommée tout de suite ou de la moitié si elle doit attendre quelques jours. Verser le sirop sur les fruits ; réserver une heure au moins au frais.

compote de cerise
Mouiller 300 g de sucre en poudre de 1/2 verre d'eau et cuire au « gros boulé ». Y mettre 1 kg de cerises dénoyautées, couvrir et cuire très doucement pendant 8 min. Égoutter les fruits et les verser dans un compotier. Ajouter au sirop 1 verre à liqueur de kirsch, mélanger. Verser sur les cerises et laisser refroidir.

compote de figue sèche
Faire tremper les figues dans de l'eau froide jusqu'à ce qu'elles se soient réhydratées. Préparer un sirop (densité 1,1995) composé d'un volume égal de vin rouge et de zestes de citron finement râpés. Plonger les figues dans ce mélange bouillant et cuire très doucement de 20 à 30 minutes.

compote de fraise
Laver les fraises, les éponger, les équeuter. Les dresser, sans les cuire, dans un compotier et les arroser de sirop (densité 1,1159) bouillant et parfumé (à l'orange, par exemple).

compote de marron
Fendre des marrons sur tout le tour en entamant les deux enveloppes en même temps. Les plonger 5 min dans de l'eau bouillante et les éplucher encore chauds. Les mettre dans un sirop parfumé à la vanille (densité 1,1609) et cuire doucement 45 min environ. Verser marrons et sirop dans un compotier, laisser refroidir et mettre dans le réfrigérateur avant de servir.

compote de mirabelle
Dénoyauter les mirabelles sans les séparer en deux. Les plonger dans un sirop bouillant (densité 1,1425) et les cuire de 10 à 12 min. Servir très frais, avec ou sans crème fraîche.

compote de pêche
Préparer un sirop vanillé de densité 1,1425. Plonger les pêches 30 s dans de l'eau bouillante, les rafraîchir à l'eau froide et les peler. Les laisser entières ou les partager en deux et les dénoyauter. Les plonger dans le sirop bouillant et les pocher 13 min si elles sont coupées en deux, 18 min si elles sont entières.

compote poire-pomme caramélisée
Cuire en compote séparément des poires et des pommes. Les égoutter et les dresser par couches dans un compotier. Mettre celui-ci dans le réfrigérateur. Mélanger les deux sirops de cuisson et faire réduire jusqu'à ce que le sucre commence à blondir. Verser le sucre encore bouillant sur les fruits rafraîchis et laisser prendre au frais, hors du réfrigérateur.

compote de pruneau
Faire tremper des pruneaux, s'ils sont secs, dans du thé léger tiède ; quand ils sont bien gonflés, les égoutter, les dénoyauter et les mettre dans une casserole. Les mouiller juste à hauteur d'eau froide (ou de vin blanc ou rouge) et ajouter du sucre cristallisé (100 g au maximum pour 500 g de pruneaux), 2 cuillerées à soupe de jus de citron et 1 sachet de sucre vanillé. Porter à ébullition et cuire 40 min environ. Servir tiède ou froid. On peut aussi ne pas dénoyauter les pruneaux, augmenter la quantité d'eau ou de vin et servir les pruneaux avec tout leur jus. Bien réduite et passée, cette compote peut garnir feuilletés, chaussons ou tartelettes.

compote de rhubarbe
Utiliser des tiges fraîches de rhubarbe, les effiler soigneusement et les couper en tronçons de 6 à 8 cm de long. Les blanchir 3 min à l'eau bouillante, les égoutter, les rafraîchir. Les mettre dans une bassine, les recouvrir de sirop de densité 1,2850 et cuire à couvert, sans remuer. Servir tiède ou froid. Cette compote peut être utilisée pour garnir des fonds de tarte.

compote du vieux vigneron
Peler 1 kg de pommes un peu acidulées, les couper en quartiers, les épépiner, les mettre dans une casserole épaisse avec 150 g de sucre. Couvrir et cuire à petit feu jusqu'à ce que les fruits se défassent. Préparer un sirop avec 600 g de sucre et 3/4 de litre de vin rouge. Peler 750 g de poires et autant de pêches, couper les poires en quatre et les épépiner, couper les pêches en deux et les dénoyauter. Ajouter au sirop bouillant 2 ou 3 clous de girofle, 1/2 cuillerée à café de cannelle en poudre, les pêches et les poires. Cuire de 15 à 18 min. Ajouter 50 g de beurre aux pommes, mélanger, verser dans un compotier. Quand les pêches et les poires sont cuites, les égoutter, les disposer sur la marmelade de pommes. Jeter 250 g de grains de raisin frais – ou de raisins secs gonflés dans un peu de thé léger – dans le sirop bouillant, les laisser 3 min, puis les égoutter et en garnir les autres fruits. Retirer les clous de girofle du sirop et faire réduire celui-ci jusqu'à ce qu'il épaississe. En napper la compote, la laisser refroidir complètement.

COMPOTER Laisser cuire très lentement une préparation (des oignons, un lapin en morceaux) de manière que les ingrédients se réduisent en une sorte de compote ou de marmelade (**voir** CAPILOTADE).

COMPOTIER Grande coupe de porcelaine, de cristal, de verre ou de faïence, montée sur un pied plus ou moins haut, servant à dresser des compotes, des crèmes ou des entremets.

COMTÉ Fromage franc-comtois AOC de lait de vache (45 % au minimum de matières grasses), à pâte pressée cuite et à croûte naturelle brossée (de jaune doré à brunâtre). Le comté, appelé aussi « gruyère de Comté » (**voir** tableau des fromages français page 496), est fabriqué artisanalement en chalets de montagne ou en « fruitières », ateliers collectifs dont la création remonte au XIIIe siècle. Il se présente sous la forme d'une meule à talon droit ou légèrement convexe, de 40 à 70 cm de diamètre et de 9 à 13 cm d'épaisseur, et pèse de 35 à 40 kg. Son appellation d'origine contrôlée est notée, avec le mois de fabrication, sur une plaque de caséine verte apposée sur la meule. Sa pâte, d'ivoire à jaune pâle, a peu d'odeur, une saveur

fruitée et un fort bouquet, jamais piquant. Le comté se sert en fin de repas et on l'utilise largement en cuisine, soit râpé, soit en lamelles (beignets, canapés, croûtes, fondue, gratins, salades composées, soufflés).

CONCASSER Hacher ou écraser une substance plus ou moins grossièrement. On concasse en petits dés la chair de tomates préalablement mondées et épépinées. Le persil, le cerfeuil et l'estragon se concassent, à plat sur une planche, de quelques coups de couteau rapides. Les os de boucherie, de volaille ou de gibier et les arêtes de poisson sont concassés pour préparer un fond ou un fumet.

Le poivre concassé, dont les grains sont éclatés, se nomme « mignonnette ».

Enfin, on concasse de la glace vive en fragments plus ou moins gros pour garnir le récipient destiné à présenter, par exemple, du melon frappé ou du caviar très frais.

CONCENTRÉ Se dit d'une substance dont on a réduit la teneur en eau par évaporation ou par tout autre procédé. En cuisine, il s'agit des « glaces » de viande, de volaille ou de poisson ; ce sont des fonds soumis à une cuisson lente et prolongée, qui concentre les sucs en un produit sirupeux, employé surtout pour renforcer les sauces.

Le concentré de tomate est un coulis très réduit obtenu par concentration du liquide extrait des tomates, filtré pour le débarrasser des peaux et des pépins ; il est largement utilisé dans la préparation des sauces et des ragoûts. Quant aux fruits, leur traitement industriel par le froid ou par la chaleur donne des jus concentrés qui, allongés d'eau, permettent de reconstituer des boissons.

Le lait concentré est obtenu sous vide et se présente sous forme liquide ou semi-pâteuse, en boîte ou en tube. Sucré ou non, il se conserve bien. Il sert en particulier à préparer des entremets glacés ; il est très employé en confiserie et en pâtisserie industrielles.

CONCOMBRE Fruit d'une plante annuelle rampante, de la famille des cucurbitacées comme les courgettes et les cornichons, qui se mange salé, cru ou cuit.

Originaire de l'Himalaya, le concombre est cultivé en Inde depuis plus de 3 000 ans. Il fut introduit en Égypte, et les Hébreux le plantèrent en Galilée. En France, on mangeait déjà du concombre au IX[e] siècle, mais c'est l'agronome Jean de La Quintinie qui organisa sa culture sous abri, pour pouvoir le servir à la table de Louis XIV dès le mois d'avril.

Charnu, bien ferme, allongé et cylindrique, le concombre possède une chair vert pâle, croquante et fraîche, légèrement amère, sous une fine peau verte, brillante et généralement lisse (voir tableau). Très riche en eau (96 %), peu calorique (12 Kcal pour 100 g), il contient en outre des sels minéraux et des vitamines A et C.

■ **Emplois.** À l'achat, un concombre bien frais est très ferme et lisse. Il doit presque toujours être pelé, car sa peau est assez amère. Lorsqu'il est servi cru, il vaut mieux le faire dégorger, ce qui le rend plus digeste et lui fait perdre éventuellement son amertume ; en revanche, sa chair devient plus molle et son arôme est moins affirmé ; il faut bien l'égoutter pour que son eau ne dénature pas l'assaisonnement (vinaigrette à l'estragon, crème, yaourt).

Le concombre se mange également cuit, soit à l'étuvée, soit sauté au beurre, ou cuisiné au gratin, au jus ou à la béchamel, en accompagnement d'une viande ou d'un poisson. On peut enfin le farcir, cru ou cuit. Le concombre est aussi apprécié dans les cuisines de l'Europe du Nord et de l'Est (concombres à l'aigre-doux, potages froids) que dans les pays méditerranéens (concombre à la grecque, concombre à la menthe, gaspacho, salades).

concombres : préparation pour recettes chaudes

Peler les concombres, les ouvrir en deux et retirer les graines ; couper la pulpe en tronçons réguliers, puis tourner ceux-ci en gousses ; les plonger 2 min dans de l'eau bouillante pour les blanchir, puis les égoutter.

concombres : préparation pour recettes froides

Peler les concombres, les ouvrir en deux et retirer les graines ; on peut alors les conserver ainsi pour les farcir, soit les tourner en gousses ou, plus simplement,

Caractéristiques des différents types de concombres et de cornichons

types	provenance	époque	aspect
des Antilles	Antilles	toute l'année	courts, ovoïdes, très épineux
hollandais (cargo, corona, girola, régina, ventura, vitalis, etc.)	Loiret, Loire-Atlantique, Yonne, Maine-et-Loire, Indre-et-Loire	févr - nov.	longs, cylindriques, vert foncé
	Meuse, Meurthe-et-Moselle	févr.- nov.	longs, cylindriques, vert foncé
	Lot-et-Garonne, Haute-Garonne	avr. - sept.	longs, cylindriques, vert foncé
	Bouches-du-Rhône	mars - oct.	longs, cylindriques, vert foncé
	Pays-Bas	fin mars - fin juin	longs, cylindriques, vert foncé
	Espagne	fin sept.- fin déc.	longs, cylindriques, vert foncé
semi-épineux	Sud-Est, Sud-Ouest	fin juin - fin sept.	courts, vert pâle, irréguliers, semi-épineux

les couper en demi-rondelles ou en quarts de rondelles suivant la destination finale ; on peut aussi débiter toute la pulpe en rondelles entières.

cocktail au concombre et à la tomate → COCKTAIL

concombres à la crème
Tourner la pulpe des concombres en gousses et les blanchir à l'eau bouillante salée. Beurrer largement une sauteuse, y mettre les gousses de concombre, saler et poivrer, couvrir et cuire 10 min, tout doucement ; ajouter alors de la crème fraîche chaude (2 dl pour 1 kg de pulpe de concombre) et terminer la cuisson à découvert. Les concombres peuvent ensuite être égouttés et consommés tels, ou gratinés, ou encore servis « à la Mornay ».

concombres farcis
Prendre 2 concombres moyens, de forme régulière, les peler, les ouvrir en deux et retirer les graines en creusant un peu la pulpe. Préparer une farce à gratin. Beurrer un plat allant au four ou, mieux, le foncer de couennes dégraissées. Masquer le fond d'une brunoise de carottes et d'oignons, et parsemer d'un peu de persil haché. Garnir les demi-concombres de farce et les ranger dans le plat. Mouiller de bouillon de bœuf ou de volaille aux deux tiers de la hauteur. Porter à ébullition sur le feu, puis cuire 35 min au four préchauffé à 225 °C. Couvrir d'un papier d'aluminium dès que le dessus de la farce commence à sécher. Dresser les concombres farcis sur le plat de service et tenir au chaud. Faire réduire la cuisson à 2 dl, lier de 1 cuillerée de beurre manié, verser sur les concombres et servir très chaud.

potage froid de concombre → POTAGE
salade de concombre au yaourt → SALADE

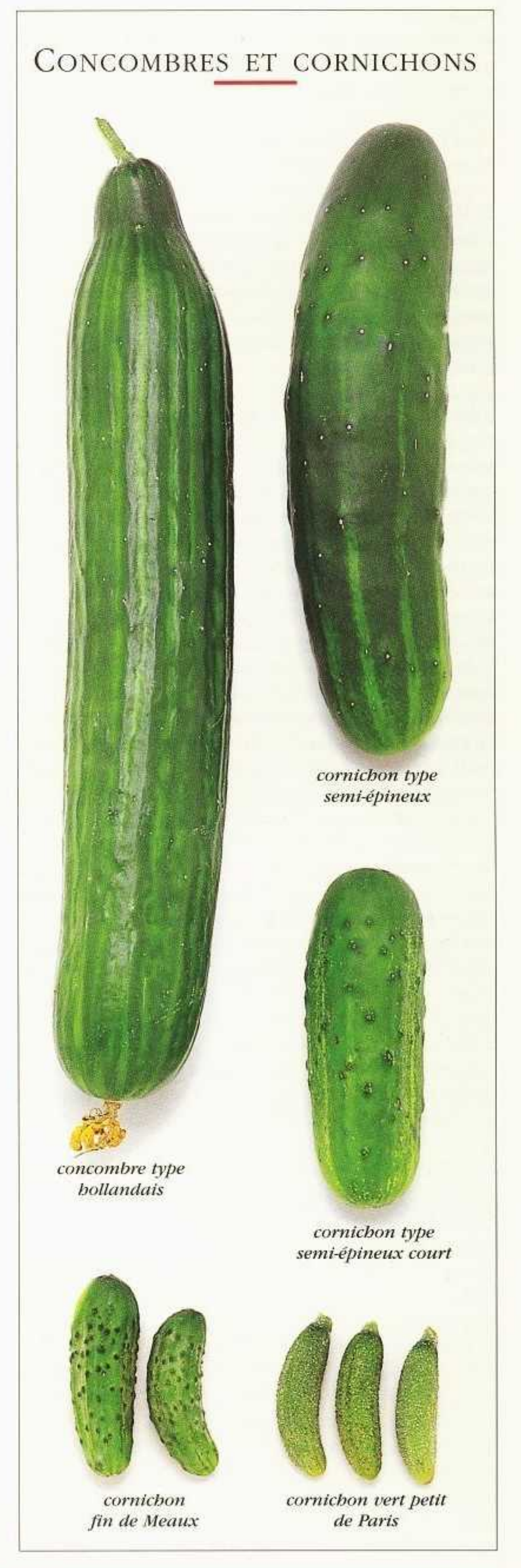
CONCOMBRE DES ANTILLES Variété antillaise de concombre, dont les fruits ovoïdes sont très épineux, comme des marrons d'Inde. Également appelé « angurie », le concombre des Antilles se consomme en salade ou confit dans du vinaigre, à la manière des cornichons.

CONCORDE Se dit d'une garniture pour grosses pièces de boucherie, composée d'une purée de pomme de terre, de carottes nouvelles tournées et glacées, et de petits pois au beurre.

CONDÉ OU **CONDÉ** Noms donnés à diverses préparations dédiées au Grand Condé, prince français du XVIIe siècle, et à ses descendants par les cuisiniers attachés à cette famille. Les apprêts salés sont caractérisés par la présence d'une purée de haricots rouges.

L'appellation s'applique également à des entremets froids à base de riz et de fruits pochés ; classiquement, ceux-ci sont des abricots au sirop, dressés en couronne autour d'un gâteau de riz nappé d'une sauce aux abricots et au kirsch, et décoré de cerises et de fruits confits. Cette recette de base donne lieu à

Concombres et cornichons



concombre type hollandais

cornichon type semi-épineux

cornichon type semi-épineux court

cornichon fin de Meaux

cornichon vert petit de Paris

de nombreuses variantes, avec des tranches d'ananas, des pêches, des fraises, etc., mais comportant toujours du riz au lait et une sauce aux fruits.

Les condés sont des petits gâteaux feuilletés, recouverts d'une couche de glace royale aux amandes, appelée « appareil à condés » ou « condé ».

▶ **Recettes** : CRÊPE, FRAISE, POTAGE.

CONDIMENT Substance alimentaire utilisée pour relever le goût naturel des aliments et des mets cuisinés, stimuler l'appétit, favoriser la digestion ou conserver certains produits. « Condiment » est un terme générique très vaste, qui s'applique à la fois aux épices, aux aromates, à des sauces, à des fruits et à diverses compositions plus ou moins cuisinées. L'assaisonnement est une substance ajoutée à une préparation en cours d'élaboration, alors que le condiment, choisi en fonction de l'harmonie gustative qu'il crée, est soit un produit d'accompagnement (cornichons, fruits au vinaigre, ketchup, moutarde), soit un ingrédient (épices composées, fines herbes, fruits secs, truffes), ou un agent de conservation (huile, sel, sucre, vinaigre).

L'habitude de condimenter les aliments est aussi ancienne que la cuisine elle-même. À l'origine, c'était surtout un moyen de conservation (dans des sauces très épicées comme le garum romain, dans le salpêtre et le verjus au Moyen Âge). La plupart des condiments sont d'origine végétale (aromates, épices, fruits secsou confits, légumes aromatiques) ; quelques-uns, comme le nuoc-mâm vietnamien, le nam pla thaï ou le patis philippin, sont à base de poisson ou de crustacés séchés et pilés.

Les condiments s'utilisent sous les formes les plus diverses, soit à l'état brut, crus, soit après élaboration. Leur emploi est fonction des habitudes alimentaires, qui varient d'un pays à l'autre. Les Anglo-Saxons font une grande consommation de sauces et de condiments en flacons (pour accompagner les salades, les viandes froides, la charcuterie, les bouillis). Dans les pays de l'Est et du Nord, l'aigre-doux est un élément de base de l'art du condiment. Au Mexique, le cacao est un condiment très employé. Enfin, il ne faut pas oublier les colorants naturels (caramel, jus de betterave, vert d'épinard), ainsi que les essences et extraits (d'anchois, d'anis, d'amande, etc.), les vins et les alcools, certaines fleurs et jusqu'au fromage (bleus, gruyère, mozzarella, parmesan).

CONDITIONNEMENT Ensemble des techniques et des procédés destinés à conserver, à transporter et à présenter aux consommateurs les produits alimentaires. Le conditionnement doit protéger les denrées des atteintes à leur valeur nutritive ou à leur saveur. Sur le plan commercial, il faut qu'il soit à la fois attractif et pratique, mais surtout informatif (décret français de 1984 sur l'étiquetage des denrées préemballées ; en Belgique, la dernière réglementation, à peu près comparable, date de 1986, au Canada, de 1975, et en Suisse, de 1995).

Autrefois, il existait des récipients conçus pour le transport des denrées : bourriches en osier, caques et barrots en bois, pots de grès, claies de jonc et même feuilles fraîches (voir BOCAL, BOUTEILLE, CONSERVE, TONNEAU). Aujourd'hui, chaque aliment est commercialisé dans un emballage spécifique, parfaitement adapté à ses caractéristiques.

■ **Matériaux solides.** Du verre au plastique rigide, ils continuent d'avoir de grands avantages.

• VERRE. Inerte vis-à-vis des aliments, il laisse passer la lumière (sauf s'il est coloré), qui détruit peu à peu les vitamines B et C, et qui provoque le rancissement des matières grasses ; réutilisable et transparent, mais lourd, il ne supporte pas le grand froid.

• ACIER ÉTAMÉ ET ACIER CHROMÉ. Ils sont utilisés pour fabriquer les boîtes appertisées (boîtes de conserve) et les boîtes-formes réutilisables (boîtes à gâteaux, à bonbons) ; étanches, opaques, supportant de hautes températures, ils permettent une bonne stérilisation et une bonne conservation.

• CARTON. Il est très utilisé en épicerie pour les produits solides ou pulvérulents, et comme suremballage (étui protégeant un tube, une barquette) ; paraffiné ou plastifié, il résiste à l'humidité et peut contenir des liquides.

• ALUMINIUM. Il est employé pour fabriquer des boîtes – boissons (sodas, bières) – et des barquettes pour plats cuisinés.

• PLASTIQUES RIGIDES. Ils comprennent le polystyrène (emballages de yaourts, de fromages blancs), le polyéthylène (bouteilles d'huile), le chlorure de polyvinyle, le polyéthylène polytéréphtalate d'éthylène-glycol (bouteilles surtout) et le polystyrène expansé (protection contre les chocs, les variations de température) ; légers, éventuellement opaques, imperméables et ayant subi des tests d'innocuité, ces matériaux facilitent le développement du service dans l'emballage (bouchons doseurs, systèmes distributeurs, etc.).

■ **Matériaux souples.** C'est dans ce domaine que l'évolution en cuisine a été le plus sensible.

• PAPIER NON TRAITÉ. Il s'emploie pour la vente au détail des fruits et légumes (le papier journal est interdit), et pour l'emballage des gâteaux. Il laisse passer les odeurs, la graisse et l'humidité, mais il peut être traité pour devenir imperméable aux graisses (papier sulfurisé), aux liquides (plastification), etc.

• PELLICULE CELLULOSIQUE. Elle provient d'une pâte de cellulose traitée par un acide. La Cellophane est généralement plastifiée, donc imperméable ; c'était l'emballage traditionnel de l'épicerie sèche et de la confiserie.

• FEUILLE D'ALUMINIUM. Elle constitue la meilleure protection contre les rayons ultraviolets, la déshydratation et les odeurs. Elle supporte bien le grand froid et les variations brusques de température.

• FILM PLASTIQUE OU ALIMENTAIRE. Le plus utilisé se compose de polyéthylène, inerte, imperméable à l'humidité et aux odeurs, insensible au froid. Le blister est un emballage formé d'un film plastique adhérant à une barquette en carton ou en plastique (pâtisserie industrielle, viande détaillée).

• MATÉRIAUX COMPLEXES. Obtenus par l'assemblage de deux ou plusieurs éléments (papier-polyéthylène, aluminium-polyvinyle), ils réunissent les qualités des matériaux associés : ils servent surtout à emballer les corps gras et à fermer des récipients qui doivent être parfaitement étanches.

• CONDITIONNEMENTS SPÉCIAUX. Certains d'entre eux facilitent la mise en œuvre des produits qu'ils contiennent (bouteilles de sauce munies de pompe, barquettes de plats cuisinés pour micro-ondes, aérosols de crème Chantilly...).

Enfin, de nombreux produits industriels sont conditionnés sous vide ou sous atmosphère modifiée (gaz inerte), ce qui permet une conservation très longue (légumes détaillés, moutures, produits lyophilisés, etc.).

CONDRIEU Vin blanc de la vallée du Rhône, bénéficiant d'une appellation d'origine contrôlée, produit en petite quantité, mais très apprécié et présent sur toutes les grandes tables de France (voir RHÔNE).

CONFIRE Préparer certains aliments en vue de leur conservation, soit en les faisant cuire lentement dans leur graisse (confits de porc, d'oie, de canard), soit en les enrobant de sucre ou en les plongeant dans du sirop de sucre (confiserie, fruits confits), ou en les mettant en bocaux dans de l'alcool (cerises, pruneaux à l'eau-de-vie), dans du vinaigre (câpres, pickles, cornichons) ou dans une préparation à l'aigre-doux (chutneys).

CONFISERIE Produit alimentaire à base de sucre. Le terme s'applique non seulement aux sucreries, aux friandises et aux bonbons, à l'exclusion des produits en chocolat, qui sont une branche particulière de la confiserie (voir CHOCOLAT), mais aussi au magasin du confiseur et à l'ensemble des techniques artisanales ou industrielles du travail du sucre.

■ **Produits de confiserie.** On distingue plusieurs catégories de produits de confiserie :
- bonbons de sucre cuit : bonbons acidulés, berlingots, rocks, sucres d'orge, sucettes, sucres de pomme, bêtises de Cambrai ;
- caramels et toffees ;
- pâtes à mâcher ;
- gommes et réglisses : gommes (boules de gomme, gommes à la réglisse), pâtes pectorales (pâte de réglisse, pâte de jujube), réglisses (durs, souples) ;
- fondants : bonbons fondants, fondants à l'eau, sucre de conserve, papillottes lyonnaises ; fourrages divers de bonbons, papillotes ;
- confiseries gélifiées : guimauves molles, meringages, marsh-mallows ;
- dragées et bonbons dragéifiés : aux amandes, argentées, au chocolat, tendres ;
- pralines ;
- nougats ;
- pastilles et comprimés ;
- pâtes de fruit ;
- pâtes d'amande (calissons d'Aix).

De nombreuses matières premières entrent dans la fabrication de ces produits : le sucre, le sirop de glucose et le sucre inverti, le miel, le lait, les matières grasses animales et végétales, les fruits (qu'ils soient frais, en conserve, surgelés ou en pulpe), le cacao, les fruits secs, la gomme arabique, la pectine, les fécules et l'amidon, la gélatine, le suc de réglisse, certains acides, les produits aromatiques naturels ou de synthèse et les colorants autorisés.

En France, la consommation moyenne de confiserie est estimée à 3,3 kg par an et par habitant (en Europe, seuls les Italiens en consomment moins). La grande majorité des produits de confiserie fait l'objet d'achats dits « d'impulsion » – en particulier de la part des enfants –, qui s'échelonnent toute l'année. Certains d'entre eux sont cependant plutôt consommés à l'occasion de fêtes (baptêmes, communions, Pâques, Noël) : c'est le cas notamment des dragées, des marrons glacés, des papillotes, des fruits confits.

■ **La gourmandise ne date pas d'hier.** L'art du confiseur est très ancien. Son évolution a suivi la découverte des matières premières : ainsi, on a employé d'abord le miel pour enrober graines et fruits, et pour fabriquer des confiseries comparables à celles du Moyen-Orient. Le sucre de canne fut introduit en Europe par les croisés au Moyen Âge. Jusqu'à la fin du XVII[e] siècle, apothicaires et confiseurs se disputèrent le privilège de la préparation et de la vente des produits à base de sucre, mais les seconds finirent par s'imposer comme corporation à part entière. L'invention du sucre de betterave, au XIX[e] siècle, donna un regain d'activité à la profession. De nos jours, celle-ci regroupe en France près de deux cent cinquante fabricants (petites firmes familiales et grandes industries) qui, en règle générale, ne fabriquent pas les mêmes types de produits : sucres cuits, gommes et caramels, produits dragéifiés et chewing-gums sont des secteurs très mécanisés, alors que les pâtes de fruit, les pâtes d'amande, les marrons glacés sont fabriqués par des entreprises de taille plus réduite, voire artisanales. En outre, certaines spécialités sont encore l'apanage de régions déterminées.

CONFIT Morceau de porc ou quartier de volaille (oie, canard ou dinde) cuit dans sa graisse et mis en pot (voir tableau des rillettes et autres viandes confites page 900). Le confit, qui est l'une des formes de conserve les plus anciennes, est une spécialité des provinces du Sud-Ouest.

■ **Emplois.** La longue conservation du confit, la possibilité de le manger froid ou chaud, sa finesse et son arôme lui valent une place de choix dans la gastronomie du Gers, du Périgord et des Landes. Le confit garnit la garbure et le cassoulet, mais, surtout, il est servi tel, accompagné de cèpes (à la basquaise), de pommes de terre sautées (à la béarnaise ou à la sarladaise), de petits pois frais et de jambon de Bayonne (à la landaise), d'une fondue d'oseille (à la périgourdine) ou encore de haricots blancs, de chou ou de lentilles. Froid et dégraissé, il s'accompagne d'une salade de pissenlit, de chicorée ou de chou blanc.

D'autres régions limitrophes ont elles aussi leurs spécialités de confit, comme la Saintonge avec le confit de « mulâtre » (canard croisé), Brantôme avec le confit d'oie ou de dinde truffé, et le Bordelais avec le confit de dindonneau.

■ **Préparation.** Lorsqu'on parle de confit, il s'agit le plus souvent d'oie, car l'oie de Toulouse passe pour être l'animal qui se prête le mieux à cet apprêt. Les morceaux sont d'abord mis en saumure dans une bassine appelée « grésale », avec des clous de girofle,

du thym, du poivre, voire de l'ail et du laurier. Traditionnellement, ils sont cuits le jour où l'on prépare pâtés, terrines et charcuteries, après la « tuerie du cochon », dans un grand chaudron de cuivre. Pour vérifier la cuisson, on enfonce dans les cuisses et les ailes une aiguille à tricoter, qui doit ressortir sans trace de sang. Celles-ci sont enfin mises dans des pots de grès (dits « toupins »), préférables aux bocaux de verre qui laissent passer la lumière. Le dernier « bouchon » de graisse est soit de la graisse d'oie, soit du saindoux (que sa densité rend plus hermétique).

D'autres viandes peuvent également se traiter en confit, notamment la poule, la pintade, le lapin, la bécasse (dans le Gers) et le veau.

RECETTE DE ROGER LAMAZÈRE

confit d'oie

« Prenez une belle oie grasse, videz-la entièrement et désossez-la en lui retirant toute sa carcasse. Découpez-la en quatre parties (2 ailes et 2 cuisses). Disposez-les dans un récipient en les salant au gros sel (12 g par kg). Laissez reposer ainsi au froid pendant 26 heures pour que le sel pénètre dans toutes les cellules de la chair. Faites cuire dans un chaudron en cuivre, en rajoutant 2 kg de graisse d'oie, pendant 2 heures. Veillez, pendant cette cuisson, à ce que la graisse frissonne, mais ne soit pas en ébullition vive. Versez dans un pot en grès la graisse très chaude, au travers d'un chinois, et plongez les morceaux d'oie de façon qu'ils soient entièrement recouverts par la graisse. Laissez refroidir et placez le couvercle pour protéger de la poussière. En laissant le pot en grès dans une cave pendant 5 à 6 mois, vous obtiendrez un authentique confit d'oie. Pour le confit de canard, procédez de la même manière. »

confit d'oie à la landaise

Éplucher 8 petits oignons et tailler en dés 75 g de jambon de Bayonne. Chauffer dans une cocotte 1 bonne cuillerée de graisse d'oie. Y faire revenir les oignons et les dés de jambon pendant 5 min, puis 1 litre de petits pois frais écossés. Poudrer d'une cuillerée de farine et remuer quelques instants à la cuillère de bois. Mouiller de 1,5 dl d'eau, poivrer et ajouter 1 cuillerée à café de sucre (pas de sel, à cause du jambon). Ajouter 1 bouquet garni enrichi de cerfeuil, couvrir et cuire 30 min. Mettre alors des morceaux de confit d'oie et poursuivre la cuisson jusqu'à ce que les petits pois soient tendres.

CONFITURE Préparation obtenue en faisant cuire des fruits entiers ou en morceaux dans un sirop de sucre, et non pas dans leur seul jus (voir GELÉE).

L'art des confitures est né au Moyen-Orient. Il fut introduit en Europe par les croisés, qui avaient découvert la canne à sucre et certains fruits encore inconnus.

■ **Choix des fruits.** Les confitures ont toujours fait l'orgueil des bonnes ménagères. Par ailleurs, certaines provinces, certaines villes se sont fait une spécialité de telle ou telle confiture (groseilles de Bar-le-Duc, fruits du Val de Loire ou de la vallée du Rhône, myrtilles d'Alsace, tomates vertes de Provence).

Pour faire de bonnes confitures, il faut des fruits sains, mûrs mais pas blets, et suffisamment à point néanmoins pour avoir leur pleine saveur. Le goût d'une confiture se rehausse avec certaines épices (cannelle, vanille), un peu d'alcool (kirsch, rhum), du caramel (pour les pommes), avec un fruit d'une autre espèce, voisine ou non, de goût plus corsé (agrumes mélangés, cerise et groseille, pêche et framboise, rhubarbe et fraise). La couleur (pour les pêches ou le melon) peut se renforcer avec des mûres ou des framboises. Certains fruits moins courants peuvent également intervenir : pastèque, tomate, noix fraîche, voire des espèces exotiques (goyave, mangue, noix de coco). Les petits fruits de cueillette donnent aussi de bons résultats (arbouse, aubépine, épine-vinette, mûre, myrtille, etc.). Jadis, on employait également des fleurs (violette, courge, rose) et beaucoup d'aromates (gingembre). Citons enfin la « confiture de lait », faite sans fruits ; en Amérique du Sud, c'est un produit de grande consommation, appelé *dulce de leche*, obtenu en faisant réduire lentement du lait sucré aromatisé avec de la vanille ou de la cannelle.

■ **Calendrier.** Pour faire de bonnes confitures, il faut choisir des fruits parfaitement mûrs.
- Décembre à mars : citron, orange, pamplemousse.
- Mai : rhubarbe.
- Juin : fraise.
- Juillet : fraise, framboise, cerise, groseille, melon.
- Août : groseille, cassis, abricot, melon.
- Septembre : pêche, mirabelle, mûre, tomate, reine-claude, quetsche, myrtille, framboise.
- Octobre : poire, figue, pomme, raisin.
- Novembre : coing, orange, pomme, potiron, marron.

■ **Rôle du sucre.** C'est le facteur essentiel de la conservation des confitures. En principe, on utilise un poids égal de sucre raffiné et de fruits lavés, séchés, équeutés, épluchés, dénoyautés. Cependant, on peut soit augmenter légèrement ce poids pour des fruits riches en eau, soit le diminuer, pour des fruits riches en pectine (ou si l'on utilise un gélifiant, qui empâte toujours un peu la confiture). Si la proportion de sucre est trop réduite, ou s'il ne cuit pas suffisamment, la confiture risque de fermenter et se conserve mal ; s'il y a trop de sucre, la confiture est trop concentrée et a tendance à cristalliser. (On peut remplacer tout ou partie du sucre par du miel, notamment avec les groseilles et les framboises.)

■ **Cuisson.** Au-dessous d'une température, variable selon le fruit, la confiture reste liquide ; au-dessus, elle brûlerait. Il faut donc veiller à maintenir constamment la température prescrite pour chaque recette (voir SUCRE). On distingue deux phases de cuisson :

• PREMIER TEMPS. Évaporation de l'eau contenue dans les fruits : une grosse vapeur s'échappe de la bassine. C'est à la fin de cette phase que l'on écume la confiture pour assurer sa limpidité.

• SECOND TEMPS. Cuisson des fruits : l'échappement de la vapeur diminue, et les bouillons sont plus « serrés » ; le thermomètre de cuisson permet de contrôler la température. La plupart des confitures cuisent « à la nappe » : quand on y plonge une écumoire et qu'on la ressort, la confiture glisse, s'écoule en une seule masse et se fige (densité de 1,2964). Pour certains fruits, une densité de 1,250 suffit.

Les fruits garderont leur parfum si leur cuisson est menée rapidement, à feu vif (pour accélérer l'évaporation), mais en remuant de temps en temps, surtout si la confiture est épaisse, et en prenant soin d'intercaler un diffuseur s'il y a risque de surchauffe.

■ **Mise en pots.** Cette opération simple doit pourtant respecter certaines règles.

– Laver soigneusement et ébouillanter les pots ; les retourner sur un torchon propre et les laisser s'égoutter sans les essuyer.

– Verser la confiture encore bouillante, par petites quantités, dans les pots, avec une louche, en les remplissant le plus possible. Bien nettoyer l'orifice en cas de débordement.

– Couvrir les pots. Certains préconisent de le faire avant que les confitures ne refroidissent, sinon il se forme en surface une pellicule plus dure ; d'autres, au contraire, préfèrent attendre pour éviter toute condensation et donc de la moisissure (pour les gelées, en revanche, il faut attendre qu'elles soient prises)

On peut couvrir les pots en tendant sur leur orifice un carré de Cellophane mouillé qu'on maintient avec un élastique, ou en versant sur la confiture refroidie une couche de 2 ou 3 mm d'épaisseur de paraffine fondue au bain-marie.

La méthode ancienne consistait à appliquer à la surface de la confiture une rondelle de papier imbibé d'alcool (cognac ou rhum) ou une rondelle de papier glycériné (éventuellement doublé d'un second), et à entreposer le pot dans un endroit frais et sec, bien aéré et protégé de la lumière.

– Étiqueter les pots, en indiquant le nom du fruit ou la composition, ainsi que la date de fabrication.

■ **Emplois.** Outre les tartines du petit déjeuner et du goûter, les toasts ou les brioches du thé, les confitures accompagnent les entremets (riz au lait, pain perdu, fruits pochés, desserts glacés, crêpes et gaufres).

Elles servent aussi à fourrer ou à napper des biscuits, à aromatiser le yaourt et le fromage blanc, et à confectionner des sauces de dessert.

Elles jouent parfois un rôle en cuisine (fruits rouges pour accompagner certaines viandes ou du gibier, le canard ou le porc à l'orange).

Confitures et gelées
Rien n'égale la saveur des confitures et des gelées de fruits faites à la maison.
▼



confiture d'abricot
Pour 1 kg d'abricots bien mûrs et dénoyautés, compter 1 kg de sucre (en morceaux ou cristallisé) et 1 dl d'eau. Verser le sucre et l'eau dans une bassine, et porter à ébullition ; laisser bouillir 5 min, puis écumer. Ajouter les abricots et cuire « à la nappe » (30 min environ). Mettre en pots. On peut monder et partager en deux quelques-unes des amandes des noyaux d'abricot et les ajouter à la confiture en fin de cuisson.

confiture de citron
Laver 1 kg de citrons (non traités) et lever finement le zeste du tiers d'entre eux. Faire blanchir ces zestes 2 min à l'eau bouillante, puis les rafraîchir à l'eau froide et les tailler en fine julienne. Couper en tranches épaisses 2/3 des citrons, presser le reste pour en extraire le jus. Mettre dans une bassine le jus et les tranches de citron, porter à ébullition, laisser bouillir 5 min, en remuant. Ajouter les 3/4 de la julienne de zeste, 1,1 kg de sucre et 1,1 dl d'eau. Remuer et cuire 20 min à petit feu. Ajouter alors le reste des zestes, soit directement, en mélangeant 3 min sur le feu, soit après avoir passé la confiture au chinois et après l'avoir de nouveau portée à ébullition. Mettre en pots.

confiture de fraise
Laver 1 kg de fraises, les éponger, les équeuter. Mettre 750 g de sucre cristallisé et 1 dl d'eau dans la bassine, et cuire le sirop « au boulé » (116 °C, densité 1,3570). Écumer, ajouter les fraises et les cuire quelques minutes pour qu'elles rendent leur eau de végétation. Les égoutter. Chauffer de nouveau le sirop jusqu'à ce qu'il soit au boulé. Remettre les fraises dans la bassine et cuire encore 5 ou 6 min : à ce moment, le sirop est « à la nappe » (101 °C, densité 1,2407) ; pour une meilleure conservation, on peut l'amener « au lissé » (103 °C, densité 1,2964). Mettre en pots.

confiture de marron
Éplucher 2 kg de marrons, les mettre dans une casserole, les recouvrir d'eau froide et les cuire 40 min. Les égoutter, les passer au tamis. Peser la purée de marron et lui ajouter le même poids de sucre. Mettre le tout dans une bassine, ajouter 1 dl d'eau par kilo du mélange et 2 gousses de vanille. Chauffer sur feu moyen, en remuant sans arrêt. Quand le fond de la bassine apparaît, la confiture est cuite. La retirer du feu et ôter les gousses de vanille. Mettre en pots.

confiture de melon
Détailler en petits morceaux 1 kg de pulpe de melon. Les disposer dans une grande terrine en couches, poudrées de 750 g de sucre. Laisser macérer dans un endroit frais pendant 3 ou 4 heures, puis verser dans une bassine et cuire au « lissé » (103 °C). Mettre en pots.

confiture de mûre
Trier et équeuter les mûres, les peser, les mettre dans un récipient creux avec 1 verre d'eau par kg de fruits nettoyés et les laisser tremper ainsi 12 heures au moins. Verser dans la bassine fruits et eau, ajouter le jus de 1 citron par kg de fruits, porter à ébullition et cuire 10 min à petit feu. Ajouter alors 900 g de sucre par kg de fruits, porter de nouveau à ébullition, écumer et cuire 15 min, en remuant. Mettre en pots.

confiture d'orange
Laver 16 belles oranges juteuses à écorce fine et 3 citrons. Lever le zeste de 2 citrons et de 4 oranges, et les hacher ; retirer l'écorce blanche de ces fruits. Couper tous les fruits en deux. Retirer la membrane blanche centrale et les pépins, les enfermer dans un nouet de mousseline et mettre celui-ci dans une jatte en le mouillant de 1/4 de litre d'eau. Couper en rondelles fines tous les demi-fruits (avec ou sans écorce), les verser dans une grande bassine avec les zestes hachés et mouiller de 4 litres d'eau. Laisser tremper ainsi pendant 24 heures, en retournant les fruits deux ou trois fois. Les mettre alors avec leur eau dans la bassine à confiture, y ajouter le nouet de mousseline, couvrir et porter à ébullition. Découvrir la bassine et cuire 2 heures à petits bouillons. Ajouter 4 kg de sucre, porter de nouveau à ébullition, puis réduire le feu pour rétablir une ébullition douce, en remuant. Écumer et poursuivre la cuisson 30 min. Mettre en pots.

confiture de reine-claude
Pour 1 kg de reines-claudes dénoyautées, compter 750 g de sucre cristallisé et 1 dl d'eau. Verser le sucre et l'eau dans une bassine, porter à ébullition et laisserbouillir 5 min, puis écumer. Ajouter les reines-claudes et cuire jusqu'à ce que le sirop nappe la cuillère de bois (104 °C environ). Mettre en pots.

confiture de rhubarbe
Effiler soigneusement et tronçonner des tiges de rhubarbe très fraîches. Verser dans une bassine 800 g de sucre cristallisé et 1/2 verre d'eau par kg de rhubarbe ; chauffer et faire bouillir 8 min. Ajouter la rhubarbe et la laisser pocher, au seuil de l'ébullition, jusqu'à ce que les morceaux se désagrègent. Porter de nouveau à ébullition et cuire « à la nappe ». Mettre en pots.

confiture de tomate rouge
Choisir des tomates bien mûres, fermes et très saines ; retirer le pédoncule et les plonger 1 min dans de l'eau bouillante ; les peler, les couper en petits morceaux, puis les faire macérer 2 heures avec leur poids de sucre cristallisé et le jus de 2 citrons par kilo de tomates. Mettre le tout dans une bassine et porter à ébullition ; cuire tout doucement jusqu'à ce que le sirop soit à la nappe (1 heure à 1 h 15). Mettre en pots. (Pour faire bien prendre la confiture, on peut soit ajouter 3 dl de jus de pomme par kg de tomates, soit remplacer le sucre cristallisé par du sucre spécial pour confitures. Le temps de cuisson, après l'ébullition, est alors réduit à 4 minutes.)

confiture de tomate verte
Préparer les tomates, choisies vertes, comme dans la recette précédente, mais en les laissant macérer 24 heures et en les faisant cuire avec du sucre spécial pour confitures ; le temps de cuisson est de 4 min après le début d'une bonne ébullition. Mettre en pots.

CONFITURIER Petit récipient en verre, en porcelaine ou en acier inoxydable, dont le couvercle est entaillé d'une encoche pour le passage de la cuillère de service. Il est utilisé pour présenter la confiture ou la marmelade sur la table du petit déjeuner ou du thé.

On appelle également « confiturier » un petit buffet en chêne ou en bois fruitier, à une seule porte, destiné à ranger les pots de confitures.

CONFRÉRIES ET **ASSOCIATIONS** Groupements de gastronomes ou d'amateurs de vin, qui ont en commun la fidélité aux traditions, l'entraide confraternelle, le souci de promotion des spécialités régionales, le goût des dégustations. Certaines confréries datent du Moyen Âge, comme la Confrérie Saint-Étienne, qui célèbre le vin d'Alsace et remonte au XIVe siècle.

■ **Confréries vineuses.** Issues souvent de vieilles sociétés bacchiques et de corporations médiévales, elles ont pour but de veiller à la qualité et à l'honnêteté des vins, et à leur promotion. La notoriété des Sacavins d'Anjou (1905) et des Chevaliers du Tastevin a servi d'exemple. Ces derniers se sont réunis à Nuits-Saint-Georges lors d'un dîner de gala en 1934. Depuis, leurs cérémonies, bien arrosées, ponctuées de chants et suivies de plantureuses « disnées » au château du Clos de Vougeot, ont fait beaucoup pour la diffusion des vins de Bourgogne. À ce point que la confrérie a essaimé à l'étranger et jusqu'aux États-Unis.

• BORDELAIS. En 1949, pour sortir du marasme économique, les producteurs du Médoc ont imaginé de fonder, sur le modèle des Tastevins, une Académie des vins de Bordeaux et une grande confrérie vineuse : la Commanderie du bontemps de Médoc et des Graves. Des personnalités des arts et des lettres, de l'Administration, du négoce et de l'Université ont participé à son baptême, en longue robe de velours lie-de-vin et coiffe de mousseline bouillonnée, et, chaque année, les chapitres se tiennent en juin pour la fête des Fleurs et en septembre pour le ban des vendanges.

Spectaculaire, l'exemple a été suivi par de nombreux amateurs de bordeaux. Beaucoup de ces confréries, dépendant du Grand Conseil de Bordeaux, s'inspirent du passé et choisissent un nom en rapport avec l'histoire de la région ou avec des personnages historiques qui y ont vécu : elles s'intitulent jurade (ancien conseil municipal), hospitaliers (en l'honneur des Hospitaliers de Saint-Jean de Jérusalem) ou gentilshommes.

• BOURGOGNE. Cette région honore ses vins en joyeuse compagnie. Les Chevaliers du Tastevin organisent plusieurs manifestations dans l'année, en particulier à l'occasion de la vente des vins aux Hospices de Beaune et le jour de la Saint-Vincent, le 22 janvier, sous forme de fête tournante. Mais d'autres ne sont pas en reste : la Confrérie Saint-Vincent de Mâcon, qui a pour patron le saint qui aurait fait goûter le vin nouveau au Bon Dieu, les Piliers chablisiens, qui célèbrent chaque année la « saint-cochon » fin novembre, ou les Confrères des Trois-Ceps, qui organisent le 11 novembre la fête du sauvignon.

• PAYS DE LOIRE. Les associations vineuses fleurissent dans les pays de Loire, et en particulier à Chinon, patrie de François Rabelais, dont beaucoup se réclament : les Chevaliers de la Chantepleure, qui se retrouvent deux fois par an dans les caves de tuffeau de la « Bonne Dame » à Vouvray ; les Entonneurs rabelaisiens, qui se réunissent en la « Cave peinte » de Chinon ; les Compagnons du Grand Gousier, à Onzain ; les Fins Goustiers d'Anjou en chapeau de velours noir style Henri III... La Confrérie des baillis de Pouilly travaille à la promotion des vins de cette cité, tandis que l'ordre des Chevaliers bretvins, qui siège au château des ducs de Bretagne, à Nantes, et les Sacavins d'Anjou, sous leur chapeau quadricorne, boivent le muscadet et le gros-plant. Comme dans les autres régions, tous portent de somptueux costumes.

• SUD-OUEST ET MIDI. Le Sud-Ouest a aussi ses gloires et ses traditions, et les noms des confréries sont presque une leçon d'histoire. À côté des plus grandes – les Viguiers royaux du Jurançon, en béret béarnais et collerette gaufrée, les Chevaliers de Tursan, les Confrères du vin de Cahors ou les Consuls de la Vinée de Bergerac –, il existe des associations de dégustateurs d'alcool, comme les Mousquetaires d'Armagnac, la Confrérie de la Raballée dau Mignot et les Dames de l'Angélique, Franc-Pineau, comité du Pineau, et la Confrérie des alambics charentais, en toque et manteau vert.

Quant aux vins du Midi, on sait qu'ils sont les plus anciens de la Gaule. De cet antique passé demeure une trace latine chez les Consuls de Septimanie (Narbonnais) ou chez les Échansons du Vidauban, en tablier et faluche rouge et or. Les Échansons des papes, eux, à Châteauneuf-du-Pape, ont choisi pour emblème une clé de bronze qui ouvre les celliers, tandis que les Commandeurs de Tavel honorent, en cape rouge à col de velours noir, le rosé du Gard. L'Espagne rayonne dès que l'on approche du Roussillon et des Corbières : voici les seigneurs de Commande majeure de Roussillon, en costume catalan à capuchon.

■ **Confréries gastronomiques.** Elles ne sont ni moins nombreuses ni moins variées que les confréries vineuses. Souvent créées pour promouvoir un produit régional – fromage, charcuterie, pâtisserie, etc. –, elles rassemblent des spécialistes de la cuisine et de l'alimentation ou de simples gourmets, souvent membres d'une même profession.

Le célèbre Club des Cent, fondé au temps de l'automobile naissante sur une idée du journaliste Louis Forest, a une vocation autant gastronomique que sportive : le règlement n'y admet que « les gourmets ayant promené au moins sur quarante mille kilomètres une fine gueule avérée ». Quant à l'Académie des Gastronomes fondée par le journaliste Curnonsky en 1928 avec Édouard de Pomiane, Maurice Maeterlinck, Paul Reboux et le marquis de Polignac, elle s'inspire de l'Académie française, et chacun de ses quarante membres doit y faire l'éloge d'un ancêtre.

L'une des toutes premières de ces académies fut l'Académie de cuisine de Joseph Favre, en 1883, qui est à l'origine de la première école de cuisine. Le modèle a été imité : l'Académie Granet, à Bourg-en-Bresse, l'Académie des chroniqueurs de table, les Maîtres Cuisiniers de France, les Poulardiers de Bresse, le Club Prosper-Montagné ; quant à la Chaîne des rôtisseurs, alliée à l'Ordre mondial des gourmets,

elle prône plus particulièrement l'emploi de la broche qui, « par sa droiture et sa netteté, est le symbole de la cuisine française franche et loyale ».

La charcuterie, vieille tradition française, a suscité de nombreuses confréries dans toutes les provinces. Quelques-unes se disputent la science de l'andouille : la docte et gourmande Confrérie des Taste-Andouilles du Val-d'Ajol, la Confrérie du Goûte-Andouille de Jargeau, l'Association amicale des amateurs d'authentiques andouillettes (AAAAA), la plus fermée de ces associations puisqu'elle ne compte que cinq membres. En matière de cochonnailles, l'Ouest tient bien sa place avec la Confrérie des Chevaliers du Goûte-Boudin de Mortagne-au-Perche, la Confrérie des Chevaliers des rillettes sarthoises et la Confrérie de gastronomie normande la Tripière d'or ; à Paris, les Chevaliers de saint Antoine, en veste blanche et cape bleue doublée de noir, détiennent tous les secrets du porc, tandis que la Confrérie du jambon de Bayonne a été fondée au Pays basque.

Dans le domaine du fromage, on trouve une variété égale avec notamment les Chevaliers du Taste-Fromage, en costume vert soutaché d'or, et ceux de Faste-Fromage, en costume violet.

Presque toutes les spécialités culinaires ont donné naissance à une association spécifique : Confrérie du cassoulet de Castelnaudary, ordre du Collier de l'Escargot de Bourgogne, ordre du Taste-Quiche, Confrérie des Chevaliers de la Pochouse, Confrérie des Taste-Cancoillotte de Franche-Comté, les Maistres de la Truffe et du Foie gras du Périgord,, Compagnie de la Madeleine de Commercy. Les huîtres ont des adorateurs parmi les Galants de la Verte-Marennes, et les légumes ont également les leurs parmi les Tastos mounjetos du Comminges, les Mangeux d'Esparges de Sologne et les Compagnons de l'Asperge d'Argenteuil...

CONGÉ Document officiel qui accompagne obligatoirement les vins et alcools circulant sur le territoire français et qui atteste qu'ils ont acquitté la taxe due à la régie avant leur commercialisation. Dans le cas de vins en bouteilles, le congé est souvent matérialisé par une capsule apposée sur le goulot, attestant le paiement de la taxe et portant la mention DGDI (Direction générale des douanes et des impôts).

CONGÉLATEUR Appareil frigorifique ménager, en forme d'armoire ou de coffre, alimenté électriquement, destiné à conserver les aliments jusqu'à douze mois à la température de -18 °C, après les avoir congelés à -24 °C minimum.

Il existe quatre types de congélateurs (label « quatre étoiles » de l'Afnor) : le modèle à deux portes (de 40 à 150 litres) associe un réfrigérateur et un congélateur superposés ; l'armoire (de 50 à 600 litres), verticale, est garnie de tiroirs de rangement et présente un encombrement au sol minimal ; le coffre (de 125 à 600 litres), horizontal, offre, à capacité égale, un plus grand volume utile ; le combiné (de 200 à 500 litres pour le congélateur) juxtapose un congélateur-armoire et un réfrigérateur.

CONGÉLATION Traitement par le froid, en vue de la conserver, d'une denrée périssable dont la température à cœur doit alors atteindre le plus rapidement possible - 10 à - 18 °C. C'est la rapidité de la cristallisation de l'eau contenue dans l'aliment qui interrompt toute évolution microbienne et permet de préserver ses qualités organoleptiques et nutritionnelles. La congélation est la première en date des méthodes d'utilisation du froid profond. Alors que la surgélation est une méthode industrielle de conservation régie par décret, la congélation se fait essentiellement au niveau domestique ; elle est sûre (s'il n'y a pas de rupture de la chaîne du froid) et facile.

■ **Produits.** Presque tous les aliments sont congelables, parfois avec un artifice : ainsi les œufs, qui ne peuvent être congelés dans leur coquille, sont cassés et légèrement battus. Le seul impératif est de ne congeler que des denrées ou des préparations d'une fraîcheur absolue. Les viandes doivent subir un temps de rassissement préalable. Plats cuisinés et pâtes de pâtisserie représentent la plus grande part des produits congelés familiaux.

■ **Préparation.** Chaque aliment nécessite d'être préparé d'une manière spécifique.

• LÉGUMES. Blanchir rapidement à l'eau bouillante non salée (sauf tomates et champignons), puis égoutter, plonger dans l'eau glacée, égoutter de nouveau et sécher à fond.

• FRUITS. Ôter pédoncules et noyaux, essuyer soigneusement sans laver, poudrer de sucre (100 g par kg).

• VIANDE. Dégraisser au maximum, désosser si possible, détailler en petites pièces.

• VOLAILLE. Plumer, vider, flamber, dégraisser, bourrer de papier d'aluminium froissé, brider (ou couper en morceaux).

• POISSON. Vider, écailler, sécher, bourrer de papier d'aluminium ménager s'il est entier ; ou couper en tranches, ébarber et sécher.

• FROMAGES À PÂTE MOLLE. Les envelopper, à point.

• PLATS CUISINÉS. Interrompre leur cuisson de 10 à 20 min avant la fin.

• PÂTES DE PÂTISSERIE. Envelopper les pâtons, ou abaisser la pâte dans des moules en aluminium.

■ **Emballage.** Tous ces produits doivent être emballés dans du papier d'aluminium ménager, des feuilles et des sachets plastiques « spécial congélation », des barquettes d'aluminium et, pour les liquides, des boîtes cubiques. (Le verre et l'acier étamé sont totalement déconseillés.) Une fois emballés, il faut les étiqueter, puis les congeler en suivant scrupuleusement les indications du fabricant de l'appareil, puis les ranger le plus près possible les uns des autres.

CONGELÉS Nom donné d'une part aux aliments et aux plats conservés dans un congélateur après avoir été préparés dans ce but ; d'autre part aux produits commercialisés, soumis à un traitement par le froid et maintenus dans cet état jusqu'au moment de leur vente, dans les limites suivantes : -20 °C : glaces et crèmes glacées ; -18 °C : produits de la pêche et plats cuisinés ; -14 °C : beurre et graisses animales ; -12 °C : ovoproduits, lapin, volailles, abats ; -10 °C : viandes et autres denrées.

Les produits doivent porter la mention de la date de congélation ; la date de la première congélation est suivie de la lettre C ; en cas de décongélation suivie de transformation et de recongélation, c'est la date de cette dernière qui est mentionnée.

Les produits achetés congelés doivent être rapidement transportés dans des récipients isothermes et stockés dans un conservateur trois étoiles (***) ou quatre étoiles (****), ou dans un congélateur.

■ **Mode d'emploi.** En général, la décongélation préalable doit être évitée quand il s'agit d'aliments que l'on a congelés soi-même ; il suffit de les mettre dans de l'eau salée en ébullition, au four ou au gril préchauffés au maximum, à la fois pour les décongeler, les saisir et les cuire. En général, la cuisson des légumes congelés est plus courte que celle des légumes frais, tandis que celle des viandes est un peu plus longue. Les plats cuisinés, placés directement dans la casserole ou au four, dans leur barquette, cuisent toujours très vite. En revanche, la décongélation reste indispensable pour les grosses pièces (volailles entières, rôtis, crustacés), les pâtons, les fruits, la pâtisserie et les fromages. Elle ne doit jamais se faire à l'air libre, mais soit dans le réfrigérateur (de deux à vingt heures selon la nature et le volume du produit), soit dans un four (à air pulsé ou à micro-ondes, réglé sur la position « décongélation »). Dans tous les cas, la recongélation est à proscrire.

CONGOLAIS Petit-four ou bouchée, fait d'œuf (blanc ou jaune, ou les deux), de noix de coco râpée, de sucre semoule et de lait, et cuit à four chaud. On l'appelle aussi « rocher à la noix de coco ».

CONGRE Poisson, de la famille des congridés, commun dans la Manche et l'Atlantique, appelé *sili mor* en Bretagne et *orratza* en Gascogne (voir planche des poissons de mer pages 820 et 821). On le trouve aussi en Méditerranée sous le nom de *fiéla* ou *fela*. Surnommé couramment « anguille de mer » à cause de son corps lisse et long de 0,5 à 1,5 m (et jusqu'à 3 m), il a la peau nue et d'un gris brunâtre, sans écailles visibles, et pèse de 5 à 15 kg (parfois jusqu'à 30 kg) ; sa mâchoire de carnassier est large et garnie de dents solides. Il est commercialisé toute l'année, soit entier, soit en tronçons, soit en tranches. Sa chair ferme, mais assez fade, convient pour les soupes et les matelotes. Les tranches taillées dans le milieu et vers la tête (comportant moins d'arêtes que la queue) peuvent être rôties.

CONSERVATEUR Armoire frigorifique destinée à conserver les produits congelés ou surgelés (jusqu'à 12 mois), mais ne permettant pas de les congeler.

CONSERVATEUR (ADDITIF) Additif destiné à éviter les processus d'altération des produits alimentaires.

• Antiseptiques. Ce sont les plus courants. Ils comprennent en particulier l'anhydride sulfureux (E 220) et les sulfites (E 221 à 226), utilisés pour les boissons (vins, bières, jus de fruit), les fruits (secs et confits), les crevettes et les pommes de terre. Ils peuvent néanmoins entraver le métabolisme du calcium, et ils détruisent la vitamine B. Les nitrates et nitrites (E 249 à 252), employés pour le salage du beurre et en charcuterie, sont la forme moderne du salpêtre ; ils fixent la couleur des viandes et des salaisons, et, surtout, ils empêchent le développement du bacille botulique. L'acide sorbique (E 200, utilisé dans les fromages, les pruneaux, les jus de fruits, les vins), l'acide formique (E 236), l'acide acétique (E 260, c'est le vinaigre), l'acide lactique (E 270, dans le lait, les confiseries, les sodas), l'acide propionique (E 280, dans les produits de boulangerie et certains produits fermentés dont les fromages), ainsi que leurs dérivés, sont d'usage courant et d'une parfaite innocuité ; plusieurs font partie intégrante du métabolisme humain. Seuls l'acide benzoïque (E 210) et ses dérivés (E 211 à 217) peuvent susciter des allergies, d'ailleurs très rares.

• Antifongiques. Ce sont essentiellement le diphényle et ses dérivés (E 230 à 232), ainsi que le thiabendazole (E 233). Ils sont employés pour traiter en surface les bananes, les agrumes, le pédoncule des ananas et les papiers qui les conditionnent. Ce traitement doit être mentionné sur l'étiquette. Ces conservateurs ne pénètrent pas les écorces, mais, si l'on veut utiliser les zestes, il est préférable de choisir des fruits non traités.

CONSERVATION Maintien, pendant un temps plus ou moins long, des aliments périssables sous une forme consommable. La plupart des procédés de conservation sont ancestraux et d'origine empirique. Les découvertes biologiques de la fin du XIXe siècle et le perfectionnement des techniques ont cependant considérablement amélioré et diversifié les méthodes. La conservation, qu'elle soit industrielle, artisanale ou ménagère, consiste à interrompre ou à ralentir le développement et l'action des micro-organismes naturels et des enzymes, et d'éviter l'altération du produit.

• Déshydratation. Ce procédé élimine de l'aliment une grande partie de son eau (qui permet les réactions d'évolution). Ainsi, le séchage et le fumage sont connus depuis l'Antiquité. En pratique ménagère, pour déshydrater des légumes, des plantes aromatiques ou des champignons, il suffit de les exposer à l'air libre ou au soleil ; on obtient le même effet pour les fruits en les mettant dans un four normal. Au niveau industriel, la dessiccation fait appel à trois appareils (sécheurs à plateaux, pulvérisateurs ou tambours), selon la nature du produit. La lyophilisation consiste à déshydrater sous vide un produit surgelé.

• Saturation du milieu. Elle aboutit également, de façon moins directe, à éliminer l'eau. C'est le principe de la conservation par cuisson dans le sucre (confitures, confiseries) ou par salaison (viande crue plongée dans du sel sec ou une saumure saturée). Le salage intervient en outre pour conserver le beurre. La conservation à l'huile (plantes aromatiques, poisson), elle aussi fort ancienne, est limitée dans le temps.

• Enrobage. Il soustrait l'aliment à l'action de l'oxygène. Ainsi, traditionnellement, les œufs sont enveloppés dans du papier journal ou plongés dans du lait de chaux, les fruits sont enrobés de paraffine, et les confits se conservent dans leur graisse ; la stérilisation permet cependant de les garder beaucoup plus longtemps.

• Conservation antiseptique. Les antiseptiques créent un milieu incompatible avec toute vie microbienne, d'où leur emploi parmi les additifs autorisés. Les méthodes classiques utilisent soit le vinaigre ou l'aigre-doux (cornichons, pickles, chutneys), soit l'alcool (pour les fruits). La fermentation alcoolique (vin, bière, cidre, eau-de-vie) et la fermentation acide (choucroute) sont, à des degrés très différents, des facteurs de conservation.

• Traitement par la chaleur. La chaleur détruit enzymes et micro-organismes, à condition que la température soit suffisamment élevée et la durée du traitement assez longue. La pasteurisation (lait, semi-conserves) ne permet qu'une conservation courte (quelques jours à quelques mois) et oblige à garder les produits dans le réfrigérateur. La stérilisation (conserves, lait UHT) permet une très longue conservation à température ambiante (voir APPERTISATION). Ces deux procédés entraînent néanmoins la destruction de certaines vitamines. La tyndallisation (double stérilisation à vingt-quatre heures d'intervalle) n'est pas une technique de conservation parfaite ; de plus, elle altère fortement les qualités du produit.

• Traitement par le froid. Pendant des siècles, il a fallu se contenter de la glace et de la neige naturelles. À une température de -8 ou -10 °C, l'activité des enzymes et des bactéries est ralentie, mais les germes ne sont pas détruits. La réfrigération (de 5 à 8 °C) permet de garder pendant quelques jours légumes, produits laitiers, boissons entamées, viande fraîche, etc. Le grand froid (congélation [-18 °C] ou surgélation [-40 °C]) permet une conservation plus longue, jusqu'à plusieurs mois, et préserve au mieux les qualités nutritives et gustatives.

• Ionisation. Elle consiste à exposer les produits à un rayonnement ionisant, qui détruit enzymes et micro-organismes et interrompt la germination : l'industrie l'applique aux oignons, aux échalotes et à l'ail. Aujourd'hui, les appareils ménagers autorisent des temps de conservation de plus en plus longs, et les progrès réalisés dans l'emballage des produits permettent d'augmenter encore ces temps (voir CONDITIONNEMENT).

CONSERVE Produit alimentaire conditionné dans un récipient étanche aux liquides, aux gaz et aux micro-organismes, et traité par la chaleur pour assurer sa conservation (voir APPERTISATION). La fabrication des conserves se pratique à l'échelle familiale, mais surtout au niveau industriel.

■ **Produits.** Aujourd'hui, de très nombreux produits sont conservés par appertisation. Les légumes sont épluchés, triés, calibrés, nettoyés, parés et, pour la plupart, blanchis, puis rangés dans des boîtes métalliques ou des bocaux en verre qui sont remplis de jus, bouchés ou sertis et stérilisés à la chaleur. Les fruits sont triés, équeutés, dénoyautés, lavés, calibrés, pelés, parfois blanchis, mis en boîte ou en bocal, soit au naturel, soit au sirop, puis stérilisés. Les poissons sont triés, calibrés, vidés, étêtés, mis en saumure, lavés, séchés ou cuits à l'huile, à la vapeur ou dans la saumure, puis stérilisés. Les viandes et les plats cuisinés sont préparés avant d'être mis en boîte ou en bocal et stérilisés.

La durée d'une conserve est liée aux réactions chimiques internes. On peut garder pendant un an : baies, prunes, cerises ; deux ans : pêches, poires, autres fruits ; de un à deux ans : compotes et confitures ; deux ans : viandes, plats cuisinés ; de deux à trois ans : betteraves, épinards, choucroute, tomates, carottes, céleri ; de trois à quatre ans : pois, haricots verts, asperges, choux, champignons, macédoine ; cinq ans et plus : sardines, thons, maquereaux.

La consommation française de conserves se chiffrait, dans les années 1990, à 43 kg environ par habitant et par an. Outre les classiques, elle comporte des préparations élaborées (cassoulet, choucroute, crèmes d'entremets gâteaux de riz, pâtés, pies, raviolis), des produits exotiques (cœurs de palmier, crabe, fruits, germes de soja) ou étrangers (couscous, feuilles de vigne, goulache, paella, *turtle soup*), des sauces et des potages.

Les produits de haute qualité connaissent aussi un développement important (cèpes, confits, foie gras, morilles, truffes). Quant à l'industrie des jus de fruits et des fruits au sirop, elle y fait largement appel.

La sécurité des conserves est liée à trois opérations fondamentales : préchauffage pour éliminer l'air, sertissage des couvercles pour assurer l'étanchéité, passage à l'autoclave pour détruire le bacille botulique (100 °C pour les produits acides comme les fruits, 115 °C pour la plupart des légumes, 120 °C pour les viandes, de 122 à 130 °C pour les produits les plus denses, que la chaleur pénètre lentement). Pour préserver les qualités nutritives et la teneur en vitamines, on chauffe aujourd'hui davantage, mais moins longtemps.

L'étiquetage doit mentionner la composition (additifs compris) s'il s'agit d'un produit complexe (avec les pourcentages respectifs de viande et de garniture pour les plats cuisinés), la provenance et, enfin, la date de fabrication en clair, accompagnée d'une date limite d'utilisation optimale (DLUO).

■ **Les semi-conserves.** Ce sont des produits alimentaires traités pour être conservés un certain temps, conditionnés en pot de verre, en boîte métallique ou sous sachet en aluminium ou en polypropylène. Le traitement thermique est moins poussé que pour les conserves ; il est parfois remplacé par un simple saumurage. L'étiquette porte une date limite de vente et la mention « à conserver au froid ». On trouve ainsi, présentés dans des meubles réfrigérés, des produits de la mer, des plats cuisinés, de la charcuterie (sous plastique), des pâtés et des terrines.

CONSOMMÉ Bouillon de viande ou de poisson, servi chaud ou froid, généralement au début du repas.

• Consommé simple. Il est constitué par le bouillon du pot-au-feu, et parfois servi comme potage clair, garni éventuellement de viande émincée, de vermicelle ou de cheveux d'ange, de tapioca, de julienne, de moelle, d'œufs pochés, de fromage râpé, de croûtons, de petites quenelles, de raviolis, etc.

▶
Consommé Brillat-Savarin, lanières de crêpe
Recette voir page 318.



• **Consommé double.** Il s'agit d'un consommé simple clarifié (voir CLARIFIER), ce qui l'enrichit de substances nourrissantes et très aromatiques ; ce consommé, dit « double », reçoit les garnitures les plus diverses en fonction de la base avec laquelle il est préparé : le bœuf et la volaille sont les plus usités ; le poisson et, plus encore, le gibier sont rarement employés aujourd'hui. Les consommés peuvent également être liés aux jaunes d'œuf et à la crème fraîche, ou avec de l'arrow-root.

Les consommés froids sont mis 1 heure ou 2 dans le réfrigérateur avant d'être servis. Ils peuvent prendre l'apparence d'une légère gelée très sapide, due à la plus grande concentration d'éléments nutritifs, parfois renforcée par de la gélatine.

CONSOMMÉS SIMPLES

consommé blanc simple

Ficeler 2 kg de viande de bœuf (jarret, macreuse, gîte-gîte, paleron, jumeau, plat de côtes) et 1,5 kg de jarret de bœuf (avec os), et les mettre dans une grande marmite. (Pour extraire le maximum de suc des os, les faire concasser par le boucher.) Mouiller de 7 litres d'eau froide. Porter à ébullition, et écumer délicatement la couche d'albumine légèrement coagulée qui se forme à la surface. Ajouter un peu de gros sel (il vaut mieux rectifier l'assaisonnement en fin de préparation que de saler avec excès en début de cuisson), puis 3 ou 4 grosses carottes, 400 g de navets, 100 g de panais, épluchés, 350 g de poireaux lavés et ficelés en bouquet, 2 branches de céleri effilées, 1 oignon moyen piqué de 2 clous de girofle, 1 gousse d'ail, 1 brin de thym et 1/2 feuille de laurier. Cuire 4 heures au moins à tout petits bouillons. Retirer la viande et passer délicatement le bouillon à travers un chinois. Dégraisser au maximum, à chaud ou à froid (la graisse se solidifie à la surface). Ce consommé blanc peut être utilisé pour mouiller certaines préparations à la place d'eau (pot-au-feu, riz pilaf, ragoûts, etc.).

consommé simple de gibier

Mettre 2 kg d'épaule ou de collier de chevreuil, 1 kg d'avants de lièvre ou de lapin de garenne, 1 vieux faisan et 1 perdrix (on peut modifier ces proportions en fonction des disponibilités), coupés en morceaux nettoyés, dans la lèchefrite du four préchauffé à 250 °C et les faire colorer. Les disposer alors dans une grande marmite, sans jeter le jus de la lèchefrite, mouiller de 6 litres d'eau froide et porter à ébullition. Pendant ce temps, éplucher 300 g de carottes, 300 g de poireaux, 300 g d'oignons, 150 g de céleri en branche. Les couper en morceaux et les faire revenir à leur tour au four dans la lèchefrite. Nouer dans une mousseline 50 g de baies de genièvre et 3 clous de girofle. Quand le bouillon atteint l'ébullition, ajouter les légumes, 50 g de queues de persil, 2 gousses d'ail pelées, 2 branches de thym, 1 feuille de laurier, 40 g de sel, 1 bouquet garni et le nouet, puis porter de nouveau à ébullition. Laisser ensuite cuire doucement pendant 3 h 30. Dégraisser et passer le bouillon : il est prêt à être servi comme potage ou à être clarifié comme du consommé de bœuf. (Désossées et réduites en purée ou en salpicon, les viandes qui ont servi à sa préparation seront ensuite utilisées pour confectionner diverses garnitures.)

consommé simple de poisson

Procéder comme pour le consommé blanc simple, mais en remplaçant le bœuf par 1,5 kg de brochet, 600 g d'arêtes de poisson blanc et 1 kg de têtes de turbot, coupés en morceaux bien nettoyés. Les mettre dans une grande marmite, mouiller de 6 litres d'eau froide et porter à ébullition. Pendant ce temps, éplucher 300 g d'oignons et 200 g de poireaux, et les émincer finement. Les mettre dans la marmite avec le poisson, 80 g de queues de persil, 30 g de céleri, 1 branche de thym, 1 feuille de laurier, 40 g de sel et 6 dl de vin blanc. Cuire 45 min à petite ébullition. Passer le bouillon au tamis. Pour clarifier 3 litres de consommé de poisson, il faut le laisser frémir sur le feu, 30 min seulement, avec 1,5 kg de chair de merlan ou de brochet hachée, 150 g de poireaux, 50 g de queues de persil et 4 blancs d'œuf crus.

consommé simple de volaille

Procéder comme pour le consommé blanc simple, mais en remplaçant les 2 kg de bœuf par une poule et 3 ou 4 abattis dorés au four, et le jarret de bœuf par 750 g de jarret de veau. Pour la clarification, remplacer le bœuf haché par 4 ou 5 abattis de volaille concassés. La poule sera utilisée pour un autre plat.

raviolis de foie gras en consommé de poularde → RAVIOLIS

CONSOMMÉS DOUBLES

consommé Bizet

Confectionner de très petites quenelles de volaille additionnées d'estragon haché. Les faire pocher dans 1,5 litre de consommé de volaille. Clarifier celui-ci, le lier légèrement de tapioca, le garnir des quenelles et le parsemer de pluches de cerfeuil. Servir avec de petites profiteroles fourrées d'une brunoise.

consommé Brillat-Savarin

Lier de fécule de maïs 1,5 litre de consommé de volaille et le garnir de 2 cuillerées à soupe de julienne de blanc de volaille pochée et de 2 cuillerées à soupe de chiffonnade de laitue et d'oseille. Parsemer de pluches de cerfeuil et servir à part 2 cuillerées à soupe de lanières fines de crêpes salées. (Voir photographie page 317.)

consommé à l'essence de céleri ou d'estragon

Ajouter aux autres éléments, au moment de la clarification, 1,5 litre de consommé de bœuf ou de volaille, le cœur d'un pied de céleri finement émincé, ou, à la fin de la clarification, avant de la passer, 20 g de feuilles d'estragon frais.

consommé Florette
Faire fondre au beurre 150 g de fine julienne de poireau, arroser de consommé blanc, faire réduire à sec. Cuire 2 cuillerées à soupe de riz dans 1,5 litre de consommé bien aromatisé, y ajouter le poireau. Servir en même temps de la crème fraîche très épaisse et du parmesan râpé.

consommé à l'impériale
Faire pocher dans un bouillon des petites crêtes et des rognons de coq. Cuire dans 1,5 litre de consommé 2 cuillerées à soupe de riz. Ajouter 2 ou 3 cuillerées à soupe de petits pois cuits, les crêtes et les rognons de coq, et une julienne très fine de crêpes salées.

consommé Léopold
Faire fondre au beurre une chiffonnade d'oseille pour en garder 2 cuillerées à soupe. Cuire 2 cuillerées à soupe de semoule dans 1,5 litre de consommé. Y ajouter l'oseille et des pluches de cerfeuil.

consommé à la madrilène
Avant de clarifier 1,5 litre de consommé de volaille, y ajouter 3 dl de pulpe de tomate crue tamisée. Passer le consommé au tamis très fin, ajouter une pointe de poivre de Cayenne et laisser refroidir complètement, puis mettre dans le réfrigérateur. Servir froid, en tasses, garni ou non de tout petits dés de poivron rouge cuits au bouillon.

consommé Nesselrode
Préparer, d'une part, un consommé de gibier et, d'autre part, de très petits choux salés. Fourrer la moitié de ceux-ci de purée de marron additionnée du tiers de son poids de purée d'oignon, et l'autre moitié d'une duxelles de champignons bien sèche. Garnir le consommé de ces profiteroles.

consommé aux nids d'hirondelle
Préparer un consommé de volaille corsé (en Chine, c'est traditionnellement un bouillon de canard) et le clarifier. Laisser tremper 2 heures dans l'eau froide des nids d'hirondelle (12 g en moyenne, 1 par bol de bouillon). Quand ils sont devenus translucides, les débarrasser de tous les petits débris (de coquille, le plus souvent) qu'ils contiennent et les plonger 5 min dans de l'eau bouillante. Les égoutter et les ajouter dans le consommé bouillant. Cuire 30 à 45 min, sans ébullition. Servir le consommé garni de nids bouillants dans des bols en porcelaine.

consommé Pepita
Préparer une royale tomatée, la couper en dés ; peler et épépiner 1 poivron vert, le couper en dés ; cuire ceux-ci dans un peu de consommé. Aromatiser de paprika 2 cuillerées à soupe de concentré de tomate et les ajouter au consommé, ainsi que la royale et le poivron.

consommé princesse
Étuver au beurre 15 pointes de petites asperges vertes. Confectionner 15 petites quenelles de volaille et les pocher dans du bouillon bien aromatisé. Les ajouter à 1,5 litre de consommé avec les pointes d'asperge et des pluches de cerfeuil.

consommé aux profiteroles
Préparer 20 petites profiteroles fourrées d'une purée de viande, de gibier, de légumes ou de volaille. Lier au tapioca le consommé correspondant, le parsemer de pluches de cerfeuil. Servir les profiteroles en même temps, mais à part.

consommé à la reine
Préparer un consommé de volaille et de la royale ordinaire. Tailler en fine julienne les blancs d'une volaille pochée au court-bouillon. Lier le consommé au tapioca ; le garnir de royale (détaillée en dés ou en losanges) et de la julienne de volaille.

consommé Saint-Hubert
Préparer 1,5 litre de consommé de gibier, ajouter 1 dl de bon vin blanc, le lier au tapioca, puis le garnir d'une royale ordinaire et d'une julienne de champignons étuvée au madère.

CONSTANTIA Vin produit par le plus ancien vignoble d'Afrique du Sud, planté aux environs du Cap à la fin du XVIIe siècle. Très réputé au XIXe siècle en Angleterre et en France sous le nom de « vin de Constance », ce vin de liqueur un peu musqué, issu du cépage bordelais muscadelle, est aujourd'hui produit en petite quantité.

CONTENANCE ET **CAPACITÉ** Volume intérieur d'un récipient, déterminant la quantité de produit qu'il peut renfermer. Dans la pratique, on parle de capacité pour les bouteilles et de contenance pour les autres récipients. La différence qui existe toujours entre le contenu nominal (contenance du récipient) et le contenu effectif (volume ou poids net contenu) a fait l'objet d'une normalisation, notamment pour les conserves appertisées, dont le poids varie à contenance égale, et pour les boissons, notamment le vin et la bière.

En cuisine, on se sert couramment de récipients usuels pour estimer le volume de certaines denrées ; la densité du produit et la possibilité de le tasser font varier son poids (ainsi, une cuillerée à soupe de farine pèse 30 g bombée, 15 g rase).

– assiette à soupe : de 2,5 à 3 dl (de 250 à 300 cm^3)
– bol : 3,5 dl (350 cm^3)
– cuillère à café : 0,5 cl (5 cm^3)
– cuillère à dessert : 1 cl (10 cm^3)
– cuillère à soupe : 1,5 cl (15 cm^3)
– tasse à café : 1 dl (100 cm^3)
– tasse à déjeuner : de 2 à 2,5 dl (de 200 à 250 cm^3)
– tasse à moka : de 8 à 9 cl (de 80 à 90 cm^3)
– tasse à thé : de 1,2 à 1,5 dl (de 120 à 150 cm^3)
– verre à bordeaux : de 9 cl à 1 dl (de 90 à 100 cm^3)
– verre à eau : de 2 à 2,5 dl (de 200 à 250 cm^3)
– verre à liqueur : de 2,5 à 3 cl (de 25 à 30 cm^3)
– verre à madère : de 5 à 6 cl (de 50 à 60 cm^3)
– verre à whisky : de 2 à 2,5 dl (de 200 à 250 cm^3).

CONTI Nom donné, en cuisine classique, aux apprêts comportant des lentilles. Pour les pièces de boucherie Conti rôties, poêlées ou braisées, la garniture est une purée de lentilles cuite avec du lard maigre servi en lamelles. Pour la garniture Conti, la purée de lentilles entre dans la composition de croquettes, que l'on accompagne de pommes rissolées. Pour les œufs sur le plat Conti, seule la purée de lentilles intervient en bordure ; dans le potage Conti, elle est allongée de bouillon et liée au beurre frais avec des croûtons.

CONTISER Sertir des lames de truffe ou de langue écarlate, taillées en petites crêtes, à la surface de filets de volaille, de gibier ou de poisson (de sole, principalement). On pratique de petites incisions dans les filets crus, à intervalles réguliers, et on y introduit les décors, préalablement trempés dans du blanc d'œuf pour les faire adhérer.

CONVERSATION Petite pâtisserie aux amandes en pâte feuilletée nappée de glace royale et décorée de croisillons de feuilletage. Elle serait née à la fin du XVIIIe siècle et devrait son nom au titre d'un ouvrage alors à la mode, *les Conversations d'Émilie*, de Mme d'Épinay (1774).

conversations

Casser 3 œufs en séparant blancs et jaunes. Travailler 150 g de beurre en pommade à l'aide d'une spatule de bois, y incorporer 150 g de sucre semoule, et les 3 jaunes d'œuf, un par un. Mélanger intimement, puis ajouter 175 g de poudre d'amande. Bien remuer, puis incorporer 50 g de fécule et 1 sachet de sucre vanillé. Partager 400 g de pâte feuilletée en 3 masses (2 masses égales, la troisième plus petite). Étendre les deux premières masses au rouleau et, avec l'une des abaisses, foncer 8 moules à tartelette beurrés. Les garnir de crème aux amandes, en l'étalant sur le fond, régulièrement, jusqu'à 1/2 cm du bord. Mouiller d'eau la couronne laissée libre. Les moules étant rangés les uns contre les autres, les recouvrir avec la seconde abaisse. Coller celle-ci en passant le rouleau, qui dans le même temps, la découpera. Battre 2 blancs en neige molle en y incorporant 250 g de sucre glace et étaler ce glaçage sur les conversations. Aplatir le reste de la pâte, la découper en bandelettes de 3 mm de large, et les disposer en losanges sur le glaçage en les entrelaçant. Laisser reposer 15 min avant de cuire 30 min au four préchauffé à 180-190 °C. Servir froid.

CONVIVIALITÉ Terme adopté dans les années 1970 par le langage de la sociologie pour désigner la satisfaction qu'éprouvent plusieurs personnes à se trouver ensemble, et qui se manifeste notamment par le plaisir de partager un repas.

Dans toutes les traditions, le repas pris en commun est un acte social fondamental, qui s'accompagne souvent de symboles de bienvenue, notamment dans les civilisations moyen-orientale et russe. On accueille un étranger en partageant du pain et du sel, en offrant une tasse de thé. Ce moment privilégié crée des obligations et des droits mutuels : l'hôte protège son invité, mais le convive respecte les règles de celui qui le reçoit et ne doit pas trahir sa confiance.

Dans toutes les sociétés, chaque circonstance de la vie, heureuse ou malheureuse, chaque événement d'ordre religieux ou social est célébré par un repas, une distribution de friandises et de victuailles diverses.

COOKIE Petit gâteau sec américain, individuel, sucré et cuit au four sur une plaque. Les cookies sont souvent des sablés, agrémentés d'ingrédients divers : pépites de chocolat, gingembre, noisettes, noix de pecan.

COPEAUX Apprêts de pâtisserie légers en forme de petits tuyaux. On donne aussi ce nom à un décor en chocolat – typique du gâteau de la Forêt-Noire –, obtenu en « rabotant » l'arête d'une tablette avec la lame d'un couteau, ou en coulant du chocolat fondu sur du marbre et en le raclant lorsqu'il a durci.

COPPA Charcuterie italienne (Tessin) ou corse, faite d'échine de porc désossée et parée, salée et marinée au vin rouge et à l'ail, puis enfermée dans un boyau. La coppa est séchée, mais pas dure. Assez grasse, aromatisée et de saveur fine, elle se consomme nature, en tranches fines ; elle est aussi utilisée comme le bacon.

COPRAH Amande de la noix de coco, débarrassée de sa coque, séchée au soleil, concassée et prête à être pressée pour en extraire de l'huile. Cette huile, utilisée depuis longtemps en savonnerie, est entrée dans le domaine alimentaire quand on est parvenu à lui ôter tout caractère rance. Depuis, grâce à sa longue conservation et à sa saveur neutre, elle a été largement commercialisée comme graisse végétale, sous des noms différents : végétaline, cocose, cocoline…

COPRIN CHEVELU Champignon à lamelles, dont le chapeau en cloche est rabattu contre le pied et couvert de mèches ocre. Il doit être récolté jeune et consommé dans les heures qui suivent sa cueillette. Les coprins ont tous une nature éphémère et une nette déliquescence. Le coprin chevelu se mange à la croque-au-sel ou sauté, à l'huile ou au beurre, avec une pointe d'ail ; il ne faut jamais lui ajouter d'alcool, car il y réagit en produisant des substances toxiques.

COQ Oiseau domestique, de la famille des gallinacés, mâle de la poule (**voir** tableau des volailles page 1108). Dans l'élevage fermier, on gardait les coqs bons reproducteurs tant qu'ils assuraient leur rôle. Ils étaient donc âgés lorsqu'on les abattait et devaient subir une longue cuisson, du genre daube. Aujourd'hui, ces plats sont très souvent préparés avec du poulet ou de la poule.

Les crêtes et les rognons constituent une garniture qui était très fréquente dans la cuisine ancienne.

▶
Coq au vin à la mode rustique
Recette voir page 322.



RECETTE DU RESTAURANT *LES MILLÉSIMES*, À GEVREY-CHAMBERTIN

coq au chambertin

« Flamber, vider et découper 1 beau coq en une dizaine de morceaux. Les assaisonner de sel et de poivre. Les mettre dans un grand récipient avec 200 g de carottes et 200 g d'oignons, épluchés et émincés, 5 gousses d'ail entières et 1 bouquet garni. Arroser de 2 dl de cognac et remuer. Mouiller de 0,5 dl d'huile d'olive et de 1 bouteille de chambertin, et laisser mariner 12 heures au moins. Égoutter alors séparément le coq et les légumes, et garder le jus. Dans une cocotte, dorer au beurre clarifié ou à la graisse d'oie les morceaux de volaille. Ajouter les légumes et faire revenir le tout quelques minutes. Ôter l'excès de matière grasse. Saupoudrer de 30 g de farine, remuer, et passer un peu au four pour la cuire. Mouiller alors avec le vin de la marinade et 2,5 dl de fond blanc, et compléter à hauteur avec le même vin. Ajouter 150 g de cèpes séchés, préalablement trempés à l'eau tiède et essorés. Porter à ébullition et cuire 35 min au four préchauffé à 180 °C. Cuire à l'eau salée et beurrée 200 g de petits oignons, en les tenant un peu fermes. Cuire dans très peu d'eau, avec sel, beurre et citron, 500 g de champignons de Paris nettoyés. Découper en dés et blanchir à l'eau 300 g de poitrine de porc. Faire sauter au beurre toutes ces garnitures. En fin de cuisson, sortir les morceaux de coq et les disposer sur un plat de service. Les couvrir des garnitures et tenir au chaud. Passer la sauce au chinois, la laisser reposer et la dégraisser. La lier avec le sang et le foie haché du coq, si on en dispose, ou avec un peu de beurre manié. Napper le plat de cette sauce, et maintenir au chaud de 20 à 30 min avant de servir, éventuellement accompagné de croûtons grillés ou de pommes de terre. »

coq en pâte

Habiller et flamber un coq ; en ôter le bréchet et le farcir copieusement avec du foie gras et des truffes, coupés en gros dés (salés, épicés et arrosés d'un peu de cognac), et un peu de farce fine. Brider la volaille en entrée. La dorer sur tous les côtés dans 20 g de beurre. La recouvrir de 300 g de matignon et l'envelopper dans une crépine de porc trempée dans de l'eau froide et épongée. La poser sur une abaisse ovale de pâte à foncer préparée avec 500 g de farine, 300 g de beurre, 1 œuf, 1 dl d'eau et 10 g de sel, et la recouvrir d'une abaisse de même pâte. Bien souder les bords en les pinçant. (Aujourd'hui, la volaille est le plus souvent placée dans une terrine ovale qui la contient tout juste et simplement recouverte de pâte à foncer.) Dorer la pâte à l'œuf. Ménager une cheminée. Cuire 1 h 20 au four préchauffé à 220 °C, en protégeant d'un papier d'aluminium en fin de cuisson. Servir avec une sauce Périgueux à part.

coq au vin à la mode rustique

Saler et poivrer 1 coq coupé en morceaux. Éplucher 12 petits oignons blancs. Blanchir 125 g de lardons maigres. Chauffer 1 cuillerée à soupe d'huile et 60 g de beurre dans une cocotte. Y faire dorer les lardons et les oignons. Les égoutter. Les remplacer par les morceaux de coq, en les retournant plusieurs fois, puis remettre les lardons et les oignons. Bien remuer. Chauffer 1 cuillerée à soupe de cognac, la verser dans la cocotte et flamber. Ajouter petit à petit 75 cl de vin rouge, 1 bouquet garni et 2 gousses d'ail écrasées. Porter lentement à ébullition, couvrir et laisser mijoter 1 heure. Nettoyer et émincer 200 g de champignons de Paris. Les faire sauter dans 30 g de beurre et les ajouter dans la cocotte. Poursuivre la cuisson de 20 à 25 min. Quelques minutes avant de servir, mélanger dans un bol 60 g de beurre et 1 cuillerée à soupe de farine. Délayer avec un peu de sauce chaude, puis verser petit à petit dans la cocotte. Remuer 5 min, puis ajouter 3 cuillerées à soupe de sang de volaille et laisser épaissir 5 min en remuant sans arrêt. Servir très chaud avec de petites pommes de terre vapeur ou des pâtes fraîches. (Voir photographie page 321.)

rognons de coq pour garnitures → ROGNON
salpicon de crêtes de coq → SALPICON

COQ DE BRUYÈRE Gibier à plume, de la famille des tétraonidés, appelé aussi « grand tétras ». De la taille d'un dindon, le mâle adulte peut peser jusqu'à 8 kg ; sa chasse est strictement réglementée. Il vit dans les régions froides et montagneuses d'Europe septentrionale et centrale et, en France, dans les Ardennes, les Vosges, les Pyrénées ; il se nourrit de bourgeons de résineux, ce qui donne à sa chair un goût prononcé de résine. On lui préfère, en cuisine, le petit coq de bruyère des Alpes, ou tétras-lyre ; sa chair délicate, plus blanche que celle du faisan, s'apprête comme celle-ci.

Au Canada, on ne trouve pas de coq de bruyère, mais plusieurs autres variétés de tétras.

COQ ROUGE Poisson de la famille des serranidés, reconnaissable à sa couleur rouge vermillon et à ses nombreux points bleus. Le coq rouge, long de 40 cm environ, est très commun sur les côtes proches du littoral de l'Afrique de l'Ouest. Comme la plupart des mérous, dont il fait partie, il a une chair excellente et se prépare facilement, grillé en darnes ou en carpaccio mariné dans du citron vert et de l'huile d'olive.

COQUE Petit coquillage de 3 à 4 cm, qui vit sur les fonds sableux ou vaseux (voir planche des coquillages page 324). Ses deux coquilles égales portent vingt-six côtes bien marquées et renferment une noisette de chair et un minuscule corail. Les coques retiennent du sable ; il faut les laisser dégorger douze heures dans de l'eau de mer ou de l'eau bien salée avant de les utiliser. Vendues au litre ou au kilo, elles se mangent crues, mais surtout cuites, comme les moules. Celles de Picardie, dites « hénons », sont réputées.

▶ **Recette** : SALADE.

COQUE (APPRÊT) Petit apprêt de pâte en meringue, à progrès ou à succès, utilisé pour réaliser des petits-fours ou des gâteaux ; les coques à petits-fours sont soudées deux à deux par une marmelade de fruits, une crème au beurre parfumée ou de la crème de marron, puis éventuellement glacées au fondant. Les meringues sont réunies par deux avec de la crème pralinée, de la chantilly ou de la glace.

COQUE (GÂTEAU) Brioche aux fruits confits, préparée dans le sud de la France comme gâteau des Rois, pour Pâques, ou en couronne lors de fêtes familiales. Celle de Limoux est au cédrat ; dans l'Aveyron, elle est parfumée à la fleur d'oranger, au cédrat et au rhum.

COQUE (À LA) Se dit d'un mode de cuisson de l'œuf immergé de 3 à 4 min dans de l'eau bouillante et dégusté à même la coquille, posé dans un coquetier. Cette expression s'applique également aux mets que l'on fait pocher sans épluchage (pêche). Certains auteurs veulent écrire « à la coq », par allusion au nom donné au cuisinier à bord d'un navire (maître coq).

On désigne aussi par ce terme divers mets que l'on déguste dans leur enveloppe naturelle.

▶ Recettes : LANGOUSTINE, ŒUF À LA COQUE, PERDREAU ET PERDRIX.

COQUELET Jeune coq de 500 à 600 g environ, dont la consommation est aujourd'hui devenue à la mode. Sa chair, à peine faite, a peu de saveur (celle des volailles de 750 à 900 g est moins insipide). Le coquelet se consomme rôti, grillé ou pané et frit, et s'accompagne d'une sauce relevée (citron, poivre vert). On ne le découpe pas, mais on le fend en deux dans le sens de la longueur.

COQUELICOT Plante de la famille des papavéracées, comme le pavot, dont la fleur est d'un rouge éclatant. Ses pétales sont utilisés comme colorant en confiserie, notamment pour la fabrication des « coquelicots de Nemours », bonbons plats et rectangulaires de sucre cuit, coloré en rouge et parfumé.

Les feuilles se consommaient autrefois en légume, comme l'oseille.

COQUETIER Petit godet à pied servant de support à l'œuf que l'on mange à la coque ; il se pose sur une soucoupe assortie ou dans l'assiette.

La coquetière est un ustensile en fer-blanc, servant à immerger les œufs dans l'eau bouillante pour les cuire à la coque.

COQUETTE Poisson de la famille des labridés, qui se pêche sur les côtes proches du littoral, de la Norvège au Sénégal, mais aussi en Méditerranée. La coquette, aussi appelée « labre », mesure 40 cm et peut vivre vingt ans. Elle vit dans les herbiers ou les champs de laminaires, où elle se nourrit de petits crustacés et de mollusques. En Bretagne, on la cuit au four sur un lit d'oignon.

COQUILLAGE Terme qui s'applique en gastronomie à la partie comestible des petits mollusques à coquille autres que les huîtres, les moules et les coquilles Saint-Jacques.

Les coquillages (voir tableau) sont soit bivalves (amande de mer, clam, coque, palourde, pétoncle, praire, vanneau, vernis), soit gastropodes (bigorneau, bulot, ormeau, patelle). Leur vente est interdite au-dessous de dimensions minimales (4,5 cm pour le clam ; 3 cm pour la coque ; 8 cm pour l'ormeau ; 3,5 cm pour la palourde et le pétoncle ; 3 cm pour la praire).

Caractéristiques des différentes variétés de coquillages

variétés	provenance	époque	aspect
coquillages bivalves			
amande de mer	Manche, Atlantique	oct.-mars	velouté, coquille marron
clam	Atlantique, Amérique	oct.-févr.	grand, lisse, coquille marron
coque	Manche, Atlantique	oct.-avr.	ovale, coquille blanche
couteau	Manche	mars-mai	rectangulaire, coquille beige foncé
palourde	Atlantique	toute l'année	coquille striée, coquille jaune à marron
pétoncle noir	Atlantique, Méditerranée	fin mars-fin déc.	oreilles de taille inégale, coquille marron
praire	Manche, Atlantique	oct.-mars	côtes concentriques, coquille gris-blanc
vanneau, pétoncle blanc	Manche, Atlantique	nov.-janv.	oreilles de taille peu égale, coquille blanche
vernis	Atlantique, Méditerranée	toute l'année	grand, lisse, coquille brun-fauve
coquillages gastropodes			
bigorneau	Atlantique, Irlande	toute l'année	globuleux, coquille brune ou noire
bulot ou buccin	Manche, Méditerranée	févr.-juill. ; oct.-déc.	conique, ventru, à spirale, coquille marron
lambi	Antilles	toute l'année	intérieur nacré, coquille rose
ormeau	Atlantique, Méditerranée	mars-mai	ovale, coquille grise
patelle ou bernique	Atlantique, Manche	toute l'année	régulière, ovale, élevée, coquille marron


Coquillages
et mollusques
poulpe
encornet
seiche
huître
huître plate
clam
violet
vernis
ormeau
bernique
bulots
praire
coquille Saint-Jacques
pétoncle
coques
amande
palourde
couteau
moules
bigorneaux

À moins de les manger crus, il ne faut généralement pas ouvrir les coquillages à la main, mais sur le feu ; on ne doit pas consommer ceux qui restent fermés après cuisson. Les coquillages figurent sur la table dans le plateau de fruits de mer, comme garniture de poisson ou cuisinés selon des apprêts régionaux.

COQUILLE Préparation faite d'un salpicon, d'une purée ou d'un ragoût (simple ou composé), liée et nappée d'une sauce appropriée à la garniture, dressée dans une coquille de saint-jacques ou dans un récipient de même forme. La coquille est habituellement gratinée ou glacée et servie chaude, en hors-d'œuvre ou comme petite entrée, mais elle peut aussi être dégustée froide.

La gamme des préparations chaudes est vaste : amourettes à la duxelles, cervelles en sauce, barbue aux crevettes, queues d'écrevisse ou foies de raie au beurre blond, huîtres à la diable, laitances aux épinards, viande de desserte à la sauce tomate, volaille émincée, moules, ris d'agneau, restes de poisson, etc.

Les coquilles froides sont généralement faites de coquillages liés d'une sauce froide, ou de restes de poisson à la mayonnaise, de saumon, de crevettes, d'escalopes de homard ou d'huîtres. Elles sont souvent dressées sur une chiffonnade de laitue, décorées de mayonnaise, de rondelles de citron, d'olives noires, etc.

coquilles chaudes de poisson à la Mornay
Mélanger un reste de poisson cuit (100 g par personne) avec 3 dl de sauce Mornay et 1 bouquet de persil haché. Rectifier l'assaisonnement. Garnir les coquilles. Parsemer de gruyère râpé et de noisettes de beurre, et faire gratiner dans le four préchauffé à 260 °C.

coquilles froides de homard
Préparer de la chiffonnade de laitue à la vinaigrette ; la répartir dans des coquilles de saint-jacques. Assaisonner de vinaigrette un salpicon de chair de homard poché au court-bouillon. En recouvrir la chiffonnade de laitue. Parsemer de persil et de cerfeuil ciselés. Placer sur chaque coquille deux escalopes de homard. Napper de mayonnaise dressée à la poche à douille munie d'un embout cannelé. Garnir de très petits cœurs de laitue et de quartiers d'œuf dur.

COQUILLE SAINT-JACQUES Gros coquillage bivalve vivant sur les fonds côtiers sableux ou herbeux, appelé aussi « peigne » ou « pèlerine », qui se déplace en ouvrant et en fermant sa coquille. La coquille Saint-Jacques servait autrefois d'emblème aux pèlerins qui, au terme d'un long voyage, avaient atteint Saint-Jacques-de-Compostelle. Plate d'un côté et bombée de l'autre, striée de rainures en éventail, elle mesure de 10 à 15 cm

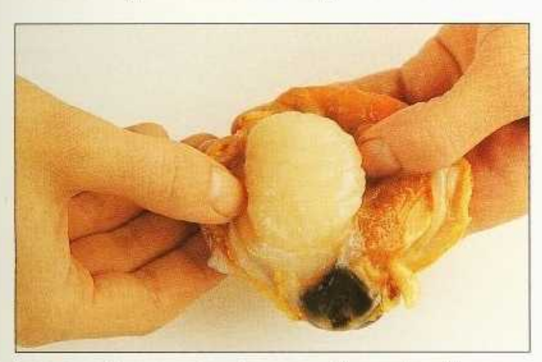
Nettoyer des coquilles Saint-Jacques



1. Poser la saint-jacques en tenant la charnière opposée à soi. Glisser la lame d'un couteau fort entre les deux coquilles, au niveau du muscle adducteur. Sectionner ce muscle en glissant la lame le long du couvercle.



2. Passer la coquille ouverte délicatement sous l'eau pour en éliminer le sable. Décoller la noix à l'aide d'une cuillère à soupe.



3. Retirer d'une pression des pouces le muscle adducteur ainsi que la membrane, les barbes et la poche noirâtre.



4. Retirer la ventouse du corail en la coupant. Laisser dégorger quelques minutes à l'eau froide.

(la pêche des coquilles de moins de 10,2 cm est interdite) lorsqu'elle est commercialisée (voir planche des coquillages page 324). Elle contient 90 g de chair blanche et ferme, très fine, et de corail qui apportent 70 Kcal pour 100 g. La noix de chair est blanche et ferme, et de saveur très fine.

■ **Emplois.** La coquille Saint-Jacques s'achète fermée. Après l'avoir soigneusement brossée, on l'ouvre au couteau en soulevant la valve du dessus, la lame du couteau passant entre la coquille et la noix ; on met la noix de chair à dégorger dans de l'eau claire pendant 15 min ; on la débarrasse des barbes, qui peuvent servir à préparer un fumet. Les poissonniers vendent aussi des intérieurs (noix et corail) déjà nettoyés ; on les trouve aussi surgelés, nature ou cuisinés.

Les coquilles Saint-Jacques se consomment généralement cuites. Elles se servent dans leur coquille, à l'américaine, au champagne, au cari ou en gratin, pochées avec diverses sauces, en brochettes, sautées à la provençale, ou encore froides, en salade. Très appréciées en France, elles sont les coquillages les plus consommés après les huîtres et les moules ; les États-Unis et le Canada en exportent de grandes quantités vers l'Europe.

brochettes de coquilles Saint-Jacques et d'huîtres à la Villeroi → BROCHETTE
cassolettes de saint-jacques aux endives → CASSOLETTE

RECETTE DE JEAN ET PAUL MINCHELLI

coquilles Saint-Jacques crues

« Décoquiller 4 belles coquilles Saint-Jacques, les ébarber, les laver à grande eau, les sécher sur un linge. Escaloper les noix en tranches très minces et les disposer dans le fond d'une assiette froide et légèrement huilée. Napper au pinceau d'huile d'olive, donner 1 tour du moulin à poivre. Ne pas saler. Décorer de lamelles fines de corail et servir avec des toasts Melba. »

coquilles Saint-Jacques à la nage

Mettre dans une casserole 100 g de fines rondelles de carotte (de préférence cannelées), 100 g de petits oignons émincés, 4 échalotes hachées, 1 gousse d'ail écrasée, 1 brin de thym, 1/2 feuille de laurier et 1 poignée de queues de persil ; mouiller avec 1 dl de vin blanc et 2 dl d'eau ; ajouter du sel et du poivre, cuire 20 min tout doucement et laisser refroidir. Laver et brosser 16 coquilles Saint-Jacques et les faire juste ouvrir dans le four, partie bombée en dessous. Détacher la chair, séparer la noix et le corail des barbes grisâtres, bien laver le tout pour en retirer le sable. Mettre noix, coraux et barbes dans la nage froide, porter à ébullition et pocher 5 min à petits frémissements. Égoutter noix et coraux ; les tenir au chaud. Laisser bouillir doucement le reste 15 min, puis retirer les barbes. Ajouter éventuellement de la crème fraîche. Faire réduire la nage d'un tiers et en napper les noix et les coraux.

feuilletés de coquilles Saint-Jacques → FEUILLETÉ

mariné de loup de mer, saumon et noix de saint-jacques

Peler et râper en bâtonnets 1 bulbe de gingembre ; laisser infuser 2 ou 3 jours dans une terrine avec 1 dl d'huile d'olive. Émincer finement 250 g de filet de loup, 250 g de filet de saumon frais et 4 noix de saint-jacques. Dresser le tout en rosace dans 4 assiettes. Assaisonner de 1 cuillerée à café de sel de mer et de poivre. Saupoudrer avec 1/2 botte d'aneth fraîche concassée. Laisser macérer 1 heure. Répartir 1 cuillerée à soupe d'huile de gingembre et un filet de jus de citron.

papillotes de homard et de coquilles Saint-Jacques → PAPILLOTE
salade de coquilles Saint-Jacques → SALADE

CORAZZA Café-glacier ouvert à Paris, en 1787, sous les arcades de la galerie Montpensier, au Palais-Royal. Appartenant au même propriétaire, M. Le Noir, que le *Café de Foy*, le *Corazza* était géré par l'épouse de celui-ci, « l'une des plus belles limonadières de Paris » selon Alexandre Grimod de La Reynière.

On y servait, en particulier, des sorbets au marasquin et des panachés. L'établissement fut racheté, au début du xixe siècle, par un ancien maître d'hôtel de Charles X, qui le transforma en restaurant. Celui-ci survécut jusqu'en 1915.

CORBIÈRES Vaste vignoble délimité par la vallée de l'Aude, la Méditerranée et une barrière naturelle qui la sépare du Roussillon. Il produit des vins AOC rouges, puissants et généreux, des rosés fruités et délicats, et quelques blancs amples et élégants (voir LANGUEDOC).

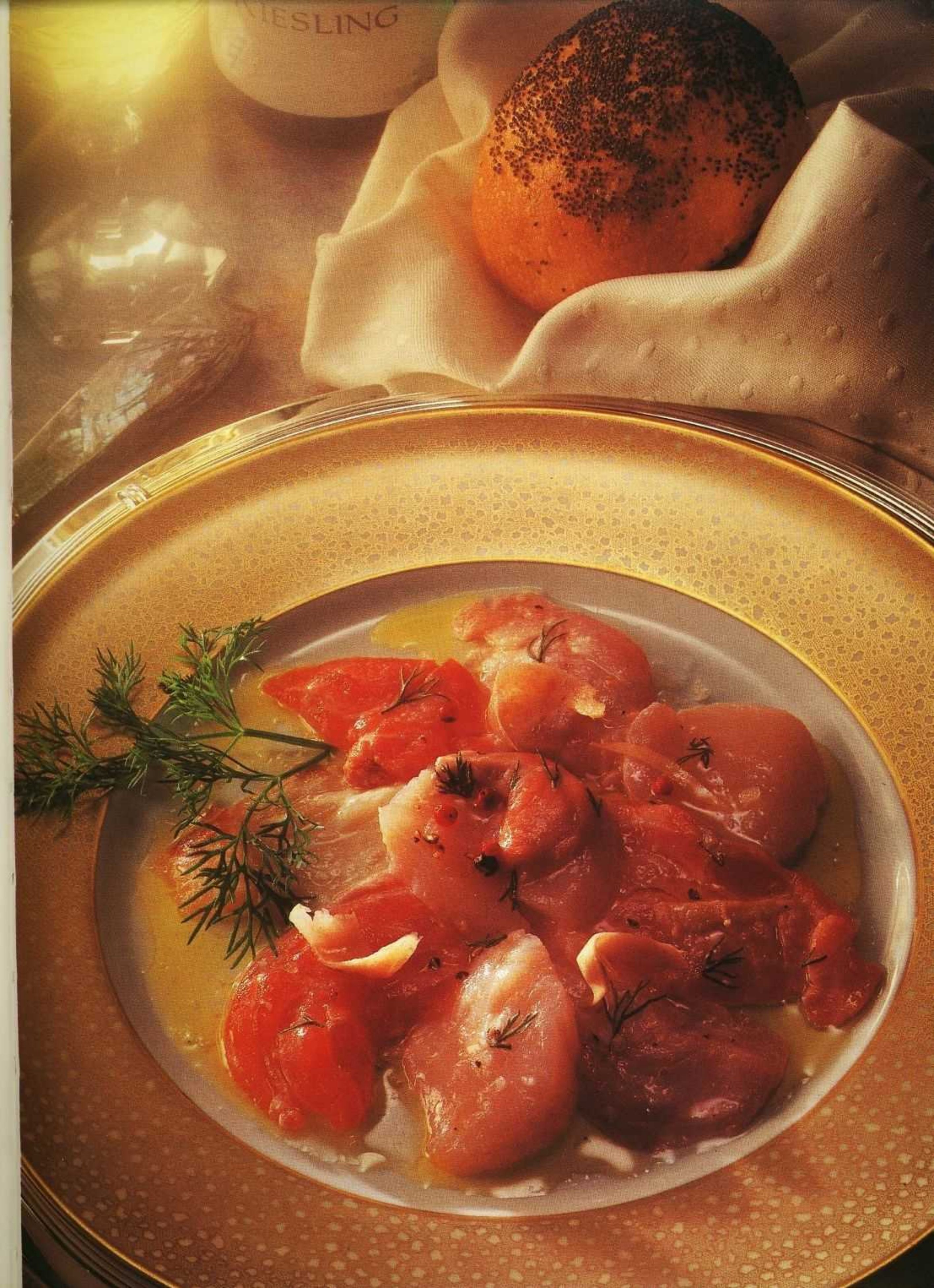
CORCELLET Célèbre marchand de comestibles parisien, qui s'installa, sous l'Empire, dans la galerie de Beaujolais, au Palais-Royal.

Dans son *Itinéraire gourmand*, Alexandre Grimod de La Reynière fait de son magasin cet éloge : « Qu'on se contente de savoir que c'est là que les pâtés de foie d'oie de Strasbourg, de foie de canard de Toulouse, de veau de rivière de Rouen, de mauviettes de Pithiviers, de poulardes et de guignards de Chartres, de perdrix de Périgueux, etc., se rendent de préférence en arrivant à Paris. Ils s'y trouvent en pays de connaissance avec les terrines de Nérac, les mortadelles de Lyon, les saucissons d'Arles, les petites langues de Troyes, les galantines de M. Prévost et autres succulents compatriotes… »

La maison Corcellet quitta le Palais-Royal pour l'avenue de l'Opéra à la fin du XIXe siècle. Elle est maintenant établie avenue Victor-Hugo et a changé de propriétaire.

Mais un lointain descendant du traiteur du Palais-Royal, Paul Corcellet, a ouvert à Paris un magasin spécialisé dans les produits exotiques insolites.

▶ *Mariné de loup de mer, saumon et noix de saint-jacques*


IESLING

CORDER Rendre une préparation collante et dure. Une pâte est cordée lorsque la détrempe, trop ferme, n'a pas absorbé assez de liquide. Une purée est cordée lorsque les pommes de terre sont écrasées dans le tamis avec un mouvement non pas vertical mais tournant, ce qui la rend collante.

CORDIAL Boisson généralement alcoolisée, aromatique et souvent sucrée, à laquelle on attribue des vertus toniques et reconstituantes, susceptibles de « remonter le cœur ». En France, le mot ne s'emploie plus que pour certaines préparations dites « de ménage » (eaux, crèmes et liqueurs diverses), mais, dans les pays anglo-saxons, il est utilisé comme synonyme de « liqueur » ou de « brandy », pour désigner une boisson enrichie d'une saveur aromatique particulière.

CORDON-BLEU Large ruban bleu qui servait d'insigne à l'ordre des Chevaliers du Saint-Esprit, institué par Henri III en 1578. L'expression s'est ensuite appliquée à un homme doté de hautes qualités, puis à une cuisinière hors pair. L'analogie est sans doute née du rapprochement entre le ruban en sautoir des chevaliers et les rubans du tablier bleu de la cuisinière.

CORÉGONE Nom générique donné au Canada à plusieurs variétés de poissons d'eau douce à chair maigre et blanche. Appelé tout simplement « poisson blanc », comme aux États-Unis, il est très consommé dans les soupes et les poissons cuisinés. Sa chair fumée est délicieuse. Les œufs, conservés en saumure, se servent en hors-d'œuvre. Le corégone est le proche parent de deux poissons européens rares, le féra du lac Léman et le lavaret du lac du Bourget.

CORIANDRE Plante aromatique, de la famille des ombellifères, appelée couramment « persil arabe » ou « persil chinois » (voir planche des herbes aromatiques page 561), dont on utilise surtout les graines séchées (entières ou en poudre). Les Hébreux s'en servaient pour parfumer leurs galettes, et les Romains pour conserver la viande. Au XVIIIe siècle, les graines, enrobées de sucre, servaient de masticatoire, mais la coriandre n'a joué en France qu'un rôle modeste (sauf en liquoristerie : Izarra, Chartreuse), par rapport à celui qu'elle tient dans les pays méditerranéens (soupes, légumes, marinades, pâtisseries) et en Orient, où ses feuilles sont utilisées comme du persil, avec les crudités et les légumes. En Allemagne, la coriandre condimente le chou et les marinades de gibier. Ses emplois les plus classiques sont l'apprêt des légumes « à la grecque » et les conserves au vinaigre.

CORME Fruit du cormier, de la famille des rosacées, nom usuel du sorbier domestique. Ressemblant à de petites poires verdâtres ou rougeâtres, les cormes – ou sorbes –, cueillies après les premières gelées, deviennent pulpeuses et sucrées lorsqu'elles sont blettes : on les consomme alors sans apprêt, comme les nèfles et les alises, qu'elles surpassent en saveur. Dans l'ouest de la France, elles permettent de préparer une boisson fermentée, le cormé, qui rappelle un peu le cidre.

CORNAS Vin issu du cépage syrah, rouge, capiteux et corsé, produit sur la rive droite du Rhône, presque en face de Valence, sur les contreforts du Massif central (voir RHÔNE).

CORNE Ustensile plat, grand comme la paume de la main, ovale ou demi-circulaire, utilisé pour rassembler les restes de pâte, de crème ou d'un appareil sur les parois du récipient qui a servi à sa préparation.

CORNE DE GAZELLE Pâtisserie orientale en forme de croissant, faite de deux pâtes : d'une part, un mélange d'amandes mondées et pilées, de sucre, de beurre et d'eau de fleur d'oranger, que l'on roule en petites saucisses de la grosseur d'un doigt ; d'autre part, une pâte très souple et élastique, étirée soigneusement jusqu'à 2 ou 3 mm d'épaisseur. On découpe dans cette pâte des carrés de 10 à 12 cm de côté, sur lesquels on place en diagonale les saucisses de pâte aux amandes, puis on roule chaque petit gâteau en lui donnant la forme d'un croissant. Les cornes de gazelle sont cuites à four doux et poudrées de sucre glace.

CORNED-BEEF Conserve en boîte de viande de bœuf appertisée, d'origine américaine. Le corned-beef est un mélange de morceaux de bœuf salés, précuits et additionnés de graisse et de gelée de bœuf. Les militaires appelaient familièrement « singe » le bœuf en conserve distribué par l'armée. Aujourd'hui, le corned-beef se consomme froid, en salade, ou en miroton.

CORNET Pâtisserie en forme de cône. Les cornets dans lesquels on sert les glaces en boules sont faits en pâte à gaufrette ou à oublie, mais les cornets fourrés sont le plus souvent en pâte feuilletée cuite enroulée autour de moules à cornet ; on les garnit après cuisson de crème pâtissière, de crème Chiboust ou de chantilly additionnée d'un salpicon de fruits confits. Les cornets de Murat (pâtisserie auvergnate) sont en pâte à langue de chat, fourrée de crème sucrée et fouettée, parfois décorée d'une violette confite.

En cuisine, on appelle « cornet » une tranche de jambon ou de saumon roulée, garnie d'un apprêt froid et servie en hors-d'œuvre.

cornets de saumon fumé aux œufs de poisson

Rouler en cornets des petites tranches de saumon fumé. Les garnir d'œufs de poisson (caviar, saumon, lump). Les disposer sur une chiffonnade de laitue assaisonnée de vinaigrette. Décorer avec des demi-citrons cannelés. On peut garnir le fond du cornet d'un peu de crème fraîche additionnée de quelques gouttes de jus de citron et de raifort râpé, ou présenter cette crème en saucière, avec des blinis chauds.

CORNICHON Variété de concombre, de la famille des cucurbitacées, dont les petits fruits sont cueillis verts, pour être confits dans du vinaigre et utilisés comme condiment (voir planche des concombres et des cornichons page 307). La production des corni-

chons est typiquement française : les plants sont cultivés en pleine terre, surtout dans le Sud-Ouest, en Sologne, en Vendée et dans le nord de la Bourgogne, et récoltés de juin à septembre.

• Vert petit de Paris. Épineux et rectiligne, vert clair, fin et croquant, il est cueilli à 5 cm.
• Fin de Meaux. Moins épineux, plus long, plus foncé et plus aqueux, il est très employé par les industriels.
• Vert de Massy. Assez épineux, très vert, il est recommandé pour les cornichons à la russe ou à l'aigre-doux.

De nouvelles variétés, plus régulières et plus productives, arrivent peu à peu sur le marché.

Les fruits sont lavés, brossés, mis à dégorger et plongés dans un bain de saumure (ou placés dans des cuves en bois et poudrés de sel). Après fermentation, ils sont dessalés, lavés, blanchis et recouverts de vinaigre d'alcool, puis égouttés, et enfin placés dans des pots de verre (ou de grès) et recouverts de vinaigre aromatisé selon la recette propre à chaque fabricant ; les meilleurs sont préparés au vinaigre de vin blanc. Aujourd'hui, la pasteurisation permet de les conserver plus longtemps.

On trouve également des spécialités étrangères : cornichons à la russe (malossol), à la polonaise ou à l'allemande. Plus gros, à peau lisse, préparés à l'aigre-doux, ceux-ci sont beaucoup moins acides et moins croquants. Dans leur pays d'origine, on les mange plutôt comme légume que comme condiment.

Dans la cuisine française, les cornichons accompagnent les viandes froides et les bouillis, les pâtés, les terrines, les charcuteries et les mets en gelée. Ils entrent dans la composition de certaines sauces (piquante, charcutière, hachée, ravigote, gribiche, Réforme, etc.) et interviennent dans les salades composées.

cornichons au vinaigre, à chaud

Frotter les cornichons avec un tissu rugueux, puis les mettre dans une terrine, ajouter du gros sel, remuer et laisser ainsi 24 heures. Les sortir et les essuyer un par un. Les mettre dans une terrine et les recouvrir de vinaigre blanc « à cornichons » bouilli. Laisser mariner 12 heures. Récupérer le vinaigre, y ajouter 1/2 litre de vinaigre frais pour 3 litres de vinaigre bouilli, amener à ébullition et verser bouillant sur les cornichons. Recommencer la même opération le lendemain, puis laisser refroidir complètement. Ébouillanter des bocaux et les faire sécher. Y disposer les cornichons en couches successives séparées par les aromates choisis (fragments de feuille de laurier, brins de thym, petites branches d'estragon ébouillantées, rafraîchies et séchées, clous de girofle et, éventuellement, 1 ou 2 petits piments par bocal). Recouvrir de vinaigre, boucher avec un bouchon de liège et mettre au frais.

cornichons au vinaigre, à froid

Préparer et faire macérer les cornichons au sel comme pour la préparation à chaud. Les laver à l'eau vinaigrée, les essuyer un par un et les mettre en bocaux. Ajouter des petits oignons blancs épluchés, des fragments de feuille de laurier, des brins de thym, des petites branches d'estragon ébouillantées, rafraîchies et séchées, 2 ou 3 clous de girofle, 1 ou 2 petites gousses d'ail, 1 petit piment, quelques grains de poivre noir et des graines de coriandre. Couvrir de vinaigre blanc, boucher les bocaux hermétiquement avec un bouchon de liège et mettre au frais. Ces cornichons peuvent se consommer au bout de 5 ou 6 semaines, mais ils deviennent meilleurs avec le temps (jusqu'à un an).

CORNISH PASTY Petit pâté en croûte originaire du comté de Cornouailles, en Grande-Bretagne, plat traditionnel des mineurs d'étain qui descendaient au fond avec leur *pasty*, plus riche en pâte qu'en viande ! La pâte est faite de farine, de purée, de beurre, d'eau, de levure et de sel ; elle est abaissée en carrés, sur lesquels est déposée une farce de viande d'agneau hachée, d'oignon émincé et de pomme de terre ; les carrés sont rabattus, soudés et badigeonnés d'œuf battu dans du lait, puis cuits à four chaud. Le cornish pasty se sert en entrée chaude, saupoudré de persil.

CORNOUILLE Fruit comestible du cornouiller, arbrisseau des sous-bois et des haies (est et centre de la France), de la famille des cornacées. Ramassées à la fin de l'été, les cornouilles (appelées aussi « cerises de septembre », « cornioles » et « cornes »), rouges, charnues, ovales et grosses comme des olives, sont à la fois aigrelettes et un peu huileuses. On les consomme bien mûres au naturel, en gelée ou confites, ou cueillies à peine mûres et macérées dans de la saumure.

CORPS GRAS Substance contenant une forte proportion de lipides, utilisée comme ingrédient de cuisine, comme graisse de cuisson, comme moyen de conservation, et aussi comme aliment. Les corps gras sont surtout employés comme agents physiques : grâce à leur texture et à leur composition, ils permettent de cuire les aliments sans les brûler, facilitent les liaisons et les émulsions ; ils assurent la conservation par le confit. Mais ce sont aussi des produits alimentaires (beurre de cacao ou de cacahouète, beurre en tartine, huile de la vinaigrette ou lard).

On distingue surtout les corps gras d'origine animale (tirés de la graisse et du lait de certains animaux) et ceux d'origine végétale (extraits des graines et des fruits oléagineux). Outre les lipides, ils apportent à l'organisme des acides gras essentiels – saturés et polyinsaturés – et des vitamines, notamment la vitamine A (surtout dans le beurre). Tous sont très caloriques (de 700 à 900 Kcal pour 100 g) et deviennent toxiques s'ils sont décomposés par la surchauffe. Certains ne s'emploient pas crus (saindoux, graisse de rognon) ; d'autres ne supportent pas d'être chauffés (huile de noix).

Les quatre corps gras les plus employés en France correspondent à la gastronomie de quatre régions ; le beurre (Nord, Ouest), le saindoux (Est, Centre), l'huile d'olive (Sud-Est) et la graisse d'oie (Sud-Ouest). À l'échelle mondiale, on reconnaît aussi des dominantes : fritures à l'huile en Espagne, beurre et crème dans les pays scandinaves, beurre de karité en Afrique, ghee en Inde, saindoux et huile de sésame en Orient, graisse de rognon de bœuf en Angleterre, etc.

Certains corps gras ont pratiquement disparu (huile de navette) ; d'autres sont apparus (margarines végétales, huile de paraffine). Du point de vue gastronomique, le beurre frais et l'huile d'olive de première pression sont considérés comme les meilleurs corps gras. Les progrès de la diététique ont favorisé la création de nouveaux produits, riches en acides gras polyinsaturés (huiles de tournesol, de maïs, de soja, de colza, etc.), utilisés dans les assaisonnements froids.

CORRIGER Modifier la saveur trop affirmée d'une préparation en lui ajoutant une autre substance de goût contraire. Un peu de sucre dans un coulis de tomate en corrige l'excès d'acidité. Quelques tranches de pomme de terre crue ou un morceau de sucre plongés quelques secondes dans une préparation trop salée en absorbent le sel.

CORSE Voir pages 332 et 333.

CORSÉ Se dit d'un café noir concentré. Le qualificatif s'applique aussi à un vin riche en polyphénols, à la structure puissante.

CORSER Renforcer le goût et l'arôme d'une préparation en lui ajoutant des substances concentrées (de la glace de viande dans une sauce, par exemple) ou fortes et piquantes. On peut aussi corser la saveur d'une préparation liquide en la faisant réduire.

CORTON-CHARLEMAGNE Vin blanc, grand cru de la côte de Beaune, produit dans sa quasi-totalité dans la commune d'Aloxe-Corton (voir BOURGOGNE).

COSTIÈRES-DE-NÎMES Vin AOC produit au sud de Nîmes : des blancs vifs et équilibrés, des rosés ronds et gras, et des rouges généreux (voir LANGUEDOC).

CÔTE OU **CÔTELETTE** Os plat, allongé et plus ou moins courbé de la partie latérale du thorax des animaux de boucherie (voir planches de la découpe des viandes page 22, 128, 129, 839 et 1083). Ceux-ci en ont généralement treize paires, à l'exception du porc (quatorze et parfois quinze) et du cheval (dix-huit).

En boucherie, la côte correspond à une pièce coupée dans la région dorso-lombaire et constituée de la partie supérieure de l'os (côte), d'une partie de la vertèbre et des muscles qui s'y rattachent.

■ **Côte de bœuf.** La côte à l'os, ou « côte anglaise », est une pièce de premier choix, à rôtir au four ou à griller ; elle sera encore plus savoureuse si elle provient d'un animal assez gras. Elle est prélevée dans le train de côtes, généralement débarrassé de la vertèbre.

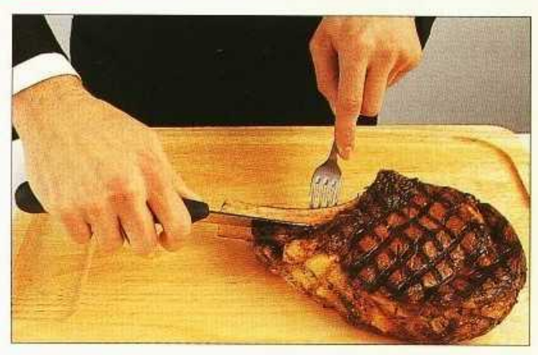
Le plat de côtes figure dans le pot-au-feu ; dénervé, il fournit des morceaux à brochettes.

■ **Côte de veau.** Les côtes premières ou secondes, provenant du carré, sont poêlées ou grillées.

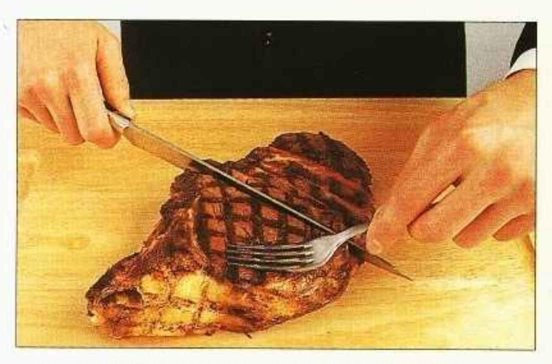
Les côtes découvertes, un peu plus fermes, sont de préférence poêlées.

Les côtes-filets, taillées dans la longe raccourcie, sont assez larges ; elles ne comportent pas de « côte », et sont souvent farcies, parfois panées.

Découper une côte de bœuf



1. *Enfoncer une fourchette dans la membrane qui recouvre l'os. Détacher la viande sans la piquer.*



2. *Maintenir la viande avec le dos de la fourchette et découper les tranches en biais, en travaillant vers soi.*

La côte « parisienne » est une tranche de tendron ou de poitrine. Le carré de côtes désossé donne des rôtis.

Quant au haut de côtes, il se traite en blanquette ou en sauté, auxquels il donne du moelleux.

■ **Côte de porc.** Les côtes premières sont découpées soit dans l'échine (collier), maigre et assez moelleuse, soit dans le carré, où l'on distingue les côtes premières et les côtes secondes, plus sèches, soit dans le filet. Tous ces morceaux, partiellement désossés, peuvent être rôtis entiers, au four ou à la broche.

Le plat de côtes se traite en potée ou en petit salé ; il accompagne aussi la choucroute, tout comme le travers. Chez le sanglier et le marcassin, les côtes ou côtelettes se mangent marinées et poêlées.

■ **Côtelette de mouton ou d'agneau.** On distingue d'avant en arrière : les côtelettes découvertes (par la levée de l'épaule), assez maigres ; les côtelettes secondes, plus entrelardées ; les côtelettes premières, avec une belle noix ; les côtelettes-filet (sans manche), dont la noix est prolongée par une partie de la paroi abdominale, et qui sont parfois chez l'agneau présentées doubles (filet non fendu).

Toutes ces côtelettes se consomment grillées ou poêlées, et le carré est souvent rôti entier.

► **Recettes** : AGNEAU, BŒUF, MOUTON, PORC, VEAU.

CÔTE CHALONNAISE Région viticole, parmi les plus belles de la Bourgogne, qui se situe dans le prolongement naturel de la Côte d'Or (voir BOURGOGNE).

CÔTE-DE-BEAUNE Vins rouges et blancs (sans doute parmi les meilleurs de la région), produits dans le sud du département de la Côte-d'Or (voir BOURGOGNE).

CÔTE-DE-BROUILLY Vin du Beaujolais, peut-être le moins connu, issu de vignes en coteaux situées sur le flanc méridional du mont Brouilly (voir BEAUJOLAIS).

CÔTE-DE-NUITS Vin de Bourgogne, essentiellement rouge, de réputation mondiale, dont les meilleurs crus portent le nom prestigieux de leur « climat » (voir BOURGOGNE).

CÔTE-ROANNAISE Vin rouge ou rosé, frais et léger, produit sur les deux rives de la Loire, aux environs de Roanne, et bénéficiant d'une appellation d'origine contrôlée (voir RHÔNE).

COTEAUX-D'AIX Vin rouge, blanc et surtout rosé, produit aux environs d'Aix-en-Provence et bénéficiant d'une appellation d'origine contrôlée (voir PROVENCE).

COTEAUX-DE-L'AUBANCE Vin blanc du Val de Loire, aux arômes de miel et de fleur, produit sur les rives de l'Aubance, affluent de la Loire, et bénéficiant d'une appellation d'origine contrôlée (voir ANJOU).

COTEAUX-CHAMPENOIS Vin blanc, rouge et rosé, produit dans l'aire d'appellation « champagne », mais non champagnisé et bénéficiant d'une appellation d'origine contrôlée (voir CHAMPAGNE).

COTEAUX-DU-LANGUEDOC Vin AOC, rouge, rosé et blanc, produit dans l'Aude, le Gard et surtout l'Hérault (voir LANGUEDOC).

COTEAUX-DU-LAYON Vin AOC d'Anjou, issu du chenin blanc, aux arômes de coing, de miel et de fleurs blanches, présentant un remarquable équilibre entre le sucré et l'acide (voir ANJOU).

COTECHINO Saucisson italien cru et frais, bien assaisonné, ni séché ni fumé, et destiné aux potées.

CÔTELETTE Petite pièce de boucherie (voir CÔTE).

La côtelette de volaille correspond, en cuisine, à l'aile préparée comme les suprêmes.

La côtelette de saumon est un apprêt froid de la darne, à la gelée ou glacé, présenté en coquille, en couronne ou sur une barquette.

▶ **Recettes** : CHEVREUIL, MARCASSIN, PERDREAU ET PERDRIX, SAUMON, VOLAILLE.

CÔTELETTE COMPOSÉE Préparation à base de viande désossée et hachée, ou parfois de poisson, liée de sauce ; façonnée en forme de côtelette, éventuellement panée, elle est cuite au beurre. On prépare de la même façon des côtelettes d'œuf, avec des œufs durs détaillés en dés, liés de béchamel réduite et additionnée de jaunes crus ; panées à l'anglaise, elles sont cuites au beurre ou frites ; on peut y ajouter des champignons, du jambon ou de la langue écarlate.

CÔTES-DU-FRONTONNAIS Vin AOC rosé et surtout rouge, produit sur les terrasses du Tarn. Les rouges sont légers et fruités, ou puissants et tanniques quand ils contiennent du cépage négrette (voir LANGUEDOC).

CÔTES-DU-JURA Vin rouge, rosé et blanc, produit sur les contreforts du Jura, et bénéficiant d'une appellation d'origine contrôlée (voir JURA).

CÔTES-DU-LUBERON Vin AOC rouge, rosé et blanc, produit en Haute-Provence (voir PROVENCE).

CÔTES-DE-PROVENCE Vin rouge, blanc et surtout rosé, qui se boit frais et jeune, produit entre Nice et Marseille (voir PROVENCE).

CÔTES-DU-RHÔNE Vin rouge, rosé et blanc, généreux et ensoleillé (les plus réputés sont vendus sous leur propre appellation d'origine contrôlée), produit dans la vallée du Rhône entre Lyon et Avignon. Un certain nombre de communes bénéficient de l'appellation côtes-du-roussillon-villages pour leurs crus rouges (voir RHÔNE).

CÔTES-DU-RHÔNE-VILLAGE Vin AOC rouge, rosé et blanc, produit dans le Gard, le Vaucluse et surtout la Drôme (voir RHÔNE).

CÔTES-DU-ROUSSILLON Vin rouge corsé, rosé fruité, et blanc, produit dans une région qui s'étend de la Méditerranée aux contreforts du Canigou, dans les Pyrénées-Orientales (voir ROUSSILLON).

CÔTES-DU-VENTOUX Vin AOC, surtout rouge, souple et fruité, parfois rosé et blanc, produit sur les pentes arides et ensoleillées du mont Ventoux et bénéficiant d'une appellation d'origine contrôlée (voir PROVENCE).

COTIGNAC Pâte de coings très sucrée et transparente, additionnée d'un peu de glucose, moulée dans des petites boîtes rondes en bois mince. Sa couleur rose vient de l'oxydation naturelle des fruits pendant le séchage. Cette friandise populaire est d'origine très ancienne, et Orléans s'en est fait une spécialité.

cotignac

Laver des coings, les peler et les épépiner, garder les pépins ; enfermer ceux-ci dans un nouet de mousseline. Couper les fruits en quartiers, les mettre dans une bassine avec très peu d'eau (1/2 verre par kilo de fruits) et le nouet de pépins. Cuire doucement jusqu'à ce qu'ils se défassent à la fourchette. Retirer le nouet après l'avoir pressé. Réduire la pulpe en purée, la peser, la verser dans une bassine avec 400 g de sucre pour 500 g de pulpe. Mélanger et faire réduire en remuant à la spatule de bois jusqu'à ce que la marmelade ne s'étale plus quand on la fait tomber sur une surface froide. Huiler alors une plaque. Y étaler la marmelade en couche régulière et laisser sécher. Détailler la pâte en carrés et les passer dans du sucre cristallisé.

Corse

ÎLE MONTAGNEUSE EN PLEINE MÉDITERRANÉE, LA CORSE SE DIVISE, DEPUIS 1975, EN DEUX DÉPARTEMENTS : LA HAUTE-CORSE, AVEC BASTIA, CALVI ET CORTE, ET LA CORSE-DU-SUD, AVEC AJACCIO, SARTÈNE ET BONIFACIO. CETTE TERRE DE MAQUIS, DE FORÊTS, DE FALAISES ET DE PLAGES FAIT UN PEU FIGURE DE MONDE À PART.

Châtaignes et porc fumé, poissons et crustacés, vin et gibier : la cuisine corse traditionnelle est à la fois montagnarde et méditerranéenne. Outre les produits courants dans les pays de soleil, comme l'olive, la tomate, l'aubergine et les agrumes (dont l'excellente clémentine), elle utilise des fruits assez rares ailleurs, comme l'arbouse, la nèfle, le cédrat et les fruits secs, sans oublier *u castagnu,* le châtaignier, à la base de l'alimentation quotidienne. Ce dernier est un véritable arbre à pain dont on fait la polenta de farine de châtaigne, des beignets, des gaufres ou des flans, brilloli au lait de chèvre, nicci (minces galettes). L'olive et son huile figurent aussi au rang des éléments de base de cette cuisine qui ignore le beurre. Peu pimentée, la cuisine corse ajoute aux herbes du maquis (thym, romarin) ou du jardin (basilic) la menthe, la bourrache, le fenouil sauvage, le lentisque, l'angélique et le myrte.

La cuisine corse a, avant tout, gardé un caractère familial. Le jardin potager fournit, entre autres, les gros haricots blancs ou rouges, les fèves et les pois chiches (indispensables pour les soupes et les ragoûts), la pomme de terre, le chou, le potiron. Les soupes corses varient selon la saison : à l'ail et aux pois chiches, aux herbes, aux oignons nouveaux, aux châtaignes, aux haricots, au chou...

La dominante méditerranéenne se retrouve avec les pâtes (tagliarini en forme de rondelles, spaghettis au basilic...) et le riz, que l'on fait mijoter avec des olives et du saucisson.

Le littoral corse regorge de poissons – congre, mulet, rascasse rouge (dite « capone ») – et de fruits de mer et les recettes pour les accommoder ne manquent pas, à commencer par la célèbre bouillabaisse (ziminu). Homards et langoustes peuvent être simplement grillés, ou cuits au court-bouillon, servis avec une sauce au broccio. Les escargots sont apprêtés en sauce aux anchois, à la menthe, en sauce tomate ou en ragoût au petit salé. Tandis que les porcs de l'île fournissent une charcuterie inimitable, la viande de boucherie (cabri, mouton et, en moindre quantité, bœuf) est plutôt consommée grillée, en ragoût (avec olives souvent) ou en boulettes (pulpette). Les plats de gibier, dont la chair est naturellement aromatisée par la flore locale, sont très savoureux : le lièvre et le sanglier sont délicieux en civet ou encore en terrine, tandis que les merles possèdent une chair délicate et parfumée. N'oublions pas le plus renommé des fromages corses, le broccio, bénéficiant d'une AOC, fromage frais de brebis ou de chèvre, qui entre dans de nombreux plats.

Le golfe de Porto-Vecchio reflète la beauté sauvage de la Corse : roches de porphyre rouge ou montagnes couvertes de maquis tombent dans la mer d'un bleu intense.





Le fumoir joue un rôle important dans la charcuterie corse, qu'il s'agisse des figatelli, de la coppa ou du prisuttu.

LÉGUMES

Bastelle, storzapreti, sciacce
Les préparations à base de légumes sont nombreuses dans « l'île de Beauté » et n'ont guère d'équivalents sur le continent. Parmi elles, on compte les bastelles, des chaussons fourrés de courge ou de potiron, d'épinards ou de bettes, ou encore d'oignons et de viande ; les storzapreti sont des boulettes de verdure liées aux œufs et au fromage, pochées et gratinées ; les sciacce sont des pâtés fourrés avec pomme de terre, tomate et ail. Courgettes, aubergines et artichauts sont souvent traités en beignets ou farcis.

CHARCUTERIE

Prisuttu, panzetta, figatelli, coppa, lonzo
La charcuterie corse est exceptionnelle, avec le prisuttu (jambon) et la panzetta (lard de poitrine). Les figatelli sont des saucisses fumées demi-sèches et comportant du foie, la coppa (une échine désossée) est roulée et séchée, et le lonzo est un filet de porc salé et séché.

POISSONS ET FRUITS DE MER

Morue, sardine, anchois
La morue se sert souvent en beignets, en brandade ou en ragoût ; elle cuit alors avec des tomates, des anchois et des noix. Autre poisson, autre farce : les sardines farcies au broccio sont une spécialité croustillante et moelleuse à la fois, grâce à leur farce aux bettes, broccio et persil, parfumée d'ail et d'huile d'olive. L'anchois, qui donne l'anchiuta, entre dans la préparation des tourtes ou accompagne d'autres poissons comme le rouget au four par exemple.

VIANDES ET ABATS

Piverunata, stufatu
Les Corses apprécient les ragoûts de viande, dans lesquels on retrouve souvent le petit salé. La piverunata réunit viande de cabri, panzetta, poivrons et aromates..., et le stufatu rassemble bœuf, porc, jambon – parfois perdreau –, tomates et oignons.

Estomac, curatella, tripette
Les abats donnent des spécialités originales : estomac de porc farci, brochettes de cœur, ris, foie et poumon d'agneau au romarin (curatella) ou tripette d'agneau en cocotte.

FROMAGES

Outre le broccio, l'autre fromage réputé de l'île est le niolo, de chèvre ou de brebis selon la saison, à pâte molle et très aromatique. Le venaco, le bastelicaccia, le calenzana et le sarteno se classent, eux aussi, dans la catégorie des fromages à pâte molle et à croûte lavée ou séchée.

PÂTISSERIES

Panzarotti, pastizzi, confitures
Le miel, les pignons de pin et les amandes entrent dans diverses spécialités sucrées, macarons, croquants ou galettes. Les panzarotti (beignets de riz) restent traditionnels pour les fêtes religieuses. Les pastizzi à la semoule sont encore très populaires, et les confitures, particulièrement originales : de raisin, de châtaigne ou de figue, de cédrat, qui se fait aussi confire, et d'arbouse.

VINS

Le relief tourmenté aux sols de granit et de schiste, un soleil généreux et l'humidité apportée par la mer demeurent les meilleurs alliés du vignoble corse. L'île est restée fidèle aux cépages locaux, le vermentino blanc, le sciacarello et le niellucio pour les rouges, qui sont souvent mélangés à des cépages que l'on trouve dans les côtes du Rhône ou en Provence. L'AOC vin de Corse, parfois associée à une indication de sous-région (Calvi, Sartène, Porto-Vecchio, coteau du cap Corse) fournit la majorité des vins insulaires. Deux autres appellations se détachent, ajaccio à l'ouest et patrimonio sur la côte Nord, qui produisent des vins à forte personnalité.

CARTE

ENTRÉE

◆◆◆

Beignets d'aubergine,
PAGE 100

PLATS

◆◆◆

Rouget au four au fenouil,
PAGE 916

Salmis de bécasse,
PAGE 937

Cuissot de marcassin à l'aigre-doux,
PAGE 645

LÉGUMES

◆◆◆

Courgettes farcies,
PAGE 338

DESSERTS

◆◆◆

Beignets à l'imbrucciata,
PAGE 102

Croissants aux pignons,
PAGE 359

Confiture de tomate,
PAGE 312

CÔTOYER Faire tourner une pièce en train de rôtir pour que toutes ses faces soient exposées successivement à la source de chaleur.

COTRIADE Soupe de poissons du littoral breton, préparée au beurre ou au saindoux, à l'oignon et à la pomme de terre. On la faisait cuire autrefois sur des « cotrets », morceaux de bois sur lesquels était calé le chaudron où l'on faisait cuire les poissons. Comme la bouillabaisse, la cotriade était préparée avec des poissons communs, les plus nobles (turbot, sole) étant réservés à la vente.

cotriade

Faire revenir 3 gros oignons coupés en quartiers dans une grande marmite avec 25 g de beurre ou de saindoux. Mouiller alors de 3 litres d'eau. Y plonger 6 pommes de terre pelées et coupées en quartiers. Parfumer avec thym, laurier et autres herbes aromatiques. Porter à ébullition et cuire 15 min. Ajouter 1,5 kg de poissons et détaillés en tronçons (sardine, maquereau, daurade, baudroie, merlu, congre, grondin, surmulet et chinchard, éventuellement 1 ou 2 têtes de gros poisson, en veillant à ce que les poissons gras ne dépassent pas le quart du poids total). Poursuivre la cuisson 10 min environ. Verser le bouillon de cette soupe sur du pain coupé en tranches, et servir à part le poisson et les pommes de terre, accompagnés d'une saucière de vinaigrette.

COTTAGE CHEESE Fromage anglais de lait de vache (4 à 8 % de matières grasses), à pâte fraîche (voir tableau des fromages étrangers page 497). De forme et de dimensions variables, le cottage cheese a une consistance molle plus ou moins granuleuse et une saveur acidulée qui en fait, dans de nombreux pays du monde, et surtout aux États-Unis, un ingrédient des entremets et de la pâtisserie.

COU Partie d'une volaille qui correspond au collier chez les animaux de boucherie (voir COLLIER).

Le cou de canard ou d'oie farci est une spécialité du sud-ouest de la France. Le cou est soigneusement désossé, puis la peau est cousue à une extrémité et farcie avec un mélange de viande de la volaille et de porc, additionné d'un peu de foie gras, d'armagnac et de jus de truffe. La cuisson s'effectue dans la graisse de canard ou d'oie. Le cou farci se mange froid ou chaud, avec une sauce Périgueux.

COUCHER Pousser une pâte, une crème, une farce, à l'aide d'une poche à douille, sur une plaque à pâtisserie. L'opération doit se faire très régulièrement, en tenant la douille bien inclinée. La forme de celle-ci et le mouvement qu'on lui donne déterminent la présentation finale de l'apprêt : on couche la pâte à choux en petits rouleaux pour réaliser des éclairs ; la pâte à langue-de-chat en minces languettes ; l'appareil à pommes duchesse en petits monticules torsadés, etc. (voir DRESSER, POUSSER).

Coucher de la pâte à choux



Remplir de pâte la poche à douille. En la maintenant d'une main, presser de l'autre pour déposer des « doigts » réguliers de pâte.

COUENNE Peau du porc débarrassée de ses soies. La couenne est plus ou moins épaisse et grasse. Échaudée puis flambée et grattée après l'abattage, elle est laissée sur certains morceaux ou en est séparée. Dans ce cas, elle sert à foncer cocottes et braisières, et à confectionner gelées, jus et bouillons. En charcuterie, elle entre dans la composition de certains produits à base de tête de porc. Dans plusieurs apprêts régionaux ou étrangers, elle joue un rôle gastronomique : soupe bréjaude, zampone, cassoulet, charcuteries diverses (coudenou). On la cuit dans un bouillon aromatisé pour la préparation des ballottines, des roulades et des galantines.

COUGNOU Gâteau de Noël belge, de forme ovale, avec à chaque extrémité un renflement arrondi. Le cougnou (ou cougnole, ou coquille) est réalisé à partir d'une pâte levée au lait et aux œufs, enrichie de beurre et d'un peu de sucre, et orné en son centre d'une représentation de l'Enfant Jésus en sucre ou en craie.

COULEMELLE Nom commun (du latin *columella*, « petite colonne ») de la lépiote (voir ce mot), un champignon particulièrement délicat des bois et des clairières, qui se fait frire, sauter ou griller, ou qui peut même se manger cru, en salade.

COULER Introduire dans un pâté en croûte, cuit et refroidi, une gelée parfumée, tiède et prête à prendre, par le trou de la cheminée (prolonger celle-ci par un bristol roulé en tuyau pour faciliter l'opération). Les vides sous la croûte, résultant de la cuisson, sont ainsi garnis de gelée, qui, après durcissement, améliore la tenue du pâté et facilite son découpage en tranches.

COULIS Purée liquide, obtenue par cuisson condimentée de légumes (tomates passées et tamisées) ou de crustacés, utilisée pour relever une sauce (ou comme sauce) ou préparer un potage (voir BISQUE). Les coulis de fruit sont des sauces préparées avec des fruits charnus et bien parfumés ; réalisés à cru, ou en quelques minutes de cuisson, avec des fruits rouges (groseilles, fraises, framboises) ou jaunes (abricots,

mirabelles), sauvages (mûres, myrtilles) ou exotiques (kiwis), ils se servent en accompagnement d'entremets chauds ou froids, de glaces ou de fruits pochés.

coulis de fruits frais
Laver 1 kg d'abricots, de fraises, de framboises, de pêches, de groseilles, etc. ; selon leur nature, les éplucher, les dénoyauter ou les égrapper, et les cuire quelques minutes s'ils sont un peu fermes (abricot, rhubarbe...). Les couper éventuellement en morceaux et les passer au mixeur avec du sucre en poudre (de 50 à 300 g suivant l'acidité des fruits) pendant 3 ou 4 min, par impulsions successives. Si les fruits sont très sucrés ou un peu fades, les relever d'un peu de citron.

coulis de tomate (condiment)
Choisir des tomates bien mûres, mais fermes et pulpeuses ; les ébouillanter 20 s, puis les plonger dans de l'eau froide et les peler. Les ouvrir en deux et les épépiner. Parsemer la pulpe de sel et retourner les demi-tomates pour les faire dégorger. Passer ensuite la pulpe dans un mixeur avec un peu de jus de citron et 1 cuillerée à café de sucre en poudre par kilo de fruits. Faire réduire la purée liquide obtenue en la laissant bouillir quelques minutes. Passer au tamis. Saler et poivrer. Laisser refroidir complètement.

filets de sole à la vapeur au coulis de tomate → SOLE
figues rôties et coulis de fruits rouges → FIGUE
mille-feuille vanille, coulis de fruits rouges → MILLE-FEUILLE
trois tatins à l'ananas frais au coulis de kiwi → FIGUE

COULOMMIERS Fromage briard de lait de vache (50 % de matières grasses), à pâte molle et à croûte fleurie (voir tableau des fromages français page 494). Le coulommiers se présente sous la forme d'un disque de 13 cm de diamètre et de 3 cm d'épaisseur, et pèse 500 g environ. Il a une texture assez grasse et un goût de terroir prononcé.

COUP Terme s'appliquant, sous l'Ancien Régime, à trois usages du savoir-vivre de la table.

Le « coup d'avant » était un verre de vermouth, souvent servi dans le salon, en attendant de passer à table. Le « coup d'après » était un verre de vin bu après le potage. Quant au « coup du milieu », c'était un petit verre d'alcool, pris après le rôti (voir TROU NORMAND).

COUP DE FEU Roussissement, noircissement ou autre altération (durcissement, par exemple) résultant de l'exposition brutale d'un aliment à un feu trop vif (rôti) ou d'une préparation à une chaleur trop intense (pâtisserie). Pour éviter le « coup de feu », on couvre les plats d'un papier sulfurisé beurré.

En restauration, l'expression est employée familièrement pour désigner la période d'activité la plus intense, où tous les fourneaux sont allumés, où chaque membre de la brigade est occupé à son poste, alors que le service entre la cuisine et la salle doit se faire le plus rapidement possible.

COUPAGE Mélange de vins de différents millésimes et provenances, issus en général d'un même cépage, le plus souvent réalisé chez le négociant pour améliorer et équilibrer un vin.

COUPE Récipient arrondi, de taille variable, éventuellement monté sur un pied, qui sert à présenter des crèmes, des glaces ou des fruits rafraîchis, qui prennent aussi le nom de « coupe ».

La coupe à champagne est un verre à pied plus large que haut.

coupes de crème Hawaii
Préparer 1/2 litre de lait d'amande et le mettre dans le réfrigérateur. Laver, essuyer et équeuter 300 g de fraises ; les couper en deux si elles sont grosses. Éplucher 1 ananas frais et détailler la pulpe en dés. Garnir les coupes de morceaux de fraise et de dés d'ananas, napper de lait d'amande et de 100 g de coulis de framboise. Garnir les coupes d'un dôme de crème Chantilly dressé à la poche à douille cannelée.

coupes Jamaïque
Préparer 1/2 litre de glace en ajoutant au lait bouillant 1 cuillerée d'extrait de café. Mettre 6 coupes dans le réfrigérateur. Rincer 160 g de raisins de Corinthe et les laisser macérer 1 heure à température ambiante dans 1 dl de rhum. Éplucher 1 ananas et le couper en dés. Répartir ceux-ci dans les coupes et recouvrir de glace au café. Égoutter les raisins et les disposer sur le dessus.

COUPERET Couteau large et court, en acier inoxydable, qui a la forme d'une hache. Le couperet de boucher, qui pèse 1,5 kg environ, permet de casser les gros os ou d'aplatir la viande ; le couperet, professionnel ou de ménage, sert à concasser les os et les carcasses.

COUPOLE (LA) Restaurant, bar et brasserie du boulevard du Montparnasse, à Paris, ouvert en 1927. Les peintres de la Ruche, les musiciens du groupe des Six, des exilés politiques, des poètes et des artistes étrangers encore inconnus en France (Foujita, Hemingway, Picasso, Eisenstein) formèrent un noyau de fidèles habitués, les « montparnos », qui firent de *La Coupole*, ainsi que du *Dôme* (ouvert en 1910) et du *Sélect* (1923), leurs lieux de rendez-vous. On venait aussi y écouter du jazz au bar. La décoration de *La Coupole* a été restaurée et rétablie dans son état d'origine en 1988.

COUQUE Gâteau flamand, que l'on sert au petit déjeuner ou avec le thé, et qui se mange tiède, fendu en deux et tartiné de beurre. Les couques sont faites en pâte à brioche garnie de raisins de Corinthe, en pâte à pain d'épice (spécialité de Verviers) ou en pâte feuilletée (glacée sur le dessus) ; celles de Dinant, en Belgique, sont réputées.

COURBINE Poisson de la famille des sciænidés, commun dans la Méditerranée et l'Atlantique (golfe de Gascogne), ressemblant un peu au bar et connu également sous le nom de « maigre ». La courbine mesure 1 m environ et peut atteindre 2 m. Sa chair est savoureuse et s'accommode comme celle du bar.

COURCHAMPS (PIERRE MARIE JEAN, COMTE DE) Écrivain et gastronome français (Saint-Servan - Saint-Malo 1783 - Paris 1849). « Aventurier des lettres », il publia anonymement, en 1839, une *Néophysiologie du goût ou Dictionnaire général de la cuisine française ancienne et moderne*, riche en anecdotes, en portraits, en « secrets » culinaires et en jugements péremptoires.

COURGE Nom générique de divers légumes, de la famille des cucurbitacées, charnus et aqueux, protégés par une peau plus ou moins épaisse, originaires des zones tropicales de l'Asie, de l'Afrique et de l'Amérique. Les potirons, citrouilles et giraumons, sphériques et volumineux, ont l'écorce et la chair jaune ou rouge ; on les consomme en hiver (soupes, gratins, purées, soufflés, parfois sucrés, tartes). La courgette, verte et allongée, est un légume d'été, mais elle est maintenant commercialisée toute l'année. Les pâtissons ont une chair ferme, dont la saveur rappelle celle de l'artichaut ; les très petits se conservent dans du vinaigre. Les chayotes sont surtout consommées aux Antilles. Quant aux calebasses et aux coloquintes, elles sont uniquement décoratives. Les courges proprement dites, courges d'hiver et courges musquées (celles-ci se conservent moins bien), sont allongées, plus volumineuses, plus fades et plus aqueuses que les courgettes, mais se préparent comme elles.

Au Canada, on apprête les fibres longues et minces de la courge spaghetti comme les pâtes alimentaires ; les petites courges sont souvent cuites au four avec du beurre et du sirop d'érable ; les graines de courge sont bouillies puis grillées au four.

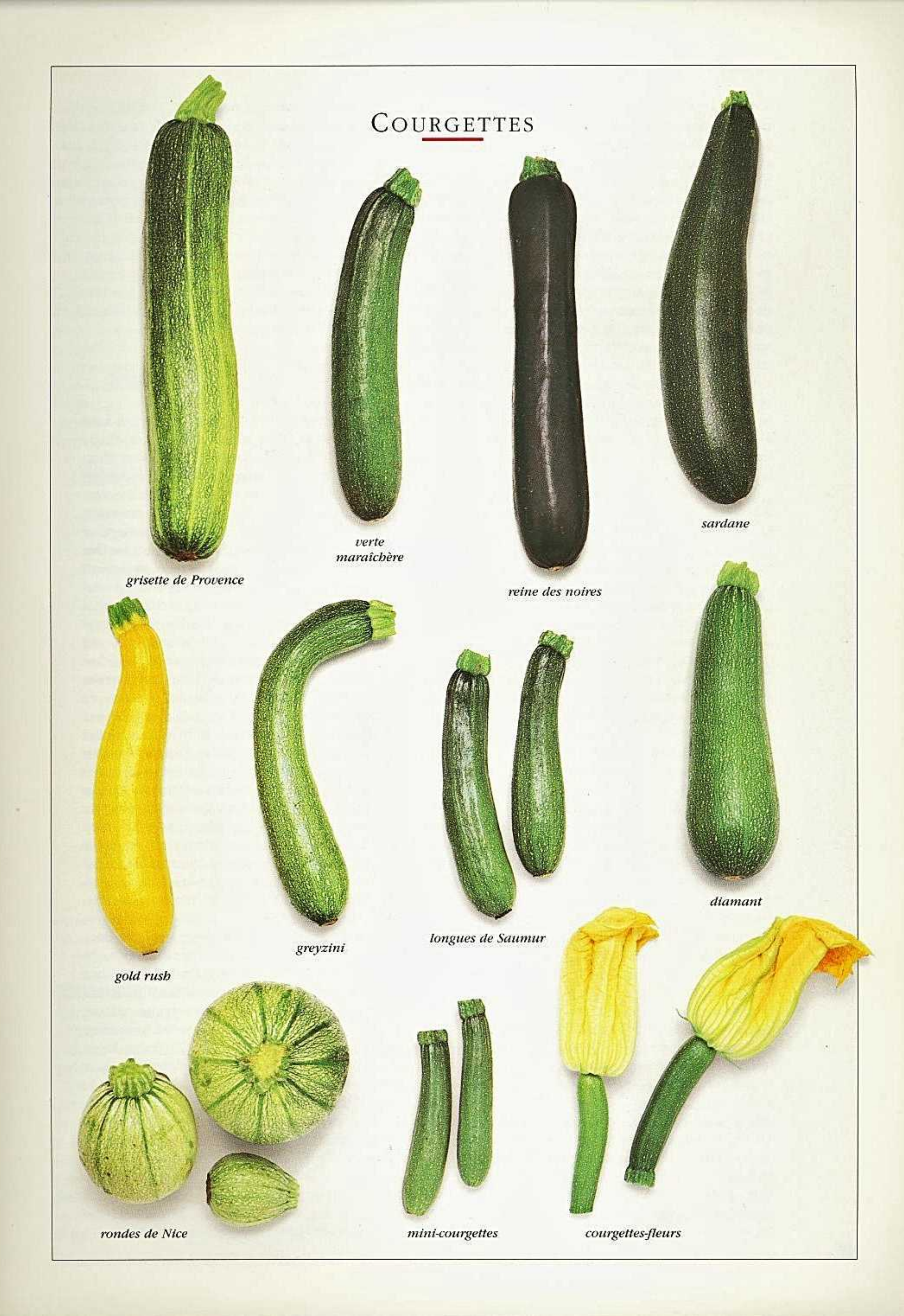
courge au gratin

Éplucher une grosse courge, la couper en morceaux de grosseur moyenne et l'égrener. Blanchir ces morceaux à l'eau salée pendant 4 à 5 min, les égoutter et les éponger. Les disposer dans un plat à gratin beurré et poudrer de fromage râpé. Arroser de beurre fondu et mettre à gratiner à four moyen. On peut aussi faire alterner les morceaux avec de l'oignon émincé.

COURGETTE Variété de courge de la famille des cucurbitacées, de forme allongée, à peau brillante, qui se consomme jeune (voir tableau). La chair de la courgette est ferme mais aqueuse, légère et peu calorique (30 Kcal pour 100 g).

Caractéristiques des différentes variétés de courgettes

variétés	provenance	époque	remarques
couleur blanche à vert pâle			
blanche de Virginie	Sud-Est, Rhône-Alpes, Aquitaine, ceintures vertes	avri.- oct. selon modes de culture : abritée ou plein air	variété à fruit très allongé
couleur vert clair			
greyzini	Sud-Est, Rhône-Alpes, Aquitaine, ceintures vertes	avr.- oct. selon modes de culture : abritée ou plein air	variété à fruit allongé et légèrement courbe
couleur vert clair marbré			
grisette de Provence	Sud-Est, Rhône-Alpes, Aquitaine, ceintures vertes	avr.- oct. selon modes de culture : abritée ou plein air	variété à fruit allongé
couleur vert moyen			
diamant	Sud-Est, Rhône-Alpes, Aquitaine, ceintures vertes	avr.- oct. selon modes de culture : abritée ou plein air	variété à fruit légèrement allongé (sans graines)
couleur vert foncé			
ambassador, sardane, reine des noires	Sud-Est, Rhône-Alpes, Aquitaine, ceintures vertes	avr.- oct. selon modes de cultures : abritée ou plein air	variétés à fruit allongé
verte maraîchère	Côte d'Azur	avr.- oct. selon modes de culture : abritée ou plein air	variété à fruit allongé
longue de Saumur	Val de Loire	avr.- oct.	variété à fruit allongé
couleur jaune			
gold rush	Sud-Est, Rhône-Alpes, Aquitaine, ceintures vertes	avr.- oct. selon modes de culture : abritée ou plein air	variété à fruit allongé, la plus savoureuse, selon certains
couleur grisée, striée, marbrée			
ronde de Nice	Côte d'Azur surtout	avr.- oct.	variété à fruit rond, courte, renflée


COURGETTES
grisette de Provence
verte maraîchère
reine des noires
sardane
gold rush
greyzini
longues de Saumur
diamant
rondes de Nice
mini-courgettes
courgettes-fleurs

Longtemps cantonnée dans les cuisines méditerranéennes (on la trouve sur le marché toute l'année dans le Midi, d'où elle est acheminée vers le Nord), la courgette a franchi la Loire il y a une cinquantaine d'années ; elle est maintenant cultivée dans la région parisienne. On en importe également d'Espagne, d'Italie et du Maroc. Parmi les variétés disponibles pratiquement toute l'année, la « diamant », petite, verte et fine, est la meilleure ; elle n'a pas de graines et possède une saveur fine. Les fleurs, délicates, sont comestibles.

■ **Emplois.** Si les courgettes sont tendres, il est inutile de les éplucher. On en prévoit en général 250 g par personne (150 g pour une ratatouille ou une caponata). Sur le plan diététique, il est préférable de les cuire à la vapeur ou dans leur jus.

Poêlées, frites ou en beignets, elles accompagnent bien les poissons de la Méditerranée, le mouton et le veau. Pour être moins fades, les courgettes cuites à l'eau sont parfois relevées avec une béchamel muscadée ou une sauce indienne. De même, la farce et le gratin sont des apprêts qui leur conviennent bien.

En rondelles ou en bâtonnets et blanchies puis refroidies, les courgettes se servent aussi en salade (avec des olives et des œufs durs, ou des tomates et un peu de menthe). Les Anglais en font des confitures, parfois parfumées au gingembre, et des pickles.

Les fleurs de courgette, elles, se farcissent ou se préparent en beignet.

courgette : préparation
Débarrasser la courgette de son pédoncule et l'essuyer. La peler au couteau éplucheur, entièrement (indispensable pour la purée, à volonté pour les beignets) ou partiellement, en laissant des languettes de peau entre les parties pelées (ratatouille par exemple), ou pas du tout (courgette farcie, tajine).

courgettes à la créole
Partager les courgettes en deux dans le sens de la longueur et ôter les graines. Couper la pulpe en dés et la faire blondir dans un peu de saindoux. Saler, couvrir et cuire 20 à 25 min à feu très doux en remuant de temps en temps. Quand les dés se défont bien, les écraser à la fourchette et continuer la cuisson, en remuant, jusqu'à ce que cette marmelade soit devenue dorée. Servir très chaud.

courgettes farcies
Couper les courgettes en deux dans le sens de la longueur, les évider, les blanchir à l'eau bouillante salée et les égoutter. Blanchir fortement du riz, l'égoutter, le rafraîchir et l'égoutter de nouveau. Lui ajouter de la chair de mouton (braisée ou rôtie) hachée, de l'oignon haché et passé au beurre, du fenouil haché, une pointe d'ail, du sel et du poivre. Garnir en dôme les demi-courgettes avec cette farce. Les ranger côte à côte dans un plat à rôtir beurré en les serrant un peu les unes contre les autres. Mouiller de sauce tomate. Porter doucement à ébullition sur le feu, couvrir et poursuivre la cuisson au four préchauffé à 185 °C, en arrosant souvent.

courgettes à la mentonnaise
Partager les courgettes en deux dans le sens de la longueur. Inciser la pulpe à 1 cm du bord, et y pratiquer 7 ou 8 petites entailles. Les saler et les laisser dégorger à l'envers sur du papier absorbant. Les éponger et les dorer à l'huile d'olive. Les égoutter. Retirer la pulpe, la hacher et lui ajouter un volume égal d'épinards blanchis, hachés et étuvés au beurre ; remplir les demi-courgettes de cette farce. Les mettre dans un plat à rôtir. Les parsemer de 1 cuillerée à soupe rase de parmesan râpé, une pointe d'ail et du persil haché. Parsemer de chapelure, arroser d'huile d'olive et faire gratiner au four préchauffé à 250 °C.

RECETTE DE ROGER VERGÉ DANS
LES FÊTES DE MON MOULIN (ÉD. FLAMMARION)

fleurs de courgette aux truffes
« Plusieurs heures à l'avance, retirez le bout terreux de 500 g de champignons de Paris ; lavez-les très rapidement sous un filet d'eau pour qu'ils ne détrempent pas. Hachez-les et arrosez-les aussitôt du jus de 1/2 citron, ce qui leur évitera de noircir. Dans une poêle, chauffez 1 cuillerée à soupe de beurre et 1 cuillerée à soupe d'échalote hachée. Dès que le beurre chante, ajoutez les champignons, salez, remuez et cuisez-les 3 à 4 min. Égouttez-les au-dessus d'une petite casserole à travers une passoire fine en acier inoxydable (pour qu'ils ne noircissent pas), en réservant leur eau, et remettez-les à sécher dans la poêle, sur feu vif. Dans une terrine, mélangez au fouet 5 cuillerées à soupe de crème fleurette et 2 jaunes d'œuf. Versez dans la poêle, incorporez le tout au fouet et cuisez 2 min. Vérifiez l'assaisonnement et laissez refroidir. Égouttez 6 truffes noires du Vaucluse (15 g chacune) et ajoutez leur jus à celui des champignons. Essuyez délicatement 6 fleurs de courgette, sans les laver. Écartez les pétales et versez-y 1 cuillerée à dessert de purée de champignon. Placez 1 truffe au milieu et refermez les pétales. Placez les fleurs dans la partie haute d'un couscoussier rempli d'eau et couvrez-les de papier d'aluminium. Équeutez, triez et lavez 500 g d'épinards nouveaux très tendres ou de mâche. Faites réduire le jus des champignons et des truffes pour n'en avoir que 3 cuillerées à soupe bien parfumées. Incorporez au fouet 250 g de beurre coupé en petits morceaux. Salez, poivrez et réservez. Cuisez les fleurs 15 min à l'étuvée. Faites réchauffer la sauce au bain-marie. Étalez les feuilles d'épinard ou de mâche crues, posez les fleurs de courgette, ajoutez du sel et du poivre du moulin. Nappez de la sauce au beurre. Parsemez éventuellement de brins de cerfeuil et servez. »

piccata de lotte au bouillon d'ail et aux courgettes → PICCATA
purée de courgette → PURÉE

COURONNE Mode de dressage de certaines préparations sucrées ou salées, cuites dans un moule à savarin, façonnées en bordure (riz notamment) ou disposées en cercle sur un plat rond. Le centre est en général garni. On emploie aussi les termes « turban » ou « bordure » (voir ces mots). Les brioches et le pain peuvent également être moulés en couronne.

couronne de pommes à la normande
Cuire dans un sirop vanillé des demi-pommes à pulpe ferme, pelées et épépinées. Les laisser refroidir dans le sirop, puis les égoutter et les éponger. Préparer un appareil à crème moulée, parfumé au calvados, et le cuire au bain-marie, dans un moule à bordure lisse. Laisser refroidir, puis démouler dans un plat rond. Dresser au centre, en dôme, les moitiés de pomme égouttées. Décorer de crème Chantilly bien ferme. Servir avec une sauce à l'abricot parfumée au calvados.

RECETTE DE JACQUES PIC

couronnes de loup au poivron
« Lever les filets d'un loup de 1 kg et les parer. Les tailler en lanières et tresser celles-ci comme on natte des cheveux. Saler. Arrondir les tresses en couronne et les tenir au frais. Faire griller 2 poivrons rouges pour ôter la peau, les laisser tiédir, les couper en deux et y tailler quelques lanières. Passer le reste à la moulinette et faire réduire cette purée à feu doux. Cuire des brocolis à l'eau bouillante salée, les égoutter, les disposer dans un plat beurré, les saler. Faire revenir au beurre 2 échalotes hachées. Mouiller de vin blanc. Laisser réduire de moitié. Ajouter 1/2 litre de crème fraîche et la purée de poivron. Rectifier l'assaisonnement. Tenir au chaud, au bain-marie. Cuire les couronnes de poisson au beurre dans une poêle, puis les mettre à four chaud pendant 3 min. Napper le fond des assiettes d'un peu de sauce. Y disposer les couronnes de loup, garnir avec les lanières de poivron. Placer les brocolis au centre. »

croûtes en couronne à la Montmorency → CROÛTE

COURT-BOUILLON Décoction épicée et aromatisée, parfois vinaigrée ou additionnée de vin, servant principalement à cuire le poisson et les crustacés, mais également à cuisiner les abats blancs et certaines viandes blanches (poularde, veau).

On trouve dans le commerce des courts-bouillons lyophilisés, d'un emploi facile (ils se diluent simplement dans l'eau).

■ **Cuisson des poissons.** Le court-bouillon doit toujours être complètement refroidi. La cuisson se fait soit dans une poissonnière, soit dans une grande casserole. Les grosses pièces sont enveloppées dans un linge. Le court-bouillon est versé dans le récipient, où l'on place ensuite le poisson (un liquide bouillant contracterait les chairs). On porte à ébullition et on entretient un frémissement constant. La chair cuite doit être ferme mais souple (l'albumine coagule jusqu'à l'arête centrale). Seuls les crustacés vivants sont plongés dans la décoction bouillante et cuits à pleine ébullition.

Si le court-bouillon n'est pas assez abondant, on recouvre le poisson d'un linge ou de feuilles de céleri, pour l'empêcher de se dessécher en surface, mais il ne faut jamais rajouter d'eau froide.

Après la cuisson, les poissons servis chauds sont bien égouttés et présentés sur un plat, accompagnés à part de la sauce, et, traditionnellement, de pommes vapeur. Les poissons servis froids doivent refroidir dans le liquide de cuisson ; ils sont ensuite débarrassés de leur peau.

En principe, on ne jette jamais un court-bouillon : filtré, il peut en effet servir pour un potage ou une sauce blanche. Conservé dans un bocal stérilisé, il se garde d'une cuisson à l'autre.

RECETTE DU RESTAURANT
LE MARAIS CAGE, À PARIS

court-bouillon créole
« Mettre au fond d'un rondeau plat ou d'une russe, sans chauffer, 1 dl d'huile d'olive et 1 bouquet garni ; ajouter 2 ou 3 piments langues d'oiseau, 3 oignons épluchés et émincés, 1 boîte de tomates pelées au jus, concassées, 1 cuillerée à soupe de concentré de tomate et 1 pincée de sucre en poudre. Porter sur feu vif et saisir 3 min en remuant. Assaisonner de gros sel, puis mouiller avec 7,5 dl d'eau et cuire 30 min, en remuant de temps en temps. Ajouter 3 morceaux de poisson (requin, vivaneau, dorade...) par personne et cuire 25 min à tout petits bouillons et à couvert. »

court-bouillon « eau de sel »
Porter de l'eau à ébullition avec 15 g de sel par litre. L'eau de sel, le plus simple des courts-bouillons, n'est en général pas aromatisée, mais on peut lui ajouter selon le goût un peu de thym et de laurier.

court-bouillon au lait
Mélanger moitié lait et moitié eau, saler (15 g par litre) et mouiller juste à hauteur l'aliment à cuire ; ajouter quelques rondelles de citron pelé à vif. Ce court-bouillon est surtout utilisé pour la cuisson des poissons plats comme la barbue ou le turbot, ou encore des poissons fumés ou salés comme le haddock ou la morue (dans ce cas, ne pas mettre de sel).

court-bouillon pour poissons d'eau douce
Mettre dans une casserole 300 g de carottes coupées en rondelles, 300 g d'oignons émincés, 3 litres d'eau, 30 g de sel et 1 bouquet garni (1 brin de thym, 1/2 feuille de laurier et 3 branches de persil). Porter à ébullition et cuire 20 min. Ajouter une dizaine de grains de poivre et 2,5 dl de vinaigre. Laisser infuser 10 min, puis passer au chinois.

court-bouillon pour poissons de mer
Placer le poisson vidé et nettoyé dans un plat juste à sa dimension. Mouiller à hauteur d'eau froide. Ajouter quelques rondelles de citron pelé à vif et du gros sel de mer (15 g par litre). Porter à ébullition et laisser frémir jusqu'au stade de cuisson souhaité.

court-bouillon au vin
Mettre dans une casserole 2,5 litres d'eau, 5 dl de vin blanc sec de pays ou d'un cru déterminé, 50 g de carottes coupées en rondelles, 50 g d'oignon émincé, 1 branche de thym, 1/4 de feuille de laurier, éventuellement 1 petite branche de céleri et 1 branche de persil, 30 g de gros sel. Porter à ébullition et cuire 20 min. Ajouter 10 g de poivre en grains et laisser infuser 10 min. Passer au chinois. Ce court-bouillon sert à la cuisson des crustacés et des poissons.

homard au court-bouillon → HOMARD

COUSCOUS Plat traditionnel du Maghreb, à base de semoule de blé dur, parfois d'orge ou de blé vert. Les Français découvrirent ce mets sous Charles X, au moment de la conquête de l'Algérie (1830).

Le couscous (en arabe, *t'âam*) est le plat national tant de l'Algérie que du Maroc et de la Tunisie. Il est servi en second service, après le méchoui en Algérie, les tajines au Maroc. On le mange en modelant avec les doigts de petites boulettes de « graine ». Si, dans les trois pays, les éléments de base sont les mêmes – semoule et bouillon (ou *marga*) –, les ingrédients qui les enrichissent varient beaucoup.

Ainsi, le couscous peut s'accompagner de fèves, d'une grande diversité de légumes (artichaut, aubergine, bette, carde, courgette, fenouil, petits pois, pomme de terre) et parfois de viande.

Le *mesfouf*, couscous préparé avec des fèves fraîches et des raisins secs, est réservé au repas de l'aube pendant le mois du ramadan ; on le mange en buvant du petit-lait *(leben)* ou du lait caillé *(raïb)*.

Le couscous saharien est servi sans légumes ni bouillon. Le couscous peut se faire au lapin, au perdreau, au mouton.

La formule la plus originale est celle du couscous au poisson (dorade ou mérou), mais il existe aussi un couscous où la viande, le poisson et les légumes sont remplacés par des raisins secs, des amandes, des pistaches, des dattes et des noix, l'ensemble étant mouillé de lait frais, puis sucré.

Le couscous au mouton ou au poulet est parfois servi avec deux bouillons, l'un pour mouiller la semoule, l'autre, agrémenté de piment rouge, pour l'épicer ; les nombreux ingrédients (courgette, navet, oignon, pois chiches, raisins secs) sont alors soumis à une cuisson très longue, qui les réduit entièrement en une sorte de confit.

Enfin, il existe un couscous sucré à la cannelle.

Quelles que soient les variantes de ce plat dans chaque pays, la préparation du couscous repose sur deux constantes, sans lesquelles il perd de son authenticité : d'une part la qualité de la graine, qui tient essentiellement à l'art de rouler la semoule à la main et de la cuire, et, d'autre part (le couscous salé étant le plus répandu), la saveur de la viande, qui doit beaucoup au choix des légumes et des épices (le ras-al-hânoût, mélange de cinq épices, notamment) réunis dans le bouillon.

couscous : préparation de la graine
Emplir la marmite d'un couscoussier aux deux tiers d'eau ou de bouillon et chauffer à feu vif. Lorsque le liquide entre en ébullition, poser la partie supérieure, le *keskès*, contenant la semoule, entourer d'un linge mouillé la jonction des deux récipients pour éviter toute perte de vapeur, et couvrir. Au bout de 30 min environ, sortir la semoule, l'étaler dans un grand plat rond à rebord, la manipuler avec les mains huilées pour casser les grumeaux. Remettre la graine à cuire et renouveler l'opération à deux reprises, sans oublier de la travailler à chaque fois. Après la troisième cuisson, disposer des petits dés de beurre sur la semoule et servir. C'est au cours de la deuxième et de la troisième cuisson qu'intervient la « garniture » du couscous : légumes ou viandes dans la marmite, raisins secs mêlés à la graine.

couscous aux légumes
Après la première cuisson de la graine, placer dans le couscoussier tous les légumes choisis : pois chiches (trempés 24 heures), fèves (fraîches de préférence), oignons émincés, navets et carottes en morceaux, tomates en rondelles, et saler. Couvrir aux deux tiers d'eau ou de bouillon de légumes avant de poser le *keskès*. Au moment de servir, vérifier l'assaisonnement et le relever avec du poivre noir ou des épices diverses (mélange de quatre épices : *qâlat daqqa*, ou mélange de cinq épices : ras al-hânoût), selon les goûts. Ajouter des petits morceaux de beurre (théoriquement du smeun). L'éventail des légumes peut être plus vaste : artichaut, bette, chou, côte de carde, courgette, petits pois, pomme de terre, etc.

couscous au poisson
Dans le *keskès*, cuire 10 min à la vapeur des filets de merlan. Les émietter, les mélanger à des oignons en purée, de l'ail haché fin, du paprika, de la harissa, du persil haché, du sel, du poivre, 1 œuf et du pain rassis, préalablement trempé dans de l'eau froide. Avec cette « pâte », confectionner des boulettes et les dorer dans une poêle. Préparer de la graine avec 1,5 kg de semoule. Écailler, parer et vider 4 dorades ou 1 mérou de 1,5 kg. Assaisonner d'un mélange composé de 3 cuillerées à soupe d'huile d'olive, 2 cuillerées à café de graines de fenouil, autant de cumin pilé, 1 grosse pincée de poivre de Cayenne et 1 cuillerée à café de piment ou de paprika doux. Laisser reposer 30 min. Faire revenir à l'huile d'olive 3 oignons émincés, 3 courgettes et 4 carottes, détaillées en tronçons, et 2 fonds d'artichaut coupés en quatre. Couvrir ces légumes de 1,5 litre d'eau. Ajouter des pois chiches trempés et des fèves fraîches, 1 pincée de poivre de Cayenne, 3 tomates pelées

et concassées, 2 clous de girofle, 1 petit morceau d'écorce de cannelle, 1 cuillerée à café de cumin et, selon le goût, de la harissa délayée dans de l'eau. Cuire après avoir baissé le feu dès l'ébullition. 15 min avant de servir, griller le poisson. Disposer la graine en dôme dans un plat et la garnir avec le poisson et les boulettes de merlan. Servir à part le bouillon et les légumes. Le poisson est parfois cuit dans le bouillon, avec les légumes, auxquels on peut ajouter 1 chou, 6 pommes de terre moyennes et 4 poivrons coupés en deux.

couscous à la viande

Préparer la graine avec 1,5 kg de semoule et procéder à sa première cuisson. Vider l'eau de la marmite. Découper en morceaux 1 poulet de 1,8 kg et une petite épaule de mouton, les placer dans la marmite du couscoussier avec 8 morceaux de collier de mouton et les faire revenir avec 5 cuillerées à soupe d'huile d'olive. Faire blondir 4 oignons coupés en deux. Ajouter ensuite 8 carottes fendues en deux, 4 poireaux et 1 bulbe de fenouil émincés, 6 tomates concassées, du concentré de tomate délayé, 4 gousses d'ail écrasées, 1 bouquet garni, une petite poignée de gros sel, et mouiller à hauteur d'eau froide. Ajouter des pois chiches préalablement trempés pendant 24 heures. Placer le couvercle sur la marmite, porter à ébullition et cuire de 20 à 25 min. Ajouter alors dans la marmite 4 navets en quartiers et 4 grosses courgettes en tronçons, ainsi que 4 petits artichauts débarrassés de leur foin et de leurs grosses feuilles et coupés en quatre. Placer le *keskès* avec la graine sur la marmite et poursuivre la cuisson 30 min. Préparer des boulettes en mélangeant 450 g de viande de mouton hachée, 1 petit bouquet de persil, 2 gousses d'ail et 2 oignons, hachés ensemble, 4 tranches de pain de mie émiettées, mouillées au lait, puis pressées, 1 cuillerée à café de harissa, du sel et du poivre. Bien malaxer, puis diviser la « pâte » en 8 petites boules. Les passer dans la farine et les dorer à l'huile d'olive dans une poêle, à feu vif. Lorsque la graine est cuite, la verser dans un grand plat, y déposer des noix de beurre et la garnir avec les morceaux de viande, des merguez frites et les boulettes. Présenter en même temps les légumes et le bouillon dans une soupière.

COUSCOUSSIER Récipient en aluminium ou en acier inoxydable, constitué de deux parties s'emboîtant l'une sur l'autre.

La partie inférieure est une marmite souvent bombée et munie de poignées ; on y verse le bouillon de légumes ou de viande (ou simplement de l'eau). La partie supérieure, appelée *keskès*, dont le fond est percé de petits trous, reçoit la semoule ou les aliments qui doivent cuire à la vapeur. Le couscoussier est fermé par un couvercle, parfois aussi percé de trous pour l'évacuation de la vapeur.

Autrefois, dans les pays du Maghreb, le couscoussier était un simple récipient en terre, ou en alfa tressé, percé de trous, dans lequel on mettait la semoule ; il se posait sur une marmite ordinaire, remplie d'eau ou de bouillon.

COUSINETTE Soupe béarnaise à base de feuilles de légumes verts, versée dans les assiettes sur de minces tranches de pain.

cousinette

Laver 150 g de feuilles d'épinard, 150 g de feuilles de bette, 150 g de feuilles de laitue, 50 g de feuilles d'oseille et une petite poignée de feuilles de mauve sauvage. Les tailler en chiffonnade très fine, puis les faire revenir doucement dans 50 g de beurre ou de graisse d'oie. Couvrir et laisser étuver 10 min. Ajouter 1,5 litre d'eau ou, mieux, de bouillon (de volaille) et, éventuellement, 250 g de pommes de terre coupées en tranches fines ; poursuivre la cuisson 30 min. Au moment de servir, rectifier l'assaisonnement, ajouter un morceau de beurre frais. Verser le potage sur de fines tranches de pain séchées au four.

COUTEAU Instrument tranchant composé d'un manche et d'une lame. Celle-ci est prolongée par une soie (ou queue), qui s'enfonce dans le manche, ceint d'une virole. Entre la soie et la lame, une partie saillante, la bascule, évite que la lame touche la surface de la table quand on pose le couteau à plat. Lorsque celui-ci n'a pas de virole, la soie est maintenue entre deux plaquettes – les côtes –, qui forment le manche. Jusqu'à la généralisation du métal inoxydable, les lames étaient en acier, sauf pour les fruits et le poisson (argent). Néanmoins, pour la coutellerie de cuisine, l'acier au carbone s'aiguise mieux et reste affûté plus longtemps que l'inoxydable.

■ **Couteaux de table.** L'ancêtre du couteau fut le silex taillé. Les premières lames furent en bronze, puis en fer. Jusqu'à la fin du XVIe siècle, le couteau servait à la fois à couper et à piquer les aliments dans le plat, ainsi qu'à trancher le pain ; c'était un objet personnel, que l'on portait à la ceinture. Les premiers couteaux à bout rond apparurent vers 1630, les règles du savoir-vivre imposant alors de ne pas se curer les dents avec la pointe de son couteau. Au XVIIe siècle, les couteaux de table commencèrent à se différencier selon leur usage. Aujourd'hui, couteaux à découper la viande, à servir le poisson, le fromage (pointe bifide recourbée) et les gâteaux font partie du service classique.

Chaque convive dispose d'un grand couteau (ou couteau de table), parfois d'un couteau *lame-steak* (denté, cranté ou à tranchant spécial), et de petits couteaux de forme variable selon le mets (à pamplemousse, à poisson, à fromage, à fruit, à dessert). Le couteau à tartine, conçu pour le service du beurre, possède une lame non affûtée, à bout rond. Le couteau à pain est à dents de scie.

■ **Couteaux de cuisine.** Les couteaux d'un chef lui sont aussi personnels que l'instrument d'un musicien : leur poids, leur équilibre et leur forme jouent un rôle déterminant. L'outillage classique comprend les pièces suivantes : le couteau « de boucher » (à désosser, petit, à lame courte, large près du manche et pointue à l'extrémité ; à trancher, à lame longue, large et pointue) ; le couteau « de cuisine », avec le couteau à battre

(lourd, résistant et épais, pour fendre les os, les concasser, couper les viandes) ; le couteau à filets de sole (à lame longue et flexible, pointue) ; le couteau à jambon (à lame longue et flexible, à bout arrondi, unie, alvéolée ou cannelée) ; le couteau de cuisine « chef » (à lame très large et rigide, à bout pointu, pour trancher, émincer, hacher) ; le couteau d'office (le plus petit et le plus utilisé, à lame pointue et peu large, pour éplucher légumes et fruits, et effectuer tous les petits travaux) ; le couteau éminceur (spécialement conçu pour les légumes) ; le couteau tranche-lard (très long, à lame flexible et à bout pointu).

En cuisine domestique, on a généralement besoin d'un couteau-scie, qui peut être électrique, d'un couteau à trancher, de deux couteaux d'office, d'un couteau à découper, et, parfois, d'un couteau à jambon et d'un couteau à filets de sole.

Un petit outillage diversifié complète cette coutellerie : le couteau éplucheur (ou « économe ») pour peler légumes et fruits ; le couteau à tomate (à très fines dents de scie) ; le couteau à huîtres (à lame pointue, courte et épaisse, protégée par une garde) ; les couteaux zesteur, canneleur, écailleur.

En pâtisserie, on utilise le couteau à tartiner (long, à bout rond) pour abricoter ; le couteau-palette (souple et sans tranchant), pour soulever tartes et crêpes ; le couteau-scie pour trancher biscuits, cakes et brioches.

■ **Couteaux professionnels.** De nombreux couteaux sont destinés aux professionnels de la cuisine et de la boucherie : couperet (à lame rectangulaire très épaisse, pour concasser les os) ; feuille à fendre (à lame large, plus fine et arrondie, pour détailler, en particulier, selles et carrés de mouton et de porc) ; couteau à barde et à lardons (muni de vis molletées, pour régler l'épaisseur) ; couteau à chair (en forme de couperet spatulé, pour prélever la viande hachée, la chair à saucisse) ; couteau à dénerver, dit « chevalier » ; couteau à frites ou à julienne (à lame munie, à intervalles réguliers, de petites lames perpendiculaires) ; couteau à oignon (à lame munie d'un capot de plastique transparent, pour éviter de pleurer) ; couteau à poisson (à lame dentelée) ; couteau à saumon fumé (à lame crantée, longue et flexible) ; couteau à salami (à lame en dents de scie et à manche formant un angle avec la lame) ; couteau à surgelés (à lame épaisse et crantée, irrégulièrement dentée sur un seul bord ou sur les deux).

COUTEAU (COQUILLAGE) Coquillage de la famille des solénidés, aux coquilles allongées en forme de gaine (voir planche des coquillages page 324). À marée basse, le couteau s'enfonce profondément dans le sable, d'où on le fait sortir en déposant un peu de gros sel à l'orifice de son trou. Les deux espèces principales (le couteau droit, ou rasoir, long de 10 à 20 cm, et le couteau courbe, de 10 à 15 cm) doivent dégorger avant d'être dégustées, crues ou surtout cuites, éventuellement farcies.

Au Canada, on trouve plusieurs espèces de couteau (Atlantique) et de rasoir (Pacifique) ; ils sont parfois préférés aux palourdes.

COUVERCLE Accessoire de cuisine plat et muni d'une queue, d'une poignée ou d'un bouton, servant à couvrir les ustensiles de cuisson (marmite, cocotte, fait-tout) pour éviter les projections extérieures ou empêcher l'évaporation de l'eau et des sucs. Il est parfois bombé (pour les sauteuses) ou creux (pour recevoir de l'eau, sur certains modèles de cocotte).

Certaines pièces du service de table – légumier, soupière – possèdent également un couvercle.

COUVERT Ensemble des accessoires de table mis à la disposition d'un convive (assiette, verre, couteau, fourchette, cuillère) et marquant sa place autour d'une table dressée. En termes professionnels, le « couvert » désigne seulement la fourchette et la cuillère.

Jusqu'au XVe siècle, il était d'usage de « servir à couvert », c'est-à-dire de couvrir d'un grand linge blanc les plats et les mets exposés sur la table ou sur le dressoir, pour montrer aux hôtes que toutes les précautions avaient été prises pour éviter un empoisonnement. De là l'origine de l'expression « mettre le couvert » pour dresser une table.

Sous l'Ancien Régime, on distinguait, selon l'ampleur du repas, le grand couvert, ou repas d'apparat (réservé au roi seul face à ses courtisans ou à la famille royale au complet), le petit couvert, ou repas sans cérémonie (que le roi prenait avec des familiers), et le très petit couvert, très intime, comportant néanmoins trois services. C'est au XVIIIe et surtout au XIXe siècle que les usages de la table prirent la forme qu'ils ont conservée jusqu'à nos jours, bien qu'ils aient été simplifiés.

Le couvert observe classiquement des dispositions précises : pliage de la serviette, nombre de verres, emplacement de la fourchette (à gauche, dents contre la nappe), du couteau (à droite, lame vers l'intérieur), de la cuillère à potage éventuellement (à droite, à l'extérieur, côté bombé vers le haut).

Depuis la diffusion du métal argenté, l'orfèvrerie de table s'est souvent contentée de reproduire les styles des siècles passés. Au début du XXe siècle, le modern style fit sentir son influence, mais le renouveau apparut surtout avec Jean Puiforcat (après 1918), qui créa un style où la forme l'emportait sur le décor. Les orfèvres allemands, puis scandinaves, ont joué un rôle décisif en Europe, en faisant porter l'accent sur l'aspect fonctionnel des pièces du couvert, notamment sur la maniabilité et la beauté du matériau (bois et acier, Plexiglas).

COUVRIR Mettre un couvercle sur un récipient lorsque la préparation doit cuire à couvert. Pour certains légumes (le chou-fleur, par exemple), le couvercle peut être remplacé par du papier sulfurisé, beurré ou non. Celui-ci évite en outre que les préparations ne se dessèchent, et qu'il se forme une peau pendant le refroidissement (sur une crème pâtissière, par exemple).

La cuisson de certains apprêts (daubes, pâtés, terrines) doit se faire dans un récipient hermétiquement clos. L'étanchéité du couvercle peut alors être renforcée par une bande de pâte, le repère (voir LUTER).

COZIDO Sorte de pot-au-feu portugais et espagnol, composé de chorizo, de chou, de carottes, de pois chiches, de haricots blancs, d'oreilles de porc et d'un élément de charcuterie ressemblant à du boudin noir (viande hachée et mie de pain trempée dans du lait) ou blanc (viande hachée et beaucoup de graisse animale). Le bouillon, additionné de vermicelle, se consomme en potage.

CRABE Nom générique de crustacés décapodes caractérisés par un abdomen réduit, replié sous une grosse carapace rigide (**voir** planche des crustacés pages 368 et 369). Les cinq paires de pattes ont une importance variable suivant les espèces, mais la première est toujours pourvue de fortes pinces (moins développées cependant chez l'araignée de mer).

Quatre espèces principales sont consommées en France : l'araignée de mer (d'un diamètre de 20 cm environ), à carapace épineuse, pointue vers l'avant ; le tourteau, plus large, avec une paire de pinces très développées (il peut atteindre 45 cm et 5 kg) ; le crabe vert ou enragé, beaucoup plus petit (de 8 à 10 cm) ; l'étrille (4 cm), à carapace presque carrée et à pattes palmées. Tous vivent sur les fonds côtiers et herbeux, sauf le tourteau, qui préfère les fonds rocheux ou caillouteux.

Au Canada, on en connaît deux espèces : le crabe géant, qui sert surtout en conserverie, et le crabe des neiges, très recherché pour la finesse de sa chair.

■ **Emplois.** La chair des crabes est fine et délicate ; cependant, le décorticage des pattes est long et minutieux. Le foie et la substance crémeuse (le « jaune »), située entre la chair et la carapace, sont surtout appréciés tartinés sur du pain de seigle beurré. Les crabes doivent être achetés vivants, lourds et bien pleins, bien que certains poissonniers les vendent déjà cuits. Seul le tourteau peut se farcir.

Sur un plateau de fruits de mer, avec une mayonnaise, les crabes sont présentés avec des pinces spéciales, des fourchettes minces à deux dents et des rince-doigts. Les petits crabes sont utilisés pour les soupes, bisques et coulis. On trouve également dans le commerce des conserves de crabe au naturel (miettes ou morceaux de chair).

aspic de crabe → ASPIC
avocats farcis au crabe → AVOCAT
beurre de crabe ou de crevette → BEURRE COMPOSÉ
cocktail de crabe → COCKTAIL (HORS-D'ŒUVRE)

crabes en bouillon

Hacher 1 gros oignon ; peler et concasser 4 tomates ; éplucher et écraser 2 grosses gousses d'ail. Plonger 2 tourteaux dans de l'eau bouillante salée, les cuire 3 min, puis détacher pinces et pattes et retirer le contenu de la carapace. Concasser celle-ci et les pattes (pleines), et les faire revenir avec l'oignon dans 30 g de saindoux ou 2 cuillerées à soupe d'huile. Ajouter les tomates et 1 grosse pincée de gingembre en poudre, 1 mesure de safran, 1 pincée de poivre de Cayenne, l'ail et 1 branche de thym. Mouiller largement de bouillon de poisson, de viande ou de volaille, puis couvrir et laisser mijoter tout doucement 2 heures environ. Passer alors au tamis en appuyant bien pour obtenir une sauce un peu consistante ; rectifier l'assaisonnement. Concasser et vider les pinces, couper en quatre la chair retirée de la carapace, et faire revenir le tout au saindoux ou à l'huile, dans une sauteuse. Verser la sauce dessus, porter de nouveau à ébullition et cuire 5 ou 6 min. Servir dans une soupière, avec, à part, du riz créole.

crabes à la bretonne

Plonger les crabes vivants dans un court-bouillon au citron ou au vinaigre en ébullition ; les cuire de 8 à 10 min, les égoutter et les laisser refroidir. Détacher pattes et pinces, et retirer l'intérieur des carapaces. Bien nettoyer celles-ci. Couper en deux les parties retirées, puis les remettre dans les carapaces nettoyées et disposer autour pattes et pinces. Garnir de persil ou de feuilles de laitue. Servir avec une mayonnaise.

crabes farcis à la martiniquaise

Bien nettoyer et cuire au court-bouillon 4 tourteaux moyens. Mélanger 1 tasse de lait et 1 bol de mie de pain rassis. Éplucher et hacher finement 3 belles tranches de jambon et, à part, 5 ou 6 échalotes. Dorer les échalotes à l'huile ou au beurre. Hacher ensemble 1 petit bouquet de persil et 3 ou 4 gousses d'ail, les ajouter aux échalotes et remuer. Ajouter la chair de crabe émiettée, une bonne pincée de poivre de Cayenne, la mie de pain pressée et le hachis de jambon ; bien mélanger et réchauffer. Rectifier l'assaisonnement : la farce doit être bien pimentée. Délayer 2 jaunes d'œuf avec 2 cuillerées à soupe de rhum blanc et en lier la farce. Répartir celle-ci entre les carapaces. Parsemer de chapelure blonde, arroser de beurre fondu et faire gratiner doucement dans le four.

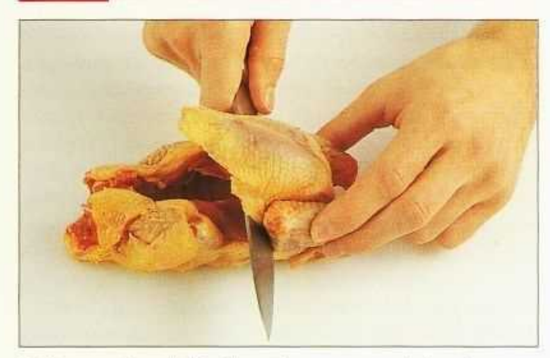
soufflé au crabe → SOUFFLÉ

CRACKER Biscuit salé d'origine britannique, léger et croquant, à texture feuilletée et très friable. Dans les pays anglo-saxons, les crackers se dégustent surtout avec le fromage. Le véritable cracker est de goût neutre (farine de froment, matières grasses, levure, malt) ; sa marque de fabrique est souvent imprimée dans la pâte.

En France, les crackers sont plus petits, fins et croustillants ; de tailles, de formes et de goûts très variés, ils sont surtout servis à l'apéritif.

CRAPAUDINE (EN) Manière d'accommoder un petit poulet, un poussin ou, surtout, un pigeon. La volaille, fendue, aplatie (« comme un crapaud »), panée et grillée, reste savoureuse, car les sucs sont concentrés. On la présente souvent avec deux rondelles de blanc d'œuf surmontées d'un petit rond de truffe pour figurer les yeux, avec des bouquets de cresson et un beurre maître d'hôtel, une sauce diable ou une sauce Robert.

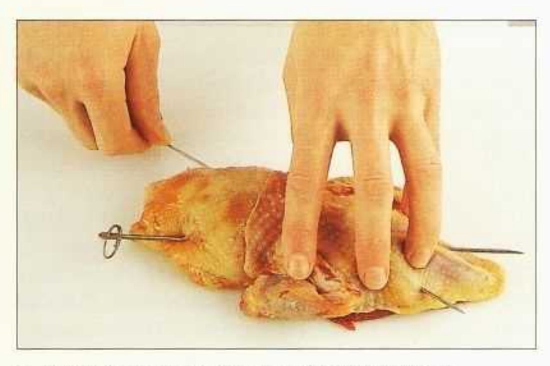
Préparer une volaille en crapaudine



1. *Trousser la volaille. L'ouvrir en partant de la pointe du bréchet jusqu'à l'articulation des ailes, en suivant le tracé de la petite veine grasse.*



2. *Retourner la volaille et lui appliquer un coup de batte pour l'aplatir.*



3. *Piquer les deux brochettes en les croisant pour maintenir la volaille à plat.*

pigeon en crapaudine : *préparation*
Vider soigneusement le pigeon et le passer à la flamme pour enlever les dernières petites plumes. Trancher les pattes au niveau de la première articulation, ainsi que les ailerons. Poser la volaille sur le bréchet et l'ouvrir d'un côté de la colonne vertébrale, du cou jusqu'au croupion. Écarter les deux côtés et, pour mettre la volaille bien à plat, trancher le petit os situé près du cou. Retirer la colonne vertébrale et détacher les côtes avec la pointe d'un couteau. Pratiquer une fente dans la peau, à la base de chaque cuisse, et y passer l'extrémité du pilon.

CRAQUELIN Petite pâtisserie légère et croquante. Il peut s'agir soit d'un biscuit (petit-four sec, spécialité de Saint-Malo, de Binic, de Vendée, mais aussi de Beaume-les-Dames), soit d'une sorte d'échaudé (en particulier dans le Cotentin), soit encore d'un gâteau en pâte non levée et non sucrée, auquel on donne diverses formes ; autrefois, les craquelins ressemblaient à des tricornes. On appelle également craquelin des brisures moyennes de nougatine que l'on incorpore à certaines préparations : intérieur de bonbon, chocolat praliné, crème au beurre, etc.

CRAQUELOT Hareng saur nouveau, légèrement fumé, que l'on consomme dans le Nord, en particulier à Dunkerque et en Flandre, d'octobre à décembre, dans les deux ou trois jours qui suivent sa préparation. À Dunkerque, on le sert grillé, avec du beurre frais, après l'avoir fait tremper dans du lait.

CRATERELLE Champignon comestible, commun dans les bois, également appelé « corne-d'abondance » et « trompette-de-la-mort » (ou « des-morts »), en forme d'entonnoir gris fumé ou noir (voir planche des champignons page 240). Assez peu charnue et légèrement coriace, mais hautement parfumée, la craterelle est très appréciée en cuisine ; hachée, elle agrémente des sauces (poivrade, au vin rouge) ; elle relève le goût de champignons plus fades.

Les trompettes-de-la-mort sèchent facilement ; réduites en poudre, elles servent de condiment.

CRÉCY Nom donné à diverses préparations comportant des carottes. Celles-ci s'emploient souvent en purée (la purée Crécy sert de base à un potage et garnit divers apprêts : œufs pochés, omelette, filets de sole, etc.), mais interviennent sous d'autres formes : dans le consommé Crécy, elles sont taillées en brunoise ; pour les tournedos Crécy, elles sont tournées et glacées.
▶ **Recettes** : ARTICHAUT, POTAGE.

CRÉMANT Vin de Champagne faiblement mousseux ; contenant moins de sucre que les champagnes, il conserve mieux son goût. Celui de Cramant est l'un des meilleurs. D'autres régions viticoles fabriquent des mousseux sous le nom de « crémant » : crémant-d'alsace, crémant-de-bourgogne, crémant-de-die, crémant-de-limoux, crémant-de-loire et crémant-du-jura sont aujourd'hui des appellations d'origine contrôlée. Certains d'entre eux présentent, quand ils sont bien vinifiés, un excellent rapport qualité-prix.

CRÈME Liqueur de fruit contenant une forte proportion de sucre (au minimum 250 g par litre et, pour la crème de cassis, 400 g par litre) ; le terme est toujours accompagné du nom du fruit, du parfum ou de l'appellation caractérisant la liqueur. Les crèmes sont obtenues par macération dans de l'eau-de-vie – additionnée d'un sirop de sucre – de substances très diverses : fruits, plantes ou fleurs. Les crèmes se boivent généralement en digestif dans des petits verres ; elles interviennent dans certains cocktails et sont parfois servies en apéritif, avec de la glace et de l'eau.

CRÈME BRÛLÉE OU **CARAMÉLISÉE** Crème composée d'un mélange de jaunes d'œuf, de sucre et de lait ou de crème, souvent aromatisée, dont la prise se fait par cuisson au four. La crème est recouverte de cassonade brune, caramélisée généralement au chalumeau.

RECETTE DE JOËL ROBUCHON

crème caramélisée à la cassonade

« Fendre une gousse de vanille en longueur et récupérer à l'aide d'un couteau toutes les petites graines. Les mettre dans un saladier avec 3 jaunes d'œuf et 60 g de sucre semoule et bien mélanger au fouet. Verser peu à peu 3 dl de crème fleurette et 0,5 dl de lait en fouettant vivement. Passer au chinois. Emplir de cette préparation de petits plats en porcelaine et cuire 30 min au four préchauffé à 90 °C. Laisser bien refroidir et mettre 1 heure dans le réfrigérateur. Saupoudrer les crèmes de 100 g de cassonade. Les mettre sous le gril très chaud. Remettre au frais 30 min avant de servir. »

CRÈME CATALANE Crème cuite espagnole, assez proche de la crème pâtissière, mais plus épaisse en raison de proportions légèrement différentes, et parfumée avec des zestes de citron et de la cannelle. Traditionnellement servie dans des ramequins en grès à fond plat, elle est souvent caramélisée sur le dessus.

CRÈME FRAÎCHE Sous-produit du lait, de couleur blanche et de consistance onctueuse, comprenant de 30 à 40 % de matières grasses, des éléments non gras et de l'eau. La crème « fraîche » désigne la crème crue ou pasteurisée (ni stérilisée ni surgelée), qu'elle soit liquide ou épaisse (voir tableau).

Jusqu'à la fin du XIXe siècle, la crème s'obtenait en laissant le lait reposer dans un endroit frais pendant 24 heures : les globules gras se concentraient dans la partie supérieure, et on recueillait la crème à la louche.

Aujourd'hui, la fabrication se fait en laiterie avec des écrémeuses centrifugeuses, la force de l'écrémage déterminant le taux de matières grasses.

• CRÈME CRUE. Elle n'a subi aucun traitement thermique et est obtenue immédiatement après écrémage.

Caractéristiques des différentes variétés de crèmes fraîches

variétés	fabrication	conservation	utilisation à chaud, en cuisson, en réduction	observations
aigre	fermentation bactérienne	DLC *, conseils sur l'emballage	froide ou légèrement réchauffée	ne convient pas au foisonnement ; peut être remplacée par jus de citron et crème fraîche
crue	refroidie après écrémage à 8 °C	DLC 7 jours (4 °C max.)	à chaud ou à froid	bon foisonnement ; teneur en matières grasses plus élevée ; pour sauces à froid
double	maturée	DLC ≤ 30 jours ; 48 h après ouverture (4-6 °C max.)	bonne résistance à la cuisson, bonne tenue à la réduction, bonne pour liaisons	ne monte pas facilement ; 40 % de matières grasses en général ; pour pâtisserie, cuisine (veloutés…)
fraîche épaisse	pasteurisée, maturée	DLC ≤ 30 jours ; 48 h après ouverture (4-6 °C max.)	bonne résistance à la cuisson, bonne tenue à la réduction, bonne pour liaisons	convient au foisonnement avec 10 à 20 % de lait froid, longue réduction ; acidule les aliments ; pour sauces à base d'alcool ou acides, bon pouvoir nappant pour sauces froides, tarte Tatin
fraîche liquide (fleurette)	pasteurisée	DLC ≤ 15 jours ; 48 h après ouverture (4-6 °C max.)	bonne résistance à la cuisson, bonne tenue à la réduction, parfaite pour la chantilly	convient au foisonnement ; plus fragile que la crème UHT ou stérilisée ; s'acidifie avec l'âge
légère	liquide ou épaisse allégée	dépend de sa nature	meilleure utilisée à froid	ne convient pas au foisonnement ; jamais crue ; 12 à 30 % de matières grasses ; pour sauces froides allégées
liquide stérilisée	chauffée 15-20 min à + 115 °C, et refroidie	DLC 8 mois ; 48 h après ouverture (6°C max.)	bonne résistance à la cuisson, bonne tenue à la réduction	excellent foisonnement ; taux idéal de matières grasses : 32-35 %
liquide UHT **	chauffée 2 s à + 150 °C, et rapidement refroidie	DLC 4 mois ; 48 h après ouverture (6 °C max.)	bonne résistance à la cuisson, réduction, excellente stabilité à la cuisson	excellent foisonnement pour sauces minute ; foisonnée pour sauces légères, stables ; ne pas ajouter d'ingrédients ; chaude, épaissir avec une base acide (citron, vinaigre)

** DLC : date limite de consommation à partir du conditionnement notifié sur l'emballage.*
*** UHT : Ultra Haute Température.*

• **Crème fraîche pasteurisée.** Elle n'a pas été ensemencée et porte souvent en restauration le nom de « fleurette », qui n'a rien de légal.
• **Crème fraîche épaisse.** Elle a subi une maturation par ensemencement avec des ferments lactiques.
• **Crème d'Isigny.**. Elle bénéficie d'une appellation d'origine contrôlée et renferme au moins 35 % de matières grasses.
• **Crème UHT.** Elle a été stérilisée et n'a pas droit à l'appellation crème fraîche, mais, grâce à ses qualités et à ses facilités d'emploi et à son goût fin, elle est très utilisée en restauration.
• **Crème double.** Elle est enrichie en matières grasses.
• **Crème aigre.** Elle est préparée par fermentation bactérienne (et se conserve donc peu) et très employée dans les cuisines allemande, anglo-saxonne et russo-polonaise (**voir** SMITANE).
• **Crème de lait.** Elle se forme à la surface du lait cru bouilli et est surtout utilisée en pâtisserie familiale, pour enrichir certains gâteaux.

crème Chantilly : préparation
Entreposer dans le réfrigérateur de la crème épaisse et du lait, ou de la crème fleurette, et le récipient qui sera utilisé. Au moment de préparer la crème Chantilly, ajouter à la crème épaisse bien froide (entre 2 et 6 °C) le tiers de son volume de lait, également très froid, et commencer à fouetter. (Quand la température environnante est supérieure à 18 °C, il est impératif de placer le récipient dans un autre, plus grand, contenant des glaçons.) Quand la crème est mousseuse, ajouter du sucre semoule (de 60 à 80 g pour 1 litre de crème) et de la vanille liquide ou du sucre vanillé, et continuer à fouetter jusqu'à ce que la crème tienne entre les branches du fouet. Remettre aussitôt dans le réfrigérateur jusqu'à l'emploi.

charlotte à la chantilly → CHARLOTTE
choux à la crème Chantilly → CHOU
coupes de crème Hawaii → COUPE

crème fouettée
Mettre dans le réfrigérateur de la crème fraîche très épaisse et du lait. Au moment de l'emploi, ajouter à la crème 1/3 de son volume de lait refroidi et fouetter en la battant ni trop (elle tourne en beurre) ni trop peu (elle ne tient pas), jusqu'à ce qu'elle ait doublé de volume.

savarin aux fruits rouges et à la chantilly → SAVARIN

CRÈME DE MARRON Purée de châtaigne sucrée, de consistance onctueuse, utilisée en confiserie et en pâtisserie, dont l'Ardèche s'est fait une spécialité. La crème de marron permet de réaliser des desserts glacés (bavarois, glace, vacherin), parfois complétés de marrons glacés ; elle sert également à fourrer des pâtisseries et des entremets (barquette, crêpe, gâteau roulé, meringue). On l'emploie aussi pour enrichir des pâtes à biscuit (génoise, manqué, quatre-quarts). On peut enfin la servir nature, frappée, avec de la chantilly et des gâteaux secs.

CRÈME-POTAGE Potage fait à partir d'un fond blanc (jadis de lait et d'un roux blanc) ou d'une béchamel, lié à la farine, à la farine de riz ou à la fécule de maïs et terminé par l'adjonction de crème fraîche, ce qui lui donne une consistance onctueuse. (Si l'on rajoute des jaunes d'œuf, la crème devient un « velouté ».) L'élément de base est fourni par un légume, du riz (ou de l'orge), un crustacé ou de la volaille : l'apprêt est souvent garni de pluches de cerfeuil, d'éléments de décor, de croûtons, etc.

crème-potage : méthode de base
Émincer, blanchir à l'eau bouillante salée, puis étuver au beurre le légume choisi, à raison de 40 à 50 g de beurre pour 500 g de légumes (artichaut, asperges, céleri, champignons, chou-fleur, cresson, endives, laitue, poireau). Préparer 8 dl de béchamel en mouillant de 8,5 dl de lait un roux blanc fait de 30 g de beurre et de 40 g de farine. Mélanger cette béchamel et le légume étuvé et cuire à petits frémissements de 12 à 18 min. Passer au mixeur, puis au tamis. Diluer de quelques cuillerées à soupe de consommé blanc (ou de lait si le potage est préparé au maigre). Chauffer et rectifier l'assaisonnement. Ajouter 2 dl de crème fraîche ; remuer en réchauffant.

crème d'artichaut
Émincer, blanchir 12 min à l'eau bouillante salée, puis étuver au beurre 8 gros fonds d'artichaut. Ajouter 8 dl de béchamel et cuire, à petits frémissements. Achever le potage comme dans la méthode de base. Parsemer de pluches de cerfeuil.

Recette de Claude Peyrot

crème de betterave ou crème Violetta
« Cuire au four, puis passer dans un hachoir électrique et dans un mixeur 150 g de betterave rouge. Tamiser et citronner. Incorporer 1/2 litre de béchamel, puis détendre d'autant de consommé réduit. Cuire 10 min. Verser 1 dl de crème et chauffer sans laisser bouillir. Ajouter 50 g de betterave coupée en julienne. Servir en parsemant de pétales de violette. »

crème de champignon
Nettoyer 600 g de champignons, en réserver 100 g. Étuver au beurre les 500 g qui restent. Achever la préparation et la cuisson comme pour la crème d'artichaut. Couper en fine julienne les 100 g de champignons réservés. Les ajouter à la crème.

crème de crevette
Préparer 1 dl de mirepoix de légumes. La faire suer doucement dans 30 g de beurre. Y ajouter 350 g de queues de crevette et les faire sauter. Saler et poivrer. Mouiller de 50 cl de vin blanc et de 1 cuillerée

à soupe de cognac flambé ; cuire 5 min. Réserver 12 queues de crevette et passer tout le reste au mixeur. Ajouter 8 dl de béchamel. Achever comme dans la méthode de base. Décortiquer les 12 queues réservées et en garnir la crème au moment de servir.

crème Du Barry
Cuire à la vapeur un petit chou-fleur très blanc, mais en prolongeant la cuisson plus longtemps qu'à l'accoutumée : le chou-fleur doit pouvoir s'écraser facilement. Le passer au mixeur, puis y ajouter 8 dl de béchamel et achever comme pour la crème d'artichaut.

crème d'endive
Nettoyer les endives et retirer le cône amer situé à leur base. Les laver sans les laisser tremper, bien les éponger. Les émincer. Les étuver au beurre. Achever comme pour la crème d'artichaut.

crème d'estragon
Hacher grossièrement 100 g de feuilles d'estragon, puis ajouter 1,5 dl de vin blanc sec et faire bouillir jusqu'à réduction complète. Ajouter alors 3,5 dl de béchamel épaisse, saler et poivrer, porter à ébullition, puis passer au tamis fin. Réchauffer, puis ajouter 1 cuillerée à soupe de beurre frais.

RECETTE DE PHILIPPE BRAUN,
RESTAURANT *LAURENT*, À PARIS

crème de laitue, fondue aux oignons de printemps
« Nettoyer et parer 4 laitues, les blanchir dans de l'eau salée et les rafraîchir. Les presser dans un torchon et les émincer en chiffonnade. Éplucher et ciseler 1 oignon et le mettre dans 30 g de beurre ; ajouter la chiffonnade et faire suer 4 ou 5 min. Mouiller avec 1 litre de bouillon de volaille ; cuire 5 min, passer au mixeur et réserver. Éplucher 30 oignons nouveaux et ne garder que la partie blanche ; les émincer finement et compoter 20 min à couvert avec 2 cuillerées à soupe d'eau. Passer au mixeur. Lier 300 g de la purée d'oignon avec 4,5 g de fécule de maïs et 3 jaunes d'œuf ; saler. Monter au fouet un mélange de 90 g de blanc d'œuf et de 24 g de blanc d'œuf en poudre et l'incorporer délicatement à la purée. Remplir 6 moules beurrés de cette préparation, les couvrir de film alimentaire et cuire 12 min au four préchauffé à 80 °C. Réchauffer la crème de laitue, ajouter 1 dl de crème fleurette et 50 g de beurre, vérifier l'assaisonnement et émulsionner. Verser la crème dans des assiettes creuses, y démouler les soufflés et piquer dans chacun une tranche de poitrine de porc fumé grillée. »

crème d'orge
Laver 300 g d'orge perlé et le faire tremper 1 heure dans de l'eau tiède. Effiler et émincer 1 branche de céleri. Ajouter orge et céleri à 1 litre de consommé blanc et cuire 2 h 30 à petits frémissements. Passer à travers un tamis très fin, diluer avec quelques cuillerées de consommé blanc ou de lait ; chauffer et ajouter 2 dl de crème fraîche.

crème de poireau
Nettoyer, émincer et blanchir 500 g de blancs de poireau. Presser et étuver au beurre. Achever la préparation et la cuisson comme pour la crème d'artichaut.

crème de riz au gras
Blanchir à l'eau bouillante 175 g de riz, l'égoutter ; le cuire 45 min dans 1 litre de consommé blanc additionné de 25 g de beurre. Passer au mixeur, puis au tamis. Ajouter quelques cuillerées de consommé blanc. Porter sur feu moyen, ajouter 2 dl de crème fraîche épaisse et chauffer en fouettant.

crème de volaille
Mettre une petite poule tendre – ou un poulet – dans une marmite avec 1 litre de consommé blanc et porter à ébullition. Écumer. Ajouter 1 bouquet garni enrichi de 2 blancs de poireau et de 1 branche de céleri. Cuire à couvert, à toute petite ébullition, jusqu'à ce que la chair se détache des os. Égoutter la volaille, la dépouiller, la désosser. Réserver les filets et réduire tout le reste de la chair en purée. Tamiser. Détailler les filets en julienne et les tenir au chaud dans un peu de consommé. Incorporer à la chair tamisée 8 dl de béchamel et porter à ébullition. Ajouter quelques cuillerées du bouillon de cuisson de la volaille, fouetter. Passer encore au tamis. Verser 1 dl de crème fraîche épaisse, fouetter en chauffant doucement. Ajouter la julienne de filets au moment de servir.

CRÉMER Ajouter de la crème fraîche à une préparation (potage, sauce) pour en parfaire la liaison et le velouté, lui donner de l'onctuosité, en adoucir le goût. On crème aussi un œuf cocotte en le couvrant d'une cuillerée de crème fraîche avant de le faire cuire.

CRÈMES D'ENTREMETS Préparations rapidement faites à base de lait, d'œufs et de sucre, servies froides, qu'elles soient liquides ou non. Elles constituent la majorité des entremets de la cuisine familiale, mais sont aussi un élément de base des bavarois, des charlottes et des puddings.

• CRÈMES PRISES. La recette de base est celle de la crème renversée au caramel. On les appelle aussi crèmes moulées, œufs au lait, flans, crèmes en ramequin ou petits pots de crème (voir DIPLOMATE, ÎLE FLOTTANTE, PUDDING). Certaines crèmes, dites « veloutées », comportent de la fécule ou de la farine à la place des œufs.

• CRÈMES LIQUIDES. La recette de base est celle de la crème anglaise, dont les emplois sont nombreux en pâtisserie. (On la trouve en poudre ; c'est la *custard powder* anglaise.) À cette catégorie appartiennent aussi les sabayons.

La crème anglaise accompagne traditionnellement les œufs à la neige, et on la sert avec biscuits, brioches, charlottes, génoises, puddings, etc.

Vérifier la prise d'une crème anglaise



Tremper une spatule de bois dans la crème anglaise. Passer un doigt sur la spatule. Si la crème est prise, la trace du doigt demeure et la crème ne coule pas.

crème anglaise : préparation

125 g de sucre semoule, 5 ou 6 jaunes d'œuf, 1/2 litre de lait frais entier, vanille ou zeste de citron ou d'orange.

Travailler au fouet, dans une terrine, le sucre avec les jaunes d'œuf. Faire bouillir le lait avec la vanille ou le zeste. Mouiller petit à petit le mélange avec le lait chaud, en remuant continuellement au fouet. Remettre dans la casserole sur feu doux, en tournant sans cesse jusqu'aux premiers signes d'ébullition, phase importante de 5 min, durant laquelle la crème tombe à 85 °C, température qui doit être maintenue, en continuant à fouetter sans arrêt. À ce moment, les jaunes sont assez cuits et la crème doit napper la cuillère. Passer la crème dans une passoire fine ou un tamis de soie ; la verser dans une bassine plongée dans un bain-marie de glaçons, et la laisser refroidir complètement. Réserver 24 heures au réfrigérateur avant de servir, le temps que se produise une maturation des ferments lactiques qui développe les arômes. La crème anglaise peut être additonnée à froid de liqueur au choix, ou glacée par passage de quelques minutes sous le gril du four (« au miroir »).

crème anglaise collée

Dès que la crème anglaise est cuite, y faire dissoudre 4 ou 5 feuilles de gélatine (10 à 15 g) ramollies à l'eau froide et essorées. Passer au chinois et vanner jusqu'à complet refroidissement. Cette crème est utilisée pour la préparation du bavarois et de la charlotte russe.

crème caramel

PRÉPARATION DU CARAMEL. Mettre dans une casserole 150 g de sucre et 5 dl d'eau et cuire rapidement à feu vif. Retirer du feu dès que le caramel est « blond foncé » et lui ajouter 1 cuillerée à soupe d'eau chaude. Verser ce caramel dans des moules individuels et en chemiser le fond et les parois d'une épaisseur de 2 à 3 mm.

PRÉPARATION DE L'APPAREIL À CRÈME PRISE SUCRÉE. Faire bouillir 1 litre de lait avec 1 gousse de vanille fendue en deux. Dans une terrine, mettre 200 g de sucre et 6 ou 7 œufs. Bien mélanger au fouet. Verser progressivement le lait bouillant sur les œufs blanchis sans cesser de fouetter. Passer cet appareil à l'étamine et écumer soigneusement. Verser dans les moules caramélisés et cuire 30 min au bain-marie au four préchauffé à 180 °C. Laisser refroidir et mettre dans le réfrigérateur. Pour servir, démouler sur un plat ou sur des assiettes.

crème au citron

Laver 2 citrons ; râper la valeur de 1 cuillerée à dessert de zeste. Presser les fruits et passer le jus. Battre 5 œufs à la fourchette. Faire fondre 130 g de beurre à feu très doux, ajouter 200 g de sucre glace et le jus des citrons ; porter à ébullition. Verser ce mélange sur les œufs, en fouettant vivement pour obtenir une crème très lisse ; la remettre dans la casserole, ajouter le zeste râpé et porter de nouveau à ébullition sur feu doux en fouettant. Verser la crème dans une grande coupe ; la laisser refroidir, puis la mettre dans le réfrigérateur.

crème renversée

1/2 litre de lait, 1 gousse de vanille, 2 œufs entiers, 4 jaunes d'œuf, 125 g de sucre semoule.

Faire bouillir le lait avec la gousse de vanille fendue en deux, puis retirer celle-ci. Mélanger dans une terrine les œufs entiers, les jaunes et le sucre semoule ; ajouter peu à peu le lait bouillant en fouettant vivement, puis verser la crème obtenue dans un moule à manqué beurré ou caramélisé. Disposer le moule dans un bain-marie posé sur le feu ; lorsque l'eau commence à frémir, mettre le tout au four préchauffé à 200 °C. Cuire 35 min, puis sortir le moule du bain-marie et laisser refroidir complètement. Démouler et réserver au frais. Cette crème peut se préparer avec du lait additionné de 100 g de chocolat à croquer.

CRÈMES DE PÂTISSERIE Préparations à base de lait, d'œufs et de sucre, plus ou moins fluides. Elles ne sont pas servies seules, mais interviennent dans nombre d'entremets et de gâteaux.

• CRÈME CHANTILLY OU CRÈME FOUETTÉE. Cette crème fraîche battue, sucrée et vanillée accompagne les entremets, les fruits rouges, le fromage blanc, les gaufres ; elle s'utilise en fourrage et en décor, en particulier pour les desserts glacés ; enfin, elle entre dans la composition des parfaits, des soufflés glacés, des bavarois et charlottes glacés (voir CRÈME FRAÎCHE).

• CRÈME PÂTISSIÈRE. Cette crème à base d'œufs, de sucre, de lait et de farine (qui lui donne sa consistance) est utilisée en fourrage, en garniture, ainsi que pour certains entremets chauds ou froids.

• CRÈME AU BEURRE. Les préparations émulsionnées à base de beurre, de sucre, d'œufs et d'un parfum se préparent de diverses façons, mais toujours avec un beurre de première qualité et des œufs très frais.

• CRÈME D'AMANDE. Cette crème, mélange de sucre, de beurre, d'amandes en poudre et d'œufs, parfois aromatisée au rhum, fait partie intégrante des pâtisseries auxquelles elle est incorporée, qu'elles soient faites de pâte briochée ou de pâte feuilletée.

▶
Crème renversée au caramel



crème d'amande dite frangipane : préparation

165 g de sucre glace, 165 g de poudre d'amande, 2 cuillerées à café de fécule de maïs, 135 g de beurre en pommade, 2 œufs, 1 cuillerée à soupe de rhum agricole, 300 g de crème pâtissière.

Mélanger le sucre, la poudre d'amande et la fécule de maïs ; les tamiser. Dans une terrine, ramollir le beurre en pommade sans le faire mousser (la crème lèverait à la cuisson, puis s'affaisserait en se déformant). Ajouter le mélange sucré, puis les œufs, un par un, en remuant avec une spatule de bois. Verser ensuite le rhum brun, et enfin la crème pâtissière. Recouvrir la préparation d'un film plastique et réserver au réfrigérateur.

crème pâtissière : préparation

50 g d'amidon de maïs, 125 g de sucre, 5 ou 6 œufs entiers, 1 gousse de vanille, 1/2 litre de lait.

Mettre dans une terrine l'amidon de maïs, le sucre et les œufs. Travailler au fouet. Faire infuser la gousse de vanille fendue en deux dans le lait, puis porter celui-ci à ébullition. L'ajouter au mélange, bien remuer. Verser dans une casserole, remettre sur le feu et maintenir l'ébullition 4 à 5 min en remuant pour empêcher la crème d'attacher au fond. Retirer la gousse de vanille. Verser dans une terrine. Vanner la crème pendant qu'elle refroidit, pour la rendre lisse et homogène. Quand elle a refroidi, on peut lui incorporer 50 g de beurre.

choux à la crème Chiboust au café → CHOU

crème au beurre à l'anglaise

Préparer de la crème anglaise. Laisser ramollir 225 g de beurre fin à la température ambiante, puis le couper en petites parcelles. Les incorporer à la crème, en travaillant au fouet. Cette crème peut être parfumée à volonté : café (extrait ou poudre dans le lait), caramel, chocolat (100 g par 1/2 litre de lait), liqueur, praliné (60 g en poudre pour 300 g de crème), thé, zeste de citron ou d'orange.

crème au beurre au sirop

Faire bouillir 10 min 130 g de sucre semoule dans 4 dl d'eau, jusqu'au « boulé » (120 °C au thermomètre de cuisson). Fouetter 4 jaunes d'œuf dans un petit saladier. Verser le sucre bouillant en fouettant vivement 3 min, puis plus doucement, jusqu'à ce que le mélange soit froid. Incorporer alors 130 g de beurre en pommade coupé en petits morceaux et mélanger 5 min au fouet pour rendre la préparation homogène.

crème Chiboust

Mettre 4 feuilles de gélatine à tremper dans de l'eau froide. Faire bouillir 1/2 litre de lait avec 1/2 gousse de vanille. Fouetter 4 jaunes d'œuf avec 100 g de sucre jusqu'à ce qu'ils blanchissent ; y ajouter 80 g de farine, bien mélanger, puis verser peu à peu le lait bouillant, en fouettant vivement. Verser la préparation dans une casserole, ajouter la gélatine bien égouttée et chauffer à feu doux en remuant. Retirer du feu aux premiers bouillons. Ajouter 1 pincée de sel aux 4 blancs d'œuf, battre ceux-ci en neige ferme. Chauffer de nouveau la crème jusqu'aux premiers frémissements et la verser aussitôt sur les blancs d'œuf. Mélanger à la spatule en soulevant l'ensemble, mais sans le battre, pour obtenir une crème homogène.

crème frite en beignets

Faire bouillir 1/2 litre de lait avec 1 sachet de sucre vanillé. Battre dans une terrine 5 jaunes d'œuf avec 130 g de sucre semoule jusqu'à ce que le mélange blanchisse ; ajouter 80 g de farine, bien mélanger et verser le lait bouillant en fouettant vivement. Verser la préparation dans la casserole et cuire 3 min tout doucement, en remuant, puis retirer du feu et laisser tiédir. Étaler la crème sur une plaque beurrée (sur 1,5 cm d'épaisseur) et la laisser refroidir complètement. Détailler en rectangles, en losanges ou en cercles. Les tremper dans de la pâte à frire, les plonger dans de l'huile à 180 °C, égoutter, poudrer de sucre.

crème frite aux fruits confits

Faire macérer dans 1 dl de Grand Marnier 100 g de fruits confits coupés en tout petits dés. Préparer de la crème à frire comme dans la recette précédente et y incorporer le salpicon de fruits. Huiler légèrement une plaque à four, y verser cette crème et l'étaler sur 2 cm d'épaisseur ; laisser refroidir, puis mettre 2 ou 3 heures dans le réfrigérateur. Battre alors 1 œuf dans un bol, couper la crème en losanges et paner ceux-ci à l'œuf, puis à la chapelure. Plonger dans de l'huile à 180 °C, puis égoutter et éponger sur du papier absorbant. Poudrer de sucre glace et servir brûlant.

RECETTE DU *CUISINIER ROYAL*, DE VIARD ET FOURET (1828)

crème plombières

« Mettez dans une casserole 8 jaunes d'œuf et 1 cuillerée de crème de riz ; ajoutez 3 verres de bon lait, presque bouillant ; placez le tout sur un feu modéré en remuant continuellement avec une cuillère de bois. Lorsqu'elle commence à prendre, vous l'ôtez du feu et la remuez parfaitement pour la rendre bien lisse ; après quoi, vous la cuisez sur le feu pendant quelques minutes. Cette crème doit être de la consistance ordinaire d'une crème pâtissière bien faite. Alors vous y mêlez 6 onces de sucre en poudre et un grain de sel ; après l'avoir changée de casserole, vous la mettez à la glace, mais en ayant soin de la remuer de temps en temps. En refroidissant, elle épaissit un peu. Lorsqu'elle est froide, et au moment du service, vous y mêlez un bon demi-verre de liqueur et ensuite une bonne assiettée de bonne crème fouettée, bien égouttée. Le tout, bien amalgamé, doit vous donner une crème veloutée légère et d'un moelleux parfait. Alors vous dressez votre crème en rocher dans une casserole d'argent, dans de petits pots ou dans une croûte d'entremets, dans un biscuit en puits ou dans une coupe en abaisse de pâte d'amande. »

savarin à la crème pâtissière → SAVARIN

CRÉOLE (À LA) Se dit de nombreux apprêts, tant sucrés que salés, inspirés de la cuisine antillaise. L'appellation concerne plus spécialement un mode de préparation du riz (cuit à grande eau, égoutté, puis séché au four dans un plat beurré), servi avec viandes, volailles, poissons et crustacés et qui s'accompagne de tomates, de poivrons, d'oignons, etc. Les plats sucrés dits « à la créole » sont caractérisés par la présence de rhum, d'ananas, de vanille ou de banane.

Cette appellation, d'une utilisation assez vaste, se confond souvent avec les dénominations « à l'antillaise », « des îles », voire « Bourbon ».

▶ **Recettes** : ANANAS, BANANE, BARBUE, BAVAROIS, BORDURE, CARI, COURGETTE, COURT-BOUILLON, FOIE, MORUE, PANNEQUET, POULET, REQUIN, RIZ.

CRÉOLE (CUISINE) La cuisine créole, « un camaïeu de recettes caraïbes, africaines et hindoues, où s'allient subtilité et violence, enjolivées par le parfum des herbes, des épices et des piments » (A. Veille), a puisé ses traditions culinaires dans le creuset africain ancestral ; celles-ci se sont peu à peu adaptées aux divers pays tropicaux où elles se sont ancrées : Louisiane, Brésil et anciennes colonies françaises, anglaises, espagnoles et hollandaises (Antilles, Indes, Réunion).

La cuisine créole se caractérise avant tout par des produits spécifiquement locaux (herbes, crustacés, fruits et légumes tropicaux) et par une association très variée d'ingrédients multiples dans un même plat. Elle affectionne les mélanges sucré-salé, les ragoûts pimentés et la friture, et ignore souvent les grillades (voir AFRIQUE NOIRE, ANTILLES).

■ **Entrées.** Les potages et les soupes se préparent avec des crustacés (*ouassous*, grosses crevettes, *tourloulous*, crabes de terre), de la viande ou des abats, cuits avec de nombreux légumes et aromates (ail, girofle, laurier, oignon, piment, thym), et sont parfois si copieux qu'ils deviennent plat unique (comme le *calalou*, épaisse purée de légumes pimentée, aux herbes et au lard, ou la « soupe aux habitants », qui réunit bœuf et légumes).

Les acras et le boudin créole s'accompagnent de salades de crudités (chou palmiste, cœur de palmier, papaye, pousses de bambou). L'avocat, qui se consomme cru, peut aussi être farci de fruits de mer ou réduit en purée (« féroce » martiniquais).

Les légumes sont innombrables : aubergine, calebasse (cuisinée en daube), cristophine, fruit à pain, giraumon (avec la « giraumonade » de la Réunion, une sorte de ratatouille), haricots verts, blancs ou rouges, igname, patate douce, tomate.

Les bananes sont cuites seules (farcies, coupées en rondelles et frites), ou entrent dans de nombreuses préparations.

■ **Poissons et fruits de mer.** Ils sont en général préparés en sauce (touffé de requin) ou au court-bouillon (*blaff*, dans lequel le poisson cuit après avoir mariné avec du citron vert, de l'ail et des épices variées) ; les chadrons (œufs d'oursin) s'accommodent de la même façon. La morue, très courante, se cuisine en « macadam » (revenue, puis mijotée en sauce) ou en « chiquetaille » (effeuillée sur du riz et des tomates). Des spécialités très originales associent le poisson fumé aux mangues, le bar au gingembre, ou le *sopito*, sorte de bouillabaisse au lait de coco.

■ **Viandes et volailles.** Bœuf, porc, mouton, agneau, cabri et poulet se préparent très souvent en ragoût et s'accompagnent de tout un assortiment de légumes et de fruits exotiques (ananas, banane, noix de coco) et d'épices. Cari et colombo sont très appréciés aux Antilles françaises, tout comme la *vindaye de porc* (où la viande est enduite d'une épaisse pâte de gingembre épicée) ; le jambon se cuit avec rhum et ananas, le poulet avec bananes et lait de coco.

À Curaçao, île des Antilles néerlandaises, la *stoba* est un cari de chèvre qui mijote avec câpres, citron, concombre, cumin et olives, tandis qu'à la Jamaïque et à la Réunion, le cari de cabri se sert avec des bananes vertes et du riz au safran.

■ **Desserts.** L'abondance des fruits tropicaux permet toutes les préparations : beignet, soufflé, salade, marmelade, gelée et confiture. Vanille, cannelle, noix de coco et, bien sûr, le rhum parfument tous ces desserts.

CRÊPE Mince galette de pâte sucrée ou salée, souple et légère, cuite à la poêle, sur une plaque de fonte ou dans une crêpière.

Les crêpes de la Chandeleur et du Mardi gras célèbrent le renouveau de la nature, la vie familiale, les souhaits de fortune et de bonheur (on touche la queue de la poêle, on formule un vœu tout en retournant la crêpe, on tient une pièce de monnaie dans la main en la faisant sauter).

Populaires dans toute la France (mais également à l'étranger, notamment en Allemagne, aux États-Unis et en Autriche), diversement parfumées, plus ou moins épaisses, elles portent le nom de « tantimolles » en Champagne, « landimolles » en Picardie, « chialades » en Argonne, « crapiaux » en Limousin et en Berry, « crespets » en Béarn, etc.

Elles se préparent toute l'année dans l'Ouest, en particulier en Bretagne, où crêpes de froment et galettes de sarrasin (cuites sur la « tuile ») sont servies avec du beurre salé. Les crêpes dentelles, spécialité de Quimper, sont des biscuits secs, faits de languettes de crêpe très fines, enroulées sur elles-mêmes. Dans le Centre, en Auvergne, en Lorraine, dans le Lyonnais, l'appareil à crêpes est souvent enrichi (voire remplacé) par des pommes de terre émincées ou en purée : bourriols, criques, matefaims.

■ **Emplois.** En cuisine classique, les crêpes se servent en hors-d'œuvre chaud, fourrées d'un appareil assez serré à base de béchamel ou de velouté, additionné d'éléments très divers. Coupées en fines lanières, elles garnissent aussi les potages. C'est cependant comme entremets qu'elles sont le plus appréciées, poudrées de sucre ou fourrées. On les sert habituellement tièdes, ou encore flambées, soufflées ou en gâteau.

pâte à crêpes salée : préparation

Tamiser dans une terrine 500 g de farine de froment. Battre 5 ou 6 œufs en omelette avec 1 grosse pincée de sel et les incorporer délicatement à la farine.

Délayer avec 1 litre de lait ou, pour des crêpes plus légères, 1/2 litre de lait et 1/2 litre d'eau (on peut remplacer l'eau par de la bière, ou le lait par du consommé blanc, et ajouter 25 g de beurre fondu). Laisser reposer 2 heures à la température ambiante. Avant la cuisson des crêpes, allonger la pâte avec 1 ou 2 dl d'eau.

pâte à crêpes de sarrasin : préparation

Tamiser dans une terrine 250 g de farine de sarrasin (ou blé noir) et 250 g de farine de froment (ou 500 g de farine de sarrasin). Battre 5 ou 6 œufs en omelette avec 1 grosse pincée de sel et 1 pincée de poivre, et les incorporer délicatement à la farine. Délayer en ajoutant peu à peu 1/2 litre de lait et 7 dl d'eau, puis 3 ou 4 cuillerées à soupe d'huile. Laisser reposer 2 heures à la température ambiante. Avant la cuisson, allonger la pâte avec 1 dl d'eau.

pâte à crêpes sucrée : préparation

Tamiser dans une terrine 500 g de farine de froment. Lui incorporer délicatement 1 sachet de sucre vanillé, ou quelques gouttes d'extrait de vanille, et 5 ou 6 œufs battus en omelette avec 1 petite pincée de sel. Délayer en versant peu à peu 3/4 de litre de lait et 1/4 de litre d'eau. Parfumer avec 1 petit verre de rhum, de cognac, de calvados ou de Grand Marnier. Ajouter enfin 40 g de beurre fondu. Laisser reposer 2 heures à la température ambiante. Avant la cuisson, allonger la pâte avec 1 à 2 dl d'eau. On préfère généralement poudrer les crêpes de sucre à table.

CRÊPES SALÉES

crêpes aux champignons

Faire une pâte à crêpes salée. La laisser reposer 2 heures à la température ambiante. Préparer une duxelles avec 500 g de champignons, 1 ou 2 échalotes, 1 petite gousse d'ail, 20 g de beurre, du sel, du poivre, et 3 dl de béchamel (ou 6 cuillerées à soupe de crème épaisse). Cuire 12 crêpes. Mélanger béchamel et duxelles. Garnir les crêpes d'une grosse cuillerée de ce mélange et les rouler. Les ranger dans un plat à rôtir légèrement beurré, les unes contre les autres, les parsemer de 60 g de fromage râpé, les arroser de 30 g de beurre fondu. Les faire gratiner sous le gril ou les réchauffer à four bien chaud. Servir brûlant.

crêpes gratinées aux épinards

Cuire 12 crêpes salées. Préparer des épinards à la crème (12 cuillerées à soupe). Garnir les crêpes d'une cuillerée à soupe de légumes chacune et les rouler. Terminer comme pour les crêpes aux champignons.

crêpes au jambon

Cuire 12 crêpes salées. Préparer une béchamel avec 40 g de beurre, 40 g de farine, 1/2 litre de lait, de la noix de muscade, du sel et du poivre. Couper 150 g de jambon (de Paris ou d'York) en petits dés. Les ajouter à la béchamel, avec 50 g de fromage râpé. Laisser tiédir. Napper les crêpes de cette garniture et les rouler. Les ranger dans un plat à rôtir beurré, les unes contre les autres. Parsemer de 50 g de fromage râpé, arroser de 25 g de beurre fondu et faire gratiner au four préchauffé à 275-300 °C.

crêpes à l'œuf et au fromage

Faire des crêpes à la farine de sarrasin. Après les avoir retournées pour cuire la seconde face, casser 1 œuf au milieu. Dès que le blanc est pris, saler et poivrer légèrement, parsemer de fromage râpé et replier chaque crêpe en carré. Servir aussitôt.

crêpes au roquefort

Cuire 12 crêpes salées. Mélanger 12 cuillerées à soupe de béchamel et 4 cuillerées de roquefort réduit en pâte ; assaisonner de poivre et d'un peu de noix de muscade ; bien remuer. Garnir les crêpes avec une grosse cuillerée de ce mélange et les rouler. Beurrer légèrement un plat à rôtir et y ranger les crêpes, les unes contre les autres. Les poudrer de fromage râpé et les glacer au four préchauffé à 280 °C.

crêpes vonnassiennes de la mère Blanc → POMME DE TERRE

CRÊPES SUCRÉES

crêpes aux amandes

Faire une pâte à crêpes. La laisser reposer 2 heures à la température ambiante. Préparer une crème pâtissière et y ajouter de la poudre d'amande (75 g pour 500 g de crème). Cuire les crêpes, les garnir avec la crème et les rouler dans un plat à rôtir. Poudrer de sucre glace et dorer au four préchauffé à 250 °C.

crêpes aux cerises

Faire une pâte à crêpes. La laisser reposer 2 heures à la température ambiante. Équeuter et dénoyauter des cerises fraîches (400 g) ou au sirop (300 g égouttés). Les couper en deux et les ajouter à la pâte. Laisser reposer encore 2 heures dans un endroit tiède. Beurrer une poêle et y cuire les crêpes. Les tenir au chaud au-dessus d'une casserole d'eau bouillante. Les napper d'une fine couche de confiture d'orange (il en faut 200 g environ), les rouler, les disposer sur un plat à rôtir ; poudrer de sucre semoule et glacer au four préchauffé à 250 °C.

crêpes des chartreux

Faire une pâte à crêpes. La laisser reposer 2 heures à la température ambiante. Préparer la garniture avec 50 g de beurre ramolli en pommade, 50 g de sucre en poudre, 3 meringues écrasées et 5 cl de Chartreuse verte. Écraser finement 6 macarons et les ajouter à la pâte avec le zeste râpé d'une orange et 5 cl de cognac. Bien mélanger. Ajouter 1 dl d'eau. Cuire les crêpes, les tartiner avec la garniture et les plier en quatre. Poudrer de sucre glace et servir très chaud.

▶
Crêpes Suzette, oranges confites
Recette voir page 354.



crêpes Condé

Faire une pâte à crêpes. La laisser reposer 2 heures à la température ambiante. Couper 50 g de fruits confits en tout petits dés et les faire macérer dans 1 dl de rhum. Dans une casserole, porter à ébullition 2 litres d'eau, y plonger 100 g de riz rond pendant quelques secondes, puis le rincer à l'eau froide et l'égoutter. Préchauffer le four à 200 °C. Mettre 4 dl de lait à bouillir avec 1 gousse de vanille, puis retirer celle-ci. Ajouter au lait 80 g de sucre, 30 g de beurre, 1 grosse pincée de sel et le riz ; porter de nouveau à ébullition, bien remuer et verser le tout dans un plat à rôtir ; couvrir d'un papier d'aluminium et mettre 20 min au four. Cuire les crêpes et les tenir au chaud au-dessus d'une casserole d'eau bouillante. Lorsque le riz est cuit, le remuer et le laisser refroidir 5 min avant d'y ajouter 3 jaunes d'œuf, un par un, puis les fruits confits avec le rhum. Bien mélanger. Garnir les crêpes avec cette préparation, les rouler et les ranger dans le plat, les unes contre les autres ; poudrer de sucre glace. Monter la température du four à 250 °C ; y faire dorer les crêpes quelques minutes. Servir aussitôt.

RECETTE DU RESTAURANT *LASSERRE*, À PARIS

crêpes flambées Mylène

« Cuire 6 crêpes assez fines. Mettre dans une poêle, sur feu doux, 1 noix de beurre, 80 g de sucre, le jus de 2 oranges et de 1 citron, et 1/2 verre à apéritif de cognac, et laisser réduire de moitié. Poser sur les crêpes 1/2 poire pochée et escalopée, et les rouler. Les mettre dans la sauce, sur feu doux, pour bien les imprégner, puis les arroser d'un verre à apéritif d'eau-de-vie de mirabelle et flamber à feu vif en remuant la poêle. Parsemer d'amandes effilées et grillées, et réserver au chaud. Finir la réduction du sirop et terminer en montant avec une noix de beurre. Napper les crêpes et servir très chaud. »

crêpes normandes

Faire une pâte à crêpes. La laisser reposer 2 heures à la température ambiante. Éplucher 2 pommes, les couper en quatre, les épépiner et couper les quartiers en lamelles très fines (les faire éventuellement macérer dans un peu de calvados). Chauffer 40 g de beurre dans une poêle, y faire dorer les lamelles de pomme en remuant délicatement, puis laisser refroidir. Ajouter alors les pommes à la pâte. Cuire les crêpes et les empiler sur un plat en les poudrant de sucre glace. Servir bien chaud avec de la crème fraîche.

crêpes à la russe

Faire tiédir 6 dl de lait. En prélever un peu pour délayer 16 g de levure de boulanger, puis ajouter le reste de lait, 20 g de sucre semoule, 2 dl de crème fraîche et 1 grosse pincée de sel. Mettre 400 g de farine dans un récipient creux, y verser peu à peu le mélange, et bien remuer. Laisser lever 1 heure dans un endroit tiède. Battre 2 blancs d'œuf en neige ferme et les incorporer à la pâte à l'aide d'une spatule, en soulevant la pâte et en la coupant sans la battre. Cuire les crêpes : elles gonflent en dorant. Les rouler au fur et à mesure de leur cuisson, les disposer dans un plat de service chauffé et les poudrer généreusement de sucre glace. Les servir très chaudes.

crêpes Suzette

Préparer une pâte à crêpes et lui ajouter le jus d'une mandarine, 1 cuillerée de curaçao et 2 cuillerées à soupe d'huile d'olive. Laisser reposer 2 heures à la température ambiante. Malaxer 50 g de beurre avec le jus d'une mandarine, son zeste râpé, 1 cuillerée de curaçao et 50 g de sucre en poudre. Cuire les crêpes, assez fines, dans une poêle épaisse. Les masquer d'un peu de beurre de mandarine, les plier en quatre, les remettre une à une dans la poêle et chauffer doucement. Les disposer dans un plat chaud, en les faisant se chevaucher légèrement. (Voir photographie page 353.)

CRÊPERIE Restaurant d'origine bretonne, spécialisé dans la dégustation de crêpes de froment et de galettes de sarrasin, sucrées, salées et diversement garnies, préparées à la commande. Les crêperies se sont aujourd'hui implantées partout, parfois fort loin du littoral. La bolée de cidre y est de rigueur, et l'on y trouve parfois d'autres spécialités bretonnes, comme les sardines grillées.

CRÊPIÈRE Poêle à fond plat et à bord peu élevé, destinée à la cuisson des crêpes. Les crêpières en fonte, surtout utilisées pour les galettes de sarrasin, sont également appelées « tuiles », « galettières » ou « galtoires ». Il existe aujourd'hui des crêpières de table électriques, dont la plaque chauffante, généralement dotée d'un revêtement antiadhésif, est plate ou bombée.

CRÉPINE Fine membrane veinée de gras, également appelée « toilette », qui entoure les intestins des animaux de boucherie. Le terme est plus spécialement employé pour le porc. En charcuterie, après avoir fait tremper la crépine pour l'assouplir et la manipuler plus facilement, on l'utilise pour envelopper la chair à saucisse dont on fait les crépinettes (voir ce mot), et pour recouvrir la surface d'une terrine ou d'un pâté. De nombreuses préparations de cuisine font également intervenir la crépine, dont le rôle est généralement de maintenir, pendant la cuisson, une préparation hachée (caillette, carré d'agneau, feuille de chou farcie, foie gras, foie de veau piqué, fricandeau, grives, lapin ou pied farci).

CRÉPINETTE Petite saucisse plate, généralement faite de chair à saucisse parfois additionnée de persil haché et enveloppée de crépine (voir tableau des saucisses page 955).

La crépinette peut aussi se confectionner avec de la viande d'agneau, de veau ou de volaille ; elle est préparée avec un salpicon de chair et de champignons, de Paris ou sauvages, parfois truffé, lié à blanc ou à brun, enveloppé dans de la farce fine, puis dans

une crépine. Les crépinettes sont badigeonnées de beurre fondu, éventuellement passées dans la chapelure blanche, et grillées, sautées à la poêle ou cuites au four. On les sert avec une purée de pomme de terre, des lentilles ou des pommes boulangère, et une sauce Périgueux si elles sont truffées, une sauce chasseur, charcutière ou autre si elles ne contiennent que du porc ou de la volaille. En Gironde, elles sont poêlées et accompagnées d'huîtres du bassin d'Arcachon et de vin blanc.

On appelle « pieds de Cendrillon » des petites crépinettes à base de pied de porc truffé et de farce fine de porc bien relevée, que l'on faisait cuire autrefois sous la cendre, dans des papillotes en papier beurré.

crépinettes de lapin

Découper à cru un lapin de 1,5 kg environ. Désosser le râble et les cuisses. Saler et poivrer légèrement. Couper le râble en 3 morceaux. Mettre à tremper une crépine de porc. Éplucher 1 ou 2 échalotes et nettoyer 250 g de champignons de Paris. Les hacher avec 1 petit bouquet de persil et 400 g de poitrine fumée ; poivrer et ajouter un peu de thym et de laurier en poudre, et 1 cuillerée à soupe de cognac ou de marc. Bien travailler le tout et faire sauter à la poêle dans un peu de beurre. Garnir les morceaux de lapin de cette farce et les refermer par-dessus. Éponger la crépine, l'étirer doucement sur le plan de travail et la couper en cinq. Y enrouler les morceaux de lapin et disposer ceux-ci dans un plat à rôtir légèrement beurré. Arroser d'un peu de beurre fondu et mettre au four préchauffé à 275-300 °C. Retourner les morceaux pour les dorer de l'autre côté, puis baisser le four à 220 °C et poursuivre la cuisson 30 min.

RECETTE D'ÉLISABETH BOURGEOIS-BAIQUE
LE MAS TOURTERON, À GORDES

crépinettes de lotte au chou

« Blanchir, puis cuire à l'eau salée, rapidement, des feuilles de chou vert. Ôter les grosses côtes. Tronçonner de la lotte. Beurrer un plat à rôtir, parsemer le fond d'échalotes hachées, y déposer les tronçons de lotte. Mouiller de vin blanc (à peine à mi-hauteur) et cuire au four préchauffé à 220 °C en gardant le poisson al dente. Préparer une duxelles de champignons sauvages. Pour une crépinette, superposer 3 feuilles de chou, y déposer un peu de duxelles, ajouter un tronçon de poisson, refermer en paquet. Remettre les crépinettes dans le plat beurré. Cuire à bon feu 10 min environ. Servir avec une sauce américaine assez corsée. »

crépinettes de porc

Façonner de la farce fine de porc ou de la chair à saucisse, additionnée de fines herbes hachées et relevée de cognac, en petites saucisses plates de 100 g, et les envelopper chacune dans un morceau rectangulaire de crépine de porc, trempée à l'eau froide et épongée. Paner à l'anglaise ou passer dans de la mie de pain fraîche. Arroser de beurre fondu et faire griller doucement. Accompagner d'une purée de pomme de terre ou de légumes verts liés au beurre.

CRÉPY Vin de Savoie, issu du chasselas, produit sur la rive française du lac Léman, et bénéficiant d'une appellation d'origine contrôlée (voir SAVOIE).

CRESSON Nom de diverses plantes vivaces (voir tableau), dont les feuilles vert foncé se consomment crues ou cuites. Le cresson, peu calorique (21 Kcal pour 100 g), est riche en vitamine C et en fer, mais, bien qu'il soit cultivé en eau claire et contrôlée, il doit toujours être trié, lavé et égoutté soigneusement car, dans les régions d'élevage bovin et ovin, il peut porter un parasite, la douve, à l'origine de maladies hépato-biliaires.

Originaire du Moyen-Orient, le cresson poussait déjà en France à l'état sauvage au XIVe siècle, mais on ne lui attribuait alors que des vertus médicinales.

Il apparut peu à peu dans les soupes campagnardes, tout en restant une plante de cueillette (on ramasse encore dans les Vosges un « cresson de roche », charnu et moutardé)..

C'est en 1810 que les Français découvrirent les méthodes de la culture en cressonnière, pratiquée avec succès en Allemagne. La région de Senlis s'en fit une spécialité et le cresson gagna bientôt une place en gastronomie : le *Café Riche* inscrivit la purée de cresson à son menu vers 1850.

► **Recette** : BEURRE COMPOSÉ.

Caractéristiques des différentes variétés de cresson

variétés	provenance	époque	aspect
cresson alénois	assez rare	toute l'année	petites feuilles vertes très découpées, disposées en rosette
cresson de fontaine	Ile-de-France Sud et Nord, Pas-de-Calais, Seine-Maritime, Oise, ceintures vertes	toute l'année	petites feuilles larges, entières, ovales, vert soutenu, rameaux tendres et juteux
cresson de jardin ou cresson de terre	toute la France	avr.- nov.	vert plus foncé que cresson de fontaine, parfois anthocyané, feuilles luisantes, branches ramifiées
cresson des prés ou cressonnette	toute la France	toute l'année	semblable au cresson de fontaine, mais feuilles plus petites et fermes, tiges plus courtes

CRESSONNIÈRE (À LA) Se dit d'apprêts à base de cresson. Le potage est une crème de cresson et de pomme de terre, garnie de feuilles de cresson blanchies. La salade est un mélange de pomme de terre et de cresson, parsemé d'œuf dur haché et de persil ciselé.

CRÊTE DE COQ Excroissance charnue et rouge que le coq porte au sommet de la tête. Les crêtes de coq que l'on utilise en cuisine doivent être assez volumineuses, ce qui devient rare aujourd'hui. On les emploie encore comme garniture de barquettes ou de croustades. Elles intervenaient autrefois, avec des rognons de coq, dans de nombreux apprêts (ambassadrice, chalonnaise, financière, gauloise, Godard, Régence, etc.).

La langue écarlate et les lames de truffe sont parfois découpées « en crêtes de coq ».

crêtes de coq : préparation

Piquer légèrement les crêtes avec une aiguille et les faire dégorger à l'eau courante en les pressant entre les doigts pour en faire sortir le sang. Les mettre dans une casserole d'eau froide et chauffer à feu vif jusqu'à ce que la pellicule qui les recouvre commence à se soulever. Égoutter alors les crêtes et les frotter une à une avec du sel fin dans un linge pour en enlever complètement la pellicule. Les mettre de nouveau à dégorger ; lorsqu'elles sont blanches, les plonger dans un blanc de cuisson bouillant et maintenir l'ébullition pendant 35 min. Égoutter et employer selon la recette.

salpicon de crêtes de coq → SALPICON

CRETONNÉE DE POIS Apprêt de la cuisine médiévale, fait d'une purée de pois étuvés revenus dans du saindoux et à laquelle on incorpore de la mie de pain trempée dans du lait avec du safran et du gingembre, puis de la chair de volaille cuite. Pour finir, le mets est lié avec des jaunes d'œuf et servi garni de blancs de volaille émincés.

CRETONS Charcuterie québécoise, semblable aux rillettes. Les cretons se préparent avec des dés d'épaule et de panne de porc, cuits à l'eau avec un oignon piqué d'un clou de girofle et un bouquet garni ; la viande est ensuite hachée et mijotée dans son jus.

CREUSOIS Gâteau créé en 1994 par le syndicat des pâtissiers du département de la Creuse. Proche du financier, le creusois, rond et assez plat, se compose d'un biscuit très moelleux aux noisettes (et non aux amandes) et se conserve remarquablement bien.

CREVER (FAIRE) Éliminer une partie de l'amidon du riz en faisant rapidement bouillir les grains dans de l'eau salée. Cette opération favorise la cuisson du riz au lait.

CREVETTE Nom générique de petits crustacés décapodes, vivant en mer ou en eau douce, à l'abdomen développé et à la carapace souple, dont la chair est très appréciée (voir planche des crustacés pages 368 et 369).

■ **Espèces.** De nombreuses espèces de crevettes font l'objet d'une pêche intensive dans le monde entier.

• AU NORD. Les crevettes ont une troisième paire de pattes sans pince et portent les œufs à l'extérieur, fixés aux pattes abdominales.

– La crevette rose « bouquet », longue de 7 à 12 cm, très appréciée, est pêchée sur les côtes rocheuses de l'Europe et du Maghreb.

– La chevrette, un peu plus petite et souvent mélangée avec de jeunes bouquets, est pêchée dans les mêmes zones.

– La crevette rouge, longue de 6 à 7 cm et de grande qualité, est pêchée dans l'Atlantique nord.

– La crevette grise, ou boucaud, longue de 3 à 6 cm, translucide crue et brunâtre une fois cuite, et considérée comme la plus savoureuse, est pêchée intensivement en France sur les côtes de la Manche et de la mer du Nord.

– La crevette nordique, longue de 7 à 10 cm, est pêchée dans le golfe du Saint-Laurent, au Canada, et très consommée au Québec.

• AU SUD. Les crevettes ont une troisième paire de pattes plus développée et portent les œufs à l'intérieur.

– La crevette rose dite « d'Algérie », ou gamba, longue de 15 à 20 cm, est pêchée en profondeur en Méditerranée et dans l'Atlantique.

– La crevette rose tropicale, ou crevette du Sénégal, longue de 15 à 20 cm, plus claire que la précédente, est pêchée sur les côtes, dans les lagunes et les estuaires de l'Afrique tropicale.

– La caramote, ou crevette rose de Méditerranée, longue de 15 à 20 cm, est également pêchée sur les côtes.

Aujourd'hui, la pêche des crevettes est devenue industrielle, sauf dans quelques ports de Bretagne, de Normandie, de Belgique et d'Allemagne. Une fois par an, à Oostduinkerke (Flandre), se pratique la traditionnelle pêche à cheval : bâté de grands paniers, dans l'eau jusqu'au poitrail, le cheval, monté par le pêcheur, traîne le chalut parallèlement au rivage.

La crevette se prête particulièrement bien à l'aquaculture, notamment au Japon, où les eaux de la mer Intérieure ont une température favorable : les larves de crevettes impériales y sont sélectionnées et élevées scientifiquement.

■ **Emplois.** Pour la vente, la plupart des crevettes sont cuites aussitôt pêchées, à bord des chalutiers ; l'aspect brillant et la forme plus ou moins recourbée de la carapace, la fermeté de la chair et la facilité du décorticage dépendent en effet de leur fraîcheur. On trouve aussi sur le marché des crevettes décortiquées, fraîches, en conserve ou surgelées, ainsi que des crevettes entières surgelées (gambas).

Cuites à l'eau de mer ou à l'eau salée, les crevettes sont servies nature, avec du beurre frais, ou utilisées dans de nombreux hors-d'œuvre (mousses, salades, coquilles, etc.), garnitures et sauces (dieppoise, Joinville, normande, etc.). Elles sont largement consommées dans les pays du Sud-Est asiatique, au Japon et en Chine, grillées, marinées, séchées, en beignets. Les gambas, typiques des apprêts espagnols et antillais, sont souvent frites entières ou grillées en brochettes.

Les beignets de crevette, spécialité sino-vietnamienne, se présentent comme des chips blanchâtres, à texture très aérée. Ils sont faits de pâte de crevette séchée au soleil et découpée en forme de pétales, qu'on plonge dans de la friture très chaude, où ils gonflent ; on les sert en amuse-gueule ou en accompagnement de hors-d'œuvre exotiques.

beurre de crevette → BEURRE COMPOSÉ
bouchées salées aux crevettes → BOUCHÉE SALÉE
canapés aux crevettes → CANAPÉ
cocktail de crevettes → COCKTAIL (HORS-D'ŒUVRE)
cœurs de palmier aux crevettes → PALMIER
crème de crevette → CRÈME-POTAGE

RECETTE DE MICHEL BRUNEAU,
LA BOURRIDE, À CAEN

crevettes au cidre
« Chauffer dans une poêle 50 g de beurre demi-sel et 1 trait d'huile d'olive. Dès que le mélange mousse, y jeter des crevettes grises vivantes, et couvrir aussitôt. Bien remuer. Au bout de 3 min de cuisson, verser 1 dl de cidre brut fermier. Laisser réduire. Mettre les crevettes dans un torchon. Saler au gros sel marin, poivrer et bien secouer. Déguster encore tiède avec du pain beurré et du cidre. On peut aussi préparer un fumet avec 1 litre de cidre brut, 20 g de gros sel, du thym, du laurier, 10 grains de poivre noir et 1 pomme émincée, et le faire réduire 10 min. Y jeter alors les crevettes vivantes et laisser bouillir 30 s. Saler et poivrer ensuite les crevettes dans un torchon et secouer. »

crevettes sautées au whisky
Laver et égoutter des crevettes vivantes, grises ou roses. Chauffer de l'huile dans une poêle et y faire sauter les crevettes. Les poivrer, ajouter un soupçon de poivre de Cayenne et du whisky, du cognac ou du marc (1 petit verre pour 500 g de crevettes), flamber.

farce de crevette → FARCE
œufs brouillés aux crevettes → ŒUF BROUILLÉ
pamplemousse aux crevettes → PAMPLEMOUSSE ET POMELO
purée de crevette → PURÉE
salade de têtes de violon aux crevettes de Matane → SALADE

CRIS DE PARIS Phrases que lançaient autrefois les marchands ambulants de fruits, de légumes, de fromages, de viande, de poisson, de plats cuisinés et de pâtisseries. Le droit de criage, instauré en 1220, ne concernait à l'origine que la vente du vin, de l'huile, des oignons, de l'eau, des fèves et des pois (ainsi que la tenue des réunions de confréries, les annonces de décès, d'objets perdus, d'enfants et de chevaux disparus). Cependant, au cours des temps, les cris s'imposèrent et se transformèrent.

Simples appels au début (« Je vends de l'eau ! », « Crapois y'a ! », pour la baleine, « Voilà le plaisir ! », pour les oublies, « Marchand d'ail ! », élidé en « chand d'ail », les vendeurs de légumes portant un tricot), ils devinrent des quatrains approximativement rimés.

La « crieuse d'harens » (ou « harengère ») lançait :
« Harens seretz appétissants,
Ce sont petits morceaux friands
Pour desjeuner au matinet,
Avec vin blanc, clair, pur et net ! »

Durant le carême, la baleine était fort demandée :
« Crapois ! Crapois ! Baleine !
De crier, je suis hors d'haleine.
C'est viande de carême,
Elle est bonne à gens qui l'aiment ! »

Les légumes donnaient lieu à de véritables poèmes :
« Choux gelés, les bons choux gelés !
Ils sont plus tendres que rosée,
Ils ont crû parmi les poirées
Et n'ont jamais été grêlés ! »

On leur prêtait aussi des vertus aphrodisiaques :
« Artichauts ! Artichauts !
C'est pour monsieur et pour madame,
Pour réchauffer le corps et l'âme,
Et pour avoir le cul chaud ! »

Les épices se vendaient aussi dans la rue :
« Nous n'avons que faire de cry !
Entre nous, espiciers d'enfer,
Notre vue découvre le fait,
Nous le démontrons par escrit ! »

Les fruits les plus modestes avaient leur couplet :
« Achetez-moi des cornuelles,
Des châtaignes qui percent la poche,
Qui piquent la fesse,
Qui grattent la cuisse ! »

Les fromages circulaient eux aussi dans les rues :
« Angelots de Brie,
Des grands et des petits,
M'achetez, je vous prie,
Ils sont d'appétit ! »

La pâtisserie était particulièrement à l'honneur :
« Et moi, pour un tas de frians,
Pour Gauthier, Guillaume et Michaut,
Tous les matins, je vais crians,
Eschaudés ! Gasteaux ! Pâtés chauds ! »

Le marchand d'oublies est le seul colporteur à avoir continué, jusqu'à la fin du XIX[e] siècle, à proposer ses gâteaux en les annonçant à haute voix dans la rue. Au Moyen Âge, il criait :
« Chaudes oublies renforcées,
Galettes chaudes, eschaudés,
Rissoles, flans chauds, gâteaux rassis,
Je les apporte tôt faits ! »

CRISTE-MARINE Nom usuel du crithmum, plante vivace de la famille des ombellifères, également appelée « perce-pierre », qui croît au bord de la mer, dans les fentes des rochers ou sur les terrains pierreux. Ses feuilles charnues, riches en iode, servent à relever le goût des potages et des salades ; on les utilise surtout confites dans du vinaigre, comme les cornichons, pour condimenter les hors-d'œuvre froids. La criste-marine peut aussi se cuisiner au beurre, comme le pourpier.

CROCODILE Reptile, de la famille des crocodilidés, répandu dans toutes les régions chaudes ; le caïman vit surtout en Amazonie, et l'alligator, dans le Mississippi et ses affluents. Sa chair, assez musquée, est appréciée en Afrique et en Amérique du Sud, et par les amateurs de mets insolites. On consomme surtout les pattes et la queue des animaux jeunes, dont la viande blanche et ferme est cuisinée en ragoût (à l'huile de palme) ou rôtie, mais toujours assez condimentée. Les tripes de crocodile sont un mets de choix en Éthiopie, et les œufs font, semble-t-il, d'excellentes omelettes : on utilise uniquement le jaune, car le blanc, dépourvu d'albumine, ne coagule pas.

CROISSANT Petit pain en pâte levée ou feuilletée, abaissée en triangle, roulée sur elle-même et incurvée en forme de croissant de lune.

■ **Histoire**. L'origine de cet article de viennoiserie remonte à l'époque où les Turcs assiégeaient la capitale de l'Autriche (1683). Une nuit, les boulangers de Vienne entendirent les bruits de sape des ennemis, et ils donnèrent l'alarme, ce qui permit de repousser l'assaut. Lorsque les Ottomans furent vaincus, Jean III Sobieski accorda aux boulangers le privilège de fabriquer une pâtisserie qui immortaliserait l'événement. C'est ainsi que naquit le *Hörnchen* (« petite corne » en allemand), allusion au croissant qui orne l'étendard turc. Ce fut Marie-Antoinette, arrivant d'Autriche, qui l'introduisit à la cour de France en 1770.

Une autre tradition attribue l'invention du croissant à un certain Kolschitsky, cafetier viennois, d'origine polonaise. En récompense de son courage pendant le siège, il aurait reçu des sacs de café pris à l'ennemi. Il aurait alors eu l'idée de servir ce café accompagné d'une pâtisserie en forme de croissant.

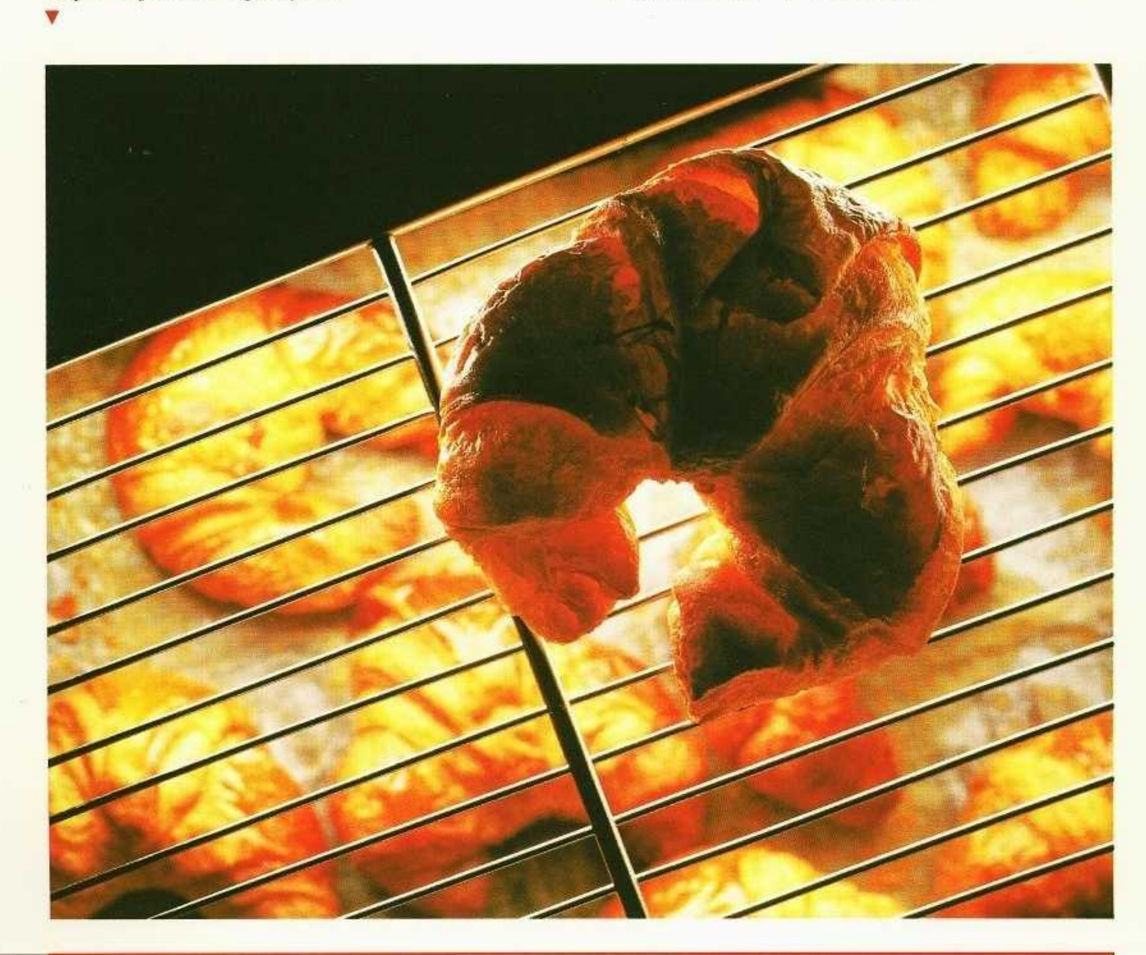
Les croissants étaient, à l'origine, en pâte à pain améliorée. Aujourd'hui, ils adoptent parfois une forme allongée. On peut les servir en hors-d'œuvre chauds, farcis de jambon, de fromage, de champignons...

On appelle également « croissant » un petit four en pâte d'amande, garni de pignons ou d'amandes effilées et façonné en demi-cercle.

Croissants traditionnels

D'origine autrichienne, les croissants font partie du petit déjeuner à la française.

▼



croissants parisiens : préparation
Délayer 30 g de levure de boulanger dans 1/4 de litre de lait. Tamiser 500 g de farine dans une terrine. Ajouter 60 g de sucre, 10 g de sel, creuser une fontaine et y verser le lait. Mélanger rapidement du bout des doigts. Dès que le liquide est absorbé, recouvrir la pâte d'un linge et la laisser reposer de 1/2 heure à 1 heure à température ambiante. Pendant qu'elle gonfle, la rabattre en perçant les grosses poches de gaz qui se forment à l'intérieur. La mettre au froid, puis la travailler comme une pâte feuilletée, en y incorporant 250 g de beurre ramolli, mais en ne faisant que trois tours. Laisser reposer. Aplatir au rouleau et détailler en triangles. Rouler ceux-ci sur eux-mêmes en allant de la base vers le sommet. Poser les croissants sur une plaque en leur donnant leur forme définitive. Laisser gonfler encore, à l'abri des courants d'air, de 15 à 45 min suivant la température ambiante. Dorer au jaune d'œuf à l'aide d'un pinceau et cuire 10 min au four préchauffé à 220 °C.

croissants aux amandes
Prendre des croissants de la veille, les couper en deux et les tremper dans un sirop à baba de densité 1,2736. Garnir l'intérieur et le dessus de crème d'amande. Refermer et parsemer d'amandes effilées. Cuire 18 min au four préchauffé à 180 °C et saupoudrer de sucre glace. Cette préparation, très courante, permet de rendre à nouveau moelleux des croissants un peu rassis.

croissants au fromage
Fendre des croissants sur un côté. Beurrer l'intérieur. Garnir de fines lamelles de gruyère ou d'emmental. Poivrer. Passer au four préchauffé à 275 °C et servir brûlant. On peut remplacer le beurre et le fromage par une béchamel au fromage bien réduite.

croissants aux pignons
Porter à ébullition dans une petite casserole 4 cuillerées à soupe d'eau et 4 cuillerées à soupe de sucre ; retirer aussitôt le sirop du feu. Mélanger dans une terrine 50 g de farine avec 150 g de poudre d'amande, 200 g de sucre semoule et 3 blancs d'œuf. Lorsque la pâte est bien homogène, la partager en 3 masses, puis chacune d'elles en 10 portions. Façonner celles-ci en petits croissants de 1 cm de diamètre. Préchauffer le four à 200 °C et tapisser la tôle de papier sulfurisé légèrement huilé. Battre 2 œufs en omelette et y tremper les croissants, un par un, puis les rouler dans 200 g de pignons. Les disposer sur la tôle et les mettre au four 10 min. Les sortir et les badigeonner de sirop, puis les décoller en faisant passer de l'eau entre la tôle et le papier.

CROISSANT ALSACIEN Spécialité très populaire en Alsace, fourrée avec des fruits secs réduits en poudre et liés au blanc d'œuf ou au sucre.

croissant alsacien
Préparer une pâte à croissants et la découper. Mélanger 500 g de sucre cristallisé, 100 g de sirop à 30 ° (densité 1,2736) et 200 g de brisures de noix, d'amandes brutes et de noisettes, fraîchement réduites en poudre. Garnir les morceaux de pâte de cette préparation, les rouler, les cuire 10 min au four préchauffé à 220 °C et glacer au fondant blanc. Servir tiède.

CROMESQUI Hors-d'œuvre chaud d'origine polonaise, fait d'un salpicon simple ou composé, lié d'une sauce réduite et de jaunes d'œuf. Le salpicon est détaillé à froid en rectangles, qui sont soit farinés, soit enveloppés d'une fine crêpe salée (parfois de crépine), puis trempés dans de la pâte à beignets et frits. Les cromesquis se servent chauds, sur du papier gaufré ou une serviette. Ils peuvent aussi être sucrés et servis en entremets.

cromesquis : préparation
À L'ANCIENNE. Préparer un appareil à croquettes gras ou maigre, le laisser refroidir et le diviser en portions de 60 à 70 g. Enfermer chaque portion dans une abaisse fine d'appareil à pommes duchesse, puis dans une crêpe salée très fine.
À LA FRANÇAISE. Les portions d'appareil à croquettes sont farinées et façonnées en pavé ou en bouchon.
À LA POLONAISE. Les portions sont enfermées dans des crêpes salées larges et très fines.
À LA RUSSE. Les portions sont enveloppées dans des morceaux de crépine.

Tremper les cromesquis, un par un, dans de la pâte à frire, et les plonger au fur et à mesure dans l'huile bouillante. Quand ils sont bien dorés, les égoutter, les éponger sur du papier absorbant et les saler. Dresser sur une serviette, en buisson, et garnir de persil frit. Servir accompagné d'une sauce correspondant à l'élément de base de l'appareil.

cromesquis à la bonne femme
Cuire à l'eau 500 g de bœuf et le réserver dans son bouillon. Faire fondre 2 cuillerées à soupe d'oignon haché dans 1 cuillerée à soupe de beurre ou de saindoux. Poudrer avec 1 cuillerée à soupe de farine et laisser blondir. Mouiller de 2 dl de bouillon de cuisson du bœuf très réduit, bien remuer et cuire 15 min tout doucement. Couper le bœuf en très petits dés et les incorporer à la sauce ; réchauffer, puis laisser refroidir complètement. Diviser la préparation en portions de 60 à 70 g, les façonner en bouchon. Les rouler dans de la farine, puis dans de la pâte à frire. Terminer comme dans la recette de base.

cromesquis à la florentine
Additionner d'une béchamel bien réduite et de parmesan râpé des épinards étuvés au beurre et desséchés à feu doux. Enfermer la préparation dans des crêpes salées très fines. Les rouler dans de la pâte à frire et les cuire.

CROQUANTE Grosse pièce de pâtisserie qui servait autrefois de décor, en bout de table ou sur un buffet. La croquante était faite de bandes de pâte d'amande

cuite entrelacées, placée sur un fond de pâte, glacé de sucre vert ou rose ; le tout était décoré de ronds de feuilletage évidés, garnis de cerises confites. On faisait aussi des croquantes en gimblettes glacées, montées comme un croquembouche.

On appelle également croquante – ou croquant – un petit gâteau sec qui craque sous la dent ; les croquants de Saint-Geniez sont faits d'amandes et de noisettes mélangées.

Les croquants parisiens sont des bonbons de sucre travaillé.

CROQUE-AU-SEL (À LA) Se dit de légumes servis crus, en principe simplement salés, mais parfois accompagnés de beurre frais. On déguste ainsi, quand ils sont très frais, les artichauts nouveaux, les radis, les fèves, les tomates, les concombres… C'est la meilleure façon de déguster les truffes fraîches, assurent le cuisinier Roger Lamazère et de nombreux gourmets.

CROQUEMBOUCHE Pièce montée en forme de cône, constituée de petits éléments de pâtisserie ou de confiserie, rendus croquants par leur glaçage au sirop de sucre (d'où leur nom). Le croquembouche est généralement dressé sur un socle en nougatine. Il s'édifie autour d'un moule conique, appelé lui aussi « croquembouche », que l'on retire par la base lorsque toutes les pièces sont bien fixées les unes aux autres par le caramel solidifié.

C'est un apprêt traditionnel des buffets et des repas de mariage ou de première communion.

Le croquembouche classique est fait de petits choux, fourrés ou non de crème (pâtissière ou autre) et trempés dans un sirop de sucre cuit « au grand cassé ». On réalise aussi des croquembouches avec des fruits déguisés ou glacés, des gimblettes, des éléments en pâte d'amande, en meringue, en nougatine. Les décorations sont multiples.

RECETTE D'ANTONIN CARÊME

croquembouche de marrons

« Ayez 60 beaux marrons grillés et, après les avoir parfaitement épluchés et parés des parties colorées par le feu, vous les glacez un à un dans du sucre cuit au cassé bien blond et les placez à mesure dans un moule rond uni de sept pouces de diamètre sur cinq de haut. On doit monter ce croquembouche au moment du service, parce que l'humidité des marrons ramollit le sucre au point qu'en peu de temps il perd sa consistance et son brillant. »

CROQUE-MONSIEUR Sandwich chaud, formé de deux tranches de pain de mie beurrées, garnies de lamelles de gruyère et d'une tranche de jambon maigre. Le croque-monsieur est doré sur les deux faces, soit dans une poêle, avec du beurre, soit sous le gril. On peut napper le dessus d'une béchamel au gruyère et faire gratiner, ou remplacer le jambon par du blanc de volaille, le gruyère par du gouda, ou même ajouter une rondelle de tomate, voire d'ananas. Servi avec un œuf sur le plat à cheval, le croque-monsieur prend le nom de « croque-madame ».

Le premier croque-monsieur fut servi en 1910 dans un café du boulevard des Capucines, à Paris. Resté une préparation typique des cafés, brasseries et snacks, il constitue aussi une entrée ou un hors-d'œuvre chaud.

CROQUET Gâteau sec en forme de bâtonnet ou de languette, généralement fait d'amandes, de sucre et de blanc d'œuf. La plupart des croquets, ou croquettes, sont des spécialités régionales, typiques du Berry, de la Sologne, du Périgord, du Nivernais, de Sens, de Bar-sur-Aube, de Bordeaux, de Vinsobres, de Valence…

croquets de Bar-sur-Aube

Verser dans une terrine 500 g de sucre semoule et 250 g d'amandes en poudre, mélanger, puis ajouter 8 blancs d'œuf, un par un. Incorporer délicatement 275 g de farine tamisée et 10 g de sucre vanillé. Verser cette pâte sur un plan de travail ; la découper en languettes et disposer celles-ci sur une plaque huilée. Cuire au four préchauffé à 180 °C. Décoller les croquets à chaud, les laisser refroidir sur une plaque ou sur un marbre et les ranger au sec, dans un bocal ou une boîte en fer-blanc hermétique.

croquets bordelais

Piler finement au mortier 300 g d'amandes mondées, 150 g d'amandes non mondées, 300 g de sucre, 120 g de beurre, 2 œufs, le zeste râpé de 1 citron ou de 1 orange, 1 paquet de levure chimique et 1 pincée de sel. Hacher le tout grossièrement au couteau, puis rouler la préparation en un gros boudin un peu aplati sur les bords. Poser la pâte sur une plaque beurrée, la dorer à l'œuf ; la rayer avec les dents d'une fourchette, la détailler en morceaux réguliers et la cuire 15 min dans le four préchauffé à 220 °C.

CROQUETTE Petit apprêt salé ou sucré, frit, servi chaud en hors-d'œuvre (croquettes de poisson, de viande, de volaille, de jambon, de champignon, de ris de veau, etc.), en garniture (croquettes de pomme de terre surtout) ou en entremets (croquettes de riz, de marron, de semoule).

L'appareil de base est lié d'une sauce assez serrée (blanche, suprême, veloutée, indienne, tomate ; béchamel au fromage pour les pommes de terre ; crème pâtissière pour les croquettes sucrées). Les croquettes sont façonnées en bouchon, en palet, en bâtonnet, en boule ou en rectangle. Elles sont généralement panées à l'anglaise, puis plongées dans une huile très chaude, qui permet de les saisir et les rend croquantes et dorées. On les dresse en pyramide, en buisson ou en couronne, sur un plat garni de papier gaufré ou d'une serviette pliée, éventuellement avec du persil frit. Elles sont toujours servies avec une sauce en rapport avec l'élément principal de

la composition. Les plus courantes sont les croquettes de poisson et les croquettes de pomme de terre servies en garniture de viandes sautées ou grillées.

Les croquettes d'entremets peuvent aussi se réaliser uniquement avec de la crème pâtissière très serrée, détaillée en losanges ou en rectangles qui sont panés et frits (crème frite).

CROQUETTES SALÉES

croquettes de bœuf
Couper en salpicon du bœuf bouilli et du jambon maigre. Lier de sauce béchamel bien réduite, additionnée de 1 jaune d'œuf. Laisser refroidir complètement. Diviser en portions de 50 à 70 g, les paner à l'anglaise, et les frire à l'huile très chaude (180 °C). Servir accompagné d'une sauce tomate bien relevée.

croquettes de fromage
Première recette. Additionner une béchamel bouillante de 1 dl de crème et de 125 g de fromage râpé (gruyère, hollande). Bien incorporer le tout en remuant et rectifier l'assaisonnement. Laisser refroidir complètement. Diviser en portions de 60 à 70 g. Les rouler en boulettes, les paner à l'anglaise et les frire à l'huile très chaude (180 °C).
Deuxième recette. Battre en omelette 3 œufs entiers et 2 jaunes. Verser dans une terrine 50 g de farine tamisée et 50 g de crème de riz. Ajouter les œufs battus et bien mélanger. Délayer avec 1/2 litre de lait bouillant, assaisonner de sel, de poivre, de noix de muscade râpée et d'un soupçon de poivre de Cayenne. Porter à ébullition et cuire 5 min, en remuant constamment. Ajouter 125 g de gruyère râpé et faire fondre. Laisser refroidir complètement. Diviser en portions de 60 à 70 g, les paner à l'anglaise et les frire à l'huile très chaude (180 °C).

croquettes Montrouge
Additionner une duxelles de champignon bien sèche de la moitié de son volume de jambon haché et du tiers de son volume de mie de pain trempée dans du lait et essorée ; ajouter du persil ciselé et 2 jaunes d'œuf pour 250 g de mélange. Bien remuer et rectifier l'assaisonnement. Façonner l'appareil en boules grosses comme des mandarines ; les aplatir légèrement, les paner à l'anglaise et les frire à l'huile très chaude (180 °C). Les égoutter, les éponger sur du papier absorbant et les poudrer de sel fin.

croquettes de morue
Dessaler de la morue et la pocher à l'eau ; l'effeuiller très finement. Lui ajouter un tiers de son volume d'appareil à pommes duchesse et juste assez de béchamel pour bien lier le mélange. Façonner en forme de boules et faire frire celles-ci à l'huile très chaude (180 °C). Servir accompagné d'une sauce tomate.

croquettes de pomme de terre
Éplucher et couper en quartiers 1,5 kg de pommes de terre (farineuses), les cuire 20 min au moins à l'eau bouillante salée. Les égoutter, les mettre dans une lèchefrite et les dessécher dans le four préchauffé à 250 °C, jusqu'à ce que leur surface blanchisse. Les réduire en purée, ajouter 50 g de beurre, puis battre 4 jaunes d'œuf à la fourchette et les incorporer petit à petit. Huiler un plat, y étaler la purée et laisser refroidir complètement. Rouler la purée en boules avec des mains farinées, puis former un long cylindre étroit et régulier et le débiter en tronçons de 6 ou 7 cm. Arrondir légèrement ces morceaux. Les paner à l'anglaise et les frire 3 min à l'huile très chaude (180 °C). Égoutter, éponger sur du papier absorbant et servir aussitôt avec une viande rôtie ou une grillade.

croquettes à la viennoise
Tailler en salpicon, et en parties égales, des ris d'agneau pochés au court-bouillon, du maigre de jambon et des champignons étuvés au beurre. Ajouter un hachis d'oignon fondu au beurre (même volume que celui des ris) et juste assez de velouté, réduit et assaisonné au paprika, pour bien lier l'ensemble. Achever les croquettes en les façonnant en forme de petits palets. Servir accompagné de rondelles d'oignon frites et d'une sauce tomate au paprika.

CROQUETTES SUCRÉES

croquettes aux abricots
Égoutter et éponger 500 g d'abricots cuits au sirop, les détailler en gros dés. Leur ajouter 4 dl de crème pâtissière très serrée. Parfumer au rhum et laisser refroidir complètement. Diviser en portions de 60 à 70 g. Rouler celles-ci en boulettes, les aplatir légèrement, les passer dans de la farine, puis dans de l'œuf battu et enfin dans de la chapelure fraîche. Frire à l'huile très chaude (180 °C) et servir avec une sauce chaude à l'abricot.

croquettes de marron
Ébouillanter et éplucher des marrons. Les cuire dans un sirop léger (500 g de sucre par litre d'eau) parfumé à la vanille. Préparer une purée de marron à la vanille et la lier avec 5 jaunes d'œuf et 50 g de beurre par 500 g. Étaler sur une plaque et laisser refroidir complètement. Détailler en rectangles de 60 à 70 g, les paner à l'anglaise et les frire à l'huile très chaude (180 °C). Servir accompagné d'une sauce aux cerises parfumée au cognac ou à l'armagnac.

CROSNE Plante cultivée, de la famille des labiacées, dont on consomme les tubercules. Originaires du Japon, les crosnes, fins et délicats, ont un goût légèrement sucré, qui rappelle celui du salsifis ou de l'artichaut ; une fois nettoyés et blanchis, ils sont frits, étuvés au beurre ou apprêtés comme les topinambours.

crosnes : préparation
Mettre les crosnes dans un torchon de grosse toile avec une poignée de gros sel et les secouer énergiquement pour ôter la pellicule qui les recouvre. Les laver et les débarrasser des dernières parcelles de cette

peau. Les blanchir à l'eau salée. Les étuver ensuite au beurre, à couvert, sans les laisser colorer. Les servir nature, comme garniture. On peut aussi les accommoder à la crème, aux fines herbes ou au jus.

RECETTE DE GUY SAVOY

crosnes aux oursins

« Préparer 150 g de crosnes, les laver, les égoutter. Les mettre dans une casserole et mouiller d'eau à hauteur. Ajouter 20 g de beurre et du sel. Cuire jusqu'à évaporation de l'eau et réserver au chaud. Mélanger au mixeur le corail de 2 oursins et 130 g de beurre pour obtenir une préparation lisse et homogène. Faire tiédir 16 autres oursins dans une partie de leur eau. Porter à ébullition le reste de cette eau avec 1 cuillerée de crème fraîche, et incorporer petit à petit au fouet le beurre d'oursin. Poivrer, verser le jus de 1/2 citron et passer au chinois. Dresser les oursins égouttés sur des assiettes avec les crosnes et napper de sauce. Accompagner éventuellement de quelques feuilles d'épinard blanchies puis sautées au beurre. »

CROTTIN DE CHAVIGNOL Fromage sancerrois AOC de lait de chèvre (45 % de matières grasses au moins), à pâte molle et à croûte naturelle, tachetée de moisissures blanches, bleues ou brunes (voir tableau des fromages français page 497). Le crottin de Chavignol se présente sous la forme d'une petite boule aplatie, pesant 60 g environ. Il est affiné à quatre semaines, mais parfois trois mois : il est alors cassant et sa saveur s'accentue. Il se consomme aussi plus frais, quand il est encore doux et bien blanc. Il se déguste en fin de repas, mais entre aussi dans la préparation de soufflés, de salades, etc.

RECETTE D'HENRI FAUGERON

crottins de Chavignol rôtis sur salade aux noix de la Corrèze

« Disposer 6 crottins de Chavignol bien affinés sur une plaque et les mettre 3 ou 4 min au four préchauffé à 275-300 °C : ils doivent perdre leur première graisse. Dorer au beurre 6 tranches de pain de campagne. Y disposer les petits fromages et accompagner d'une salade verte (au choix) parsemée de 60 g de cerneaux de noix et assaisonnée avec une vinaigrette au vinaigre de vin. »

CROUPION Extrémité postérieure du corps des volailles et des oiseaux, composée des deux dernières vertèbres dorsales, et portant les plumes de la queue. C'est surtout chez la poule et la dinde que le croupion constitue un bon morceau (voir BONNET D'ÉVÊQUE).

Pour le canard et l'oie, il faut éliminer, avant la cuisson, les glandes sébacées situées de chaque côté, car elles donneraient un goût désagréable à la viande.

CROUSTADE Petit apprêt de taille variable, réalisé en pâte à foncer, en feuilletage, en pain de mie creusé, en appareil à pommes duchesse, en semoule ou en riz, frit ou chauffé au four, et garni, au moment du service, d'un salpicon, d'un ragoût, de légumes ou d'une purée, liés d'une sauce réduite appropriée.

Les croustades, qui sont d'origine méridionale, se servent en hors-d'œuvre chauds, mais on les utilise aussi dans des garnitures classiques de grande cuisine.

croustades de foies de volaille

Cuire à blanc des croustades en pâte à foncer. Nettoyer des foies de volaille, séparer les lobes, saler, poivrer, sauter vivement au beurre très chaud, puis égoutter. Dorer au beurre, avec un petit hachis d'échalote, des champignons de Paris nettoyés et émincés. Saler et poivrer. Chauffer au four les croustades vides. Lier ensemble champignons et foies avec suffisamment de sauce madère. Porter sur le feu, le temps de les réchauffer. Garnir les croustades de ce mélange et les servir brûlantes, décorées ou non de lames de truffe pochées au madère.

croustades Montrouge

Faire revenir un fin hachis de champignons avec de l'échalote hachée et du jus de citron. Assaisonner de sel, de poivre et de muscade râpée. Mouiller de crème épaisse et bien réduire. En garnir des croustades cuites à blanc. Saupoudrer largement de parmesan râpé et gratiner au four préchauffé à 250 °C.

croustades de pain de mie

Couper en tranches de 5 à 6 cm d'épaisseur du pain de mie rassis, rond ou carré. Avec la pointe d'un couteau, pratiquer sur le dessus une incision circulaire profonde de 4 à 5 cm. Frire les croustades dans de l'huile très chaude (180 °C), puis les égoutter. Retirer le couvercle (délimité par l'incision) et toute la mie de l'intérieur. Emplir les croustades d'une légère couche de farce (en fonction de la garniture). Les placer 5 ou 6 min à l'entrée du four chaud. Les emplir d'une des garnitures conseillées pour les bouchées, les timbales et les vol-au-vent.

croustades de pommes à la québécoise → POMME

croustades de pommes de terre duchesse

Étaler l'appareil à pommes duchesse sur une plaque huilée, sur une épaisseur de 4 à 5 cm. Laisser refroidir complètement. Détailler cette abaisse au coupe-pâte rond, uni, en palets de 7 cm de diamètre. Les paner à l'anglaise. Inciser le dessus à 1 cm du bord et sur 3 à 4 cm de profondeur. Frire à l'huile très chaude (180 °C). Égoutter et éponger sur du papier absorbant. Retirer le couvercle. Creuser l'intérieur en ne laissant qu'un fond et une paroi de 1 cm environ. Emplir les croustades d'une des garnitures des vol-au-vent.

▶
Croustades Montrouge, salade de mesclun



croustades vert-pré
Préparer des croustades en appareil à pommes duchesse ; les garnir d'un mélange, en parties égales, de petits tronçons de haricots verts, de petits pois et de pointes d'asperge, le tout lié au beurre.

perdreaux en croustade → PERDREAU ET PERDRIX

CROÛTE Fond de pâte ou tranche de pain utilisés comme support pour certains apprêts de cuisine ou de pâtisserie.

Certaines croûtes, que l'on garnit ensuite d'une préparation sucrée ou salée (bouchée, feuilletage, flan, tarte, timbale, vol-au-vent) sont des fonds de pâte (feuilletée, brisée ou à foncer) cuits à blanc. Les croûtes constituent également l'enveloppe extérieure de certains mets (koulibiac, pâté en croûte).

Les croûtes servies en hors-d'œuvre chaud sont des tranches de pain de mie rondes ou carrées, légèrement creusées et dorées au beurre, garnies diversement (jambon, champignons, anchois, fruits de mer, etc.), nappées d'une sauce réduite et gratinées.

Les croûtes servies en entremets chaud sont des tranches rassises de savarin, de brioche ou de pain brioché, glacées au four et garnies de fruits pochés ou confits, arrosées de sirop, semées d'amandes effilées, nappées de confiture, etc.

croûte : préparation
Couper dans du pain de mie rond rassis des tranches de 4 à 5 cm de diamètre et de 2 cm d'épaisseur. À l'aide d'un emporte-pièce rond d'un diamètre inférieur, cerner légèrement le dessus des croûtes. Les frire au beurre, à l'huile ou à la margarine. Les égoutter et les évider. Les emplir de leur garniture.

croûte à flan cuite à blanc : préparation
Préparer 350 g de pâte à foncer et l'abaisser sur 3 mm d'épaisseur. Beurrer et fariner une tourtière ou un cercle à flan de 28 cm de diamètre, secouer très légèrement pour enlever l'excès de farine, garnir avec la pâte en la faisant bien adhérer au bord. La garder un peu plus épaisse en haut pour qu'elle ne se rétracte pas à la cuisson, puis ôter ce qui dépasse en passant le rouleau à pâtisserie tout autour du moule, sur le bord. Piquer le fond avec une fourchette et tapisser la pâte (fond et bord) de papier sulfurisé légèrement beurré ou de papier d'aluminium. Cuire 10 min au four préchauffé à 200 °C. Dorer la croûte à l'œuf et la remettre 3 ou 4 min dans le four pour la faire sécher. Elle peut alors être garnie.

croûte à timbale garnie : préparation
Beurrer un moule à timbale ou à charlotte ; le décorer intérieurement avec des motifs en pâte à nouilles très ferme, légèrement mouillés pour qu'ils collent à la pâte. Rouler en boule 400 g de pâte à foncer, puis abaisser celle-ci en un disque de 20 cm de diamètre sur 6 mm d'épaisseur. Fariner légèrement ce disque et le replier en deux, puis rabattre les extrémités vers le centre jusqu'à ce qu'elles se rejoignent ; abaisser au rouleau pour lisser la pâte. Déposer ce nouveau disque dans le moule en le faisant bien adhérer au bord ; ôter éventuellement la pâte qui dépasse. Garnir le moule ainsi foncé de papier sulfurisé beurré (côté beurré sur la pâte), puis l'emplir de légumes secs. Poser sur ceux-ci un dôme de papier, puis, par-dessus, un mince disque de pâte de 1,5 cm d'épaisseur. Souder les bords de ce couvercle et de la timbale en les serrant entre les doigts, puis pincer la crête au pince-pâte. Humecter d'eau le couvercle et y coller régulièrement des motifs décoratifs (feuilles, rosaces, anneaux cannelés), après les avoir levés à l'emporte-pièce dans une fine abaisse de pâte. Pratiquer une cheminée au centre du couvercle. Dorer à l'œuf le dessus de la timbale et la cuire 35 à 40 min au four préchauffé à 190 °C. La sortir, cerner le couvercle avec un couteau pointu, puis le retirer ; ôter le papier et les légumes secs, et dorer à l'œuf l'intérieur de la croûte ; remettre la timbale à sécher dans le four quelques minutes, porte ouverte, sans la démouler. La sortir enfin, la démouler sur la grille, puis la tenir au chaud ainsi que le couvercle. Réchauffer la garniture, en emplir la timbale et replacer le couvercle. Servir immédiatement.

croûte à vol-au-vent : préparation
Préparer 500 g de pâte feuilletée fine. La partager en deux masses égales ; les abaisser sur 4 mm d'épaisseur. Y découper, à l'aide d'un cercle à tarte, deux disques de 15 cm de diamètre. En poser un sur une plaque à pâtisserie légèrement mouillée. Avec un cercle à tarte de 12 ou 13 cm de diamètre, enlever le centre du deuxième, en laissant une couronne régulière tout autour. Humecter le dessus de la première abaisse et y poser la deuxième, évidée, en la retournant. Étendre le morceau de pâte retiré, et le découper également avec le cercle à tarte de 15 cm. Mouiller le tour du vol-au-vent et poser dessus cette troisième abaisse. Dorer la surface à l'œuf, puis, avec un petit couteau, tracer la circonférence du couvercle (selon le cercle intérieur de 12 ou 13 cm), en suivant la forme du « puits » central. Chiqueter l'anneau circulaire et rayer le dessus du couvercle. Cuire 15 min au four préchauffé à 240 °C. Sortir du four et mettre sur une grille ; découper délicatement le couvercle sans le briser, le déposer sur la grille et retirer la pâte molle de l'intérieur. Réserver le vol-au-vent au chaud ; réchauffer la garniture, en remplir la croûte, poser le couvercle et servir aussitôt.

CROÛTES SALÉES

alouettes en croûte → ALOUETTE
consommé croûte au pot → CONSOMMÉ

croûtes Brillat-Savarin
Cuire à blanc des petites croûtes d'entrée en pâte à foncer ; les garnir d'un salpicon de ris d'agneau ou de veau et de champignons sautés, éventuellement complété de crêtes et de rognons de coq, le tout lié de sauce demi-glace ou de sauce madère réduite.

croûtes cardinal
Préparer des croûtes. Lier un salpicon de homard et de truffe d'une béchamel au beurre de homard. Emplir les croûtes de ce mélange. Parsemer de chapelure et faire gratiner à four très chaud. Décorer d'une petite escalope de homard et d'une lame de truffe.

croûtes à la diable
Emplir des croûtes d'un salpicon de jambon d'York et de champignons étuvés au beurre, lié de demi-glace bien réduite, relevée d'une pointe de poivre de Cayenne. Parsemer de chapelure frite au beurre et gratiner les croûtes dans le four très chaud.

croûtes à la livonienne
Réduire en purée des laitances de hareng saur, les additionner d'un volume égal de béchamel et en garnir des croûtes. Déposer sur chacune d'elles une cuillerée de salpicon de hareng saur et de pomme reinette citronnée. Poudrer de mie de pain finement émiettée et frite au beurre. Gratiner au four préchauffé à 275 °C.

croûtes à la moelle
Dorer au beurre des rectangles taillés dans des tranches de pain de mie. Les garnir d'une couche de salpicon de moelle de bœuf lié de fond de veau réduit (ou de demi-glace) et relevé d'échalote hachée réduite au vin blanc. Sur chaque tranche, poser une lame de moelle de bœuf, pochée sans ébullition dans de l'eau salée et bien égouttée. Couvrir de mie de pain frite au beurre (ou de chapelure blonde arrosée de beurre fondu). Ajouter un peu de poivre du moulin. Gratiner au four préchauffé à 275 °C. Servir très chaud.

croûtes à la reine
Préparer une purée de volaille à la crème. Dorer au beurre des tranches de pain de mie et les masquer de purée. Poudrer de chapelure blonde, arroser de beurre clarifié et gratiner au four préchauffé à 275 °C.

grives en croûte à l'ardennaise → GRIVE
paté en croûte « pavé du roy »,
pâté de veau et de jambon en croûte → PÂTÉ
poulet en croûte de sel → POULET
saumon en croûte → SAUMON

CROÛTES SUCRÉES

croûtes en couronne à la Montmorency
Détailler une brioche rassise en tranches de 1,5 cm d'épaisseur. Disposer ces tranches sur une plaque à pâtisserie, les poudrer de sucre et les glacer au four. Masquer les tranches d'une couche assez peu épaisse de crème aux amandes parfumée au cherry brandy, puis les dresser en couronne sur un plat rond, en les serrant bien les unes contre les autres. Garnir le centre avec des cerises dénoyautées, cuites dans un sirop vanillé et bien égouttées. Décorer avec des cerises confites, des losanges d'angélique et des moitiés d'amandes mondées. Napper de sauce à la groseille au cherry et servir avec un peu de cette sauce à part.

croûtes en turban Beauvilliers
Tailler dans une brioche rassise une douzaine de tranches rectangulaires, longues de 6 cm et larges d'environ 4 cm. Les ranger sur une plaque, les poudrer de sucre fin et les glacer au four. Éplucher 6 bananes et les couper en deux dans le sens de la longueur. Les mettre sur une plaque beurrée, les poudrer de sucre fin et les cuire 5 min au four préchauffé à 250 °C. Former sur un plat à rôtir rond un turban de bananes et de tranches de brioche alternées. Garnir le centre avec une bouillie de semoule au lait, sucrée, vanillée, liée avec des jaunes d'œuf et additionnée d'un salpicon de fruits confits macérés dans un alcool de fruit. Poudrer le tout de macarons finement émiettés ; arroser de beurre fondu et gratiner au four. Au moment de servir, entourer d'un cordon de sauce abricot parfumée au rhum ou à un alcool de fruit. (En remplaçant la semoule par une crème pâtissière épaisse, parfumée aux zestes d'orange et additionnée de moitiés d'amande, on obtient la croûte aux bananes à la maltaise.)

CROÛTE À POTAGE Tronçon de flûte (pain long et mince) de 5 cm, partiellement évidé, ou coupé en deux dans la longueur, séché au four, utilisé nature ou diversement garni ou farci. Les croûtes se servent en général à part, en accompagnement de soupes et de potages.

Les « croûtes à l'ancienne » sont farcies avec les légumes de la marmite (hachés ou tamisés) et gratinées. Les « croûtes au pot » sont arrosées avec de la graisse de pot-au-feu et colorées au four ; on appelle parfois « consommé croûte au pot » le bouillon du pot-au-feu garni des légumes coupés en petits morceaux, de gruyère râpé et de rondelles de flûte évidées et grillées au four. Les « croûtes diablotins », assez fines, sont masquées de béchamel réduite, poudrées de fromage râpé et d'une pincée de poivre de Cayenne, puis gratinées. Elles sont présentées à part. Les croûtes simples sont également appelées « croûtons » (dorés, frottés ou non à l'ail).

CROÛTON Petit morceau de pain de forme variable, grillé, doré au beurre, frit à l'huile ou séché au four, nature ou frotté à l'ail. Les croûtons en dés servent à garnir certaines préparations (potages, salades vertes, œufs brouillés, omelettes, épinards au beurre) ou des plats composés. Détaillés en cœur, en losange, en croissant, en dent de loup, en rondelle, en étoile, ils apportent du croquant à des mets en sauce ou à des purées, et décorent parfois la bordure du plat de service.

On appelle aussi « croûtons », par analogie, des motifs découpés au couteau ou à l'emporte-pièce dans de la gelée et destinés à orner des plats froids.

RECETTE DE PAUL MINCHELLI

croûtons au thym
« Éplucher et dégermer les gousses de 1/2 tête d'ail et les passer au mixeur avec 100 g de beurre demi-sel, 1 cuillerée à café de persil plat, 1 cuillerée à café de poudre de thym, 1 cuillerée à café de feuilles de thym,

cuillerée à café d'origan, 1 cuillerée à café de marjolaine, 1 petite boîte d'anchois avec leur huile et 1 cuillerée à café de poivre fraîchement moulu. Couper des tranches en biais dans une baguette rassise, les enduire largement de cette préparation et les passer sous le gril du four jusqu'à ce qu'elles soient croustillantes et moelleuses à la fois. »

CROZE (AUSTIN DE) Écrivain français (Lyon 1866 - *id.* 1937), spécialiste du folklore et gastronome. Initiateur des Journées régionales du Salon d'automne en 1923 et 1924, il contribua à la sauvegarde et à la diffusion des recettes locales et des produits régionaux. Son ouvrage fondamental, *les Plats régionaux de France* (1928), qui répertorie 1 400 spécialités, constitue un patrimoine traditionnel qui fait toujours autorité. Il a écrit en outre une *Psychologie de la table.*

CROZES-HERMITAGE Vin AOC rouge et blanc produit dans des vignobles proches de ceux qui donnent les célèbres hermitages (voir RHÔNE).

CROZETS Quenelles dauphinoises faites d'un mélange de farine, de purée de pomme de terre, d'œufs, d'eau et d'huile de noix. Les crozets sont pochés, égouttés, puis rangés en couches dans un plat à gratin, avec du fromage bleu émietté et du gruyère râpé, arrosés de saindoux bouillant et mis à dorer au four. Ils constituent le plat traditionnel de la veillée de Noël.

CRU Vignoble ou parcelle de vignoble bourguignon (également appelé « climat ») produisant un vin de qualité aux caractères spécifiques ; les meilleurs crus ont droit à l'appellation « grand cru » ou « premier cru ».

Le mot désigne aussi un vin du Bordelais provenant d'un domaine déterminé (appelé aussi « château ») ; la classification officielle établie en 1855 distingue les vins les meilleurs, appelés « grands premiers crus » (ou « premiers grands crus »), des autres crus, classés de 1 à 5 suivant leur mérite.

CRU BOURGEOIS Terme définissant certains vins du Médoc. La classification actuelle date de 1978. Un « cru bourgeois » doit être issu d'un vignoble de plus de 7 ha en production, un « cru grand bourgeois », être passé en fût de chêne, et un « cru grand bourgeois exceptionnel » provenir du haut Médoc et avoir été mis en bouteilles au château.

Les crus bourgeois se décomposent en deux appellations génériques (médoc et haut-médoc) et six communales (saint-estèphe, pauillac, saint-julien, moulis, listrac et margaux).

CRUCHADE Bouillie de farine de maïs, préparée au lait ou à l'eau, traditionnelle dans le Sud-Ouest. Dans le Béarn, la cruchade est refroidie, puis découpée en morceaux réguliers, qui sont ensuite frits. La cruchade de Saintonge est une galette de maïs frite, servie avec de la confiture. Les cruchades des Landes sont plutôt des petits biscuits, également frits, salés ou sucrés.

CRUCHE Récipient pansu, cylindrique ou tronconique, en grès, en verre ou en céramique, muni de une ou de deux anses et d'un bec verseur (ou d'un goulot oblique), destiné à servir les boissons fraîches, et éventuellement les vins de pays.

CRU CLASSÉ Terme réservé aux crus ayant fait l'objet d'un classement reconnu par l'INAO (Institut national des appellations d'origine) : médoc, sauternes, graves, saint-émilion, classés dès 1855, mais aussi côtes-de-provence, classé en 1955.

CRUDITÉS Légumes ou fruits crus, servis en hors-d'œuvre, généralement émincés, râpés ou détaillés en bâtonnets, et accompagnés de sauces froides. Les crudités comprennent les petits artichauts, les tranches d'avocat, les rondelles de banane citronnées, les carottes, les branches de céleri, le céleri-rave, les champignons, le chou-fleur, le chou rouge, le concombre, le fenouil, les fèves fraîches, les quartiers d'orange, de pamplemousse et de pomme, le poivron, les radis, les tomates, et, bien qu'elle soit cuite, la betterave. Les éléments sont souvent présentés en assortiment, avec plusieurs sauces, contrairement aux salades composées, qui les associent. L'assiette de crudités peut également comporter un œuf dur à la mayonnaise

► Recette : SALADE.

CRUMBLE Spécialité britannique qui se prépare avec des pommes recouvertes de pâte émiettée.

RECETTE DE PASCAL ORAIN

apple crumble

« Dans une terrine, tamiser 150 g de farine, ajouter 150 g de beurre en morceaux et 150 g de sucre en poudre, et mélanger jusqu'à ce que la pâte ressemble à de la chapelure. Éplucher et épépiner 1,5 kg de pommes. Les couper en quartiers, les disposer dans un plat à rôtir et les recouvrir de la pâte en la saupoudrant. Cuire 30 min au four préchauffé à 210 °C. Servir avec une crème anglaise ou une crème fraîche épaisse. »

CRUMPET Petite crêpe épaisse en pâte levée, sucrée ou salée, de consistance spongieuse, cuite dans un cercle à flan de 7 cm de diamètre. En Angleterre, les crumpets sont servis tièdes et mollets, à l'heure du thé ou au petit déjeuner, avec du beurre fondu ou de la marmelade d'orange.

crumpets au roquefort

Passer au mixeur 250 g de roquefort et 250 g de cheddar. Incorporer au mélange 2,5 dl de béchamel, saler, poivrer et ajouter 1 cuillerée à café de moutarde ; faire fondre au bain-marie. Étaler cette fondue sur de minces tranches de pain de mie taillées dans la longueur du pain. Les rouler. Les dorer au four et les découper transversalement, en tranches de 1 cm d'épaisseur.

CRUSTACÉ Animal à carapace (arthropode) vivant dans l'eau, salée ou douce (voir tableau). Tous doivent être bien vivants lorsqu'on les achète ; ils sont également vendus en caissettes sur de la glace ou déjà cuits. On les trouve aussi surgelés en conserve. Les crabes et les homards les plus lourds sont les meilleurs ; ils doivent posséder leurs pinces.

■ **Emplois.** Les crustacés se préparent de très nombreuses façons : à l'américaine (écrevisse, étrille, homard, langouste, langoustine), en bisque (pour les mêmes crustacés), en friture (crevette et langoustine) ; ils peuvent aussi être pochés au court-bouillon (pour tous) et grillés (homard et langouste). Mais ils se servent aussi en hors-d'œuvre froids : les plus gros sont décortiqués (pattes, pinces et coffre), les petits sont servis entiers ou sans la tête, queue décortiquée. Très appréciés en France, les crustacés le sont également en Extrême-Orient (chips de crevette, beignets de crabe, crabe farci) et en Amérique du Nord (homard grillé, cocktail de crevettes).

L'oursin, bien qu'il soit un échinoderme, est couramment assimilé aux crustacés.

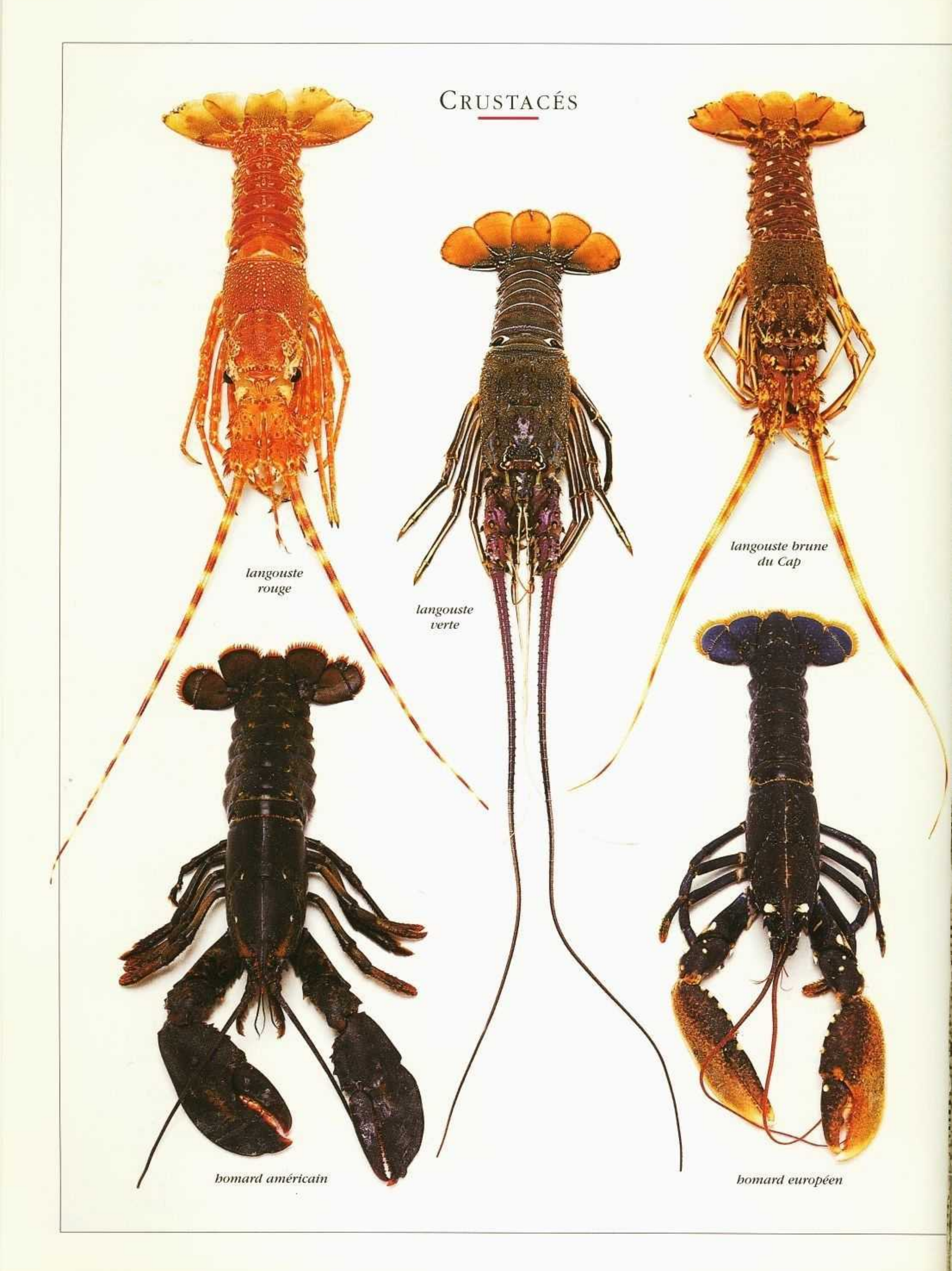
▶ **Recettes** : FARCE, PAIN, PILAF, RAGOÛT.

CUBA LIBRE Cocktail long drink, qui fait partie des highballs (voir COCKTAIL), très consommé dans les pays anglo-saxons et dans les pays latins. Le Cuba libre se prépare avec du rhum Bacardi et du Coca-Cola, et se sert avec une tranche de citron, relevé éventuellement d'un trait d'Angostura.

Caractéristiques des différentes variétés de crustacés marins

variétés	origine	époque	aspect
crabes			
araignée de mer	Atlantique, Manche	avr.-août	12-20 cm, rouge, longues pattes, chair fine
cigale de mer (rare)	Méditerranée	toute l'année	trapu, raccourci, brun-rouge
crabe vert ou enragé	Méditerranée	toute l'année	petit, marron-vert
étrille	Atlantique	mai-août	petit, plat, marron, velouté, chair fine
tourteau	Atlantique, Manche	mai-sept.	corps trapu, grosses pinces, marron-brun, chair un peu farineuse
violet ou figue de mer	Méditerranée	toute l'année	semblable à une pomme de terre ridée, intérieur jaune
crevettes			
bouquet	Bretagne, Vendée	sept.-déc.	7-12 cm, rouge (cuit) ou rose grisé (cru)
chevrette	Bretagne, Vendée	sept.-déc.	5-10 cm, rose (crue)
crevette grise	Atlantique nord	toute l'année	5 cm, brun (cuite) ou grise (crue)
crevette rose nordique	Atlantique nord, Pacifique nord	toute l'année	5-7 cm, rosée (cuite) ou rose grisé (crue)
crevette rose tropicale	Afrique tropicale de l'Ouest, Indonésie, Thaïlande, Guyane et élevage	toute l'année	9-12 ou 15 cm, rose (cuite) ou rose grisé (crue)
homards			
homard européen	Atlantique (côte est), Méditerranée	juin-août	bleu foncé ou clair, rostre droit, chair blanche goûteuse
homard américain	Canada (côte est), États-Unis (nord)	toute l'année	brun avec reflets verts, rostre crochu, parties supérieures orangées, chair blanche, ferme
langoustes			
langouste brune du Cap	Caraïbes, Cuba	toute l'année	rouge-brun, antennes longues
langouste rose	Mauritanie	oct.-déc.	rose, antennes longues
langouste rouge	Europe	mai-août	rouge, antennes courtes
langouste verte	Mauritanie	juin-oct.	bleu-vert, antennes longues avec antennules
langoustine	Europe	avr.-août	rose jaunâtre, premières pinces en forme de prisme
oursin	rochers côtiers de l'Atlantique, Méditerranée	toute l'année	6-8 cm, coquille aplatie, piquants longs, acérés, bruns verdâtres ou violets

CRUSTACÉS



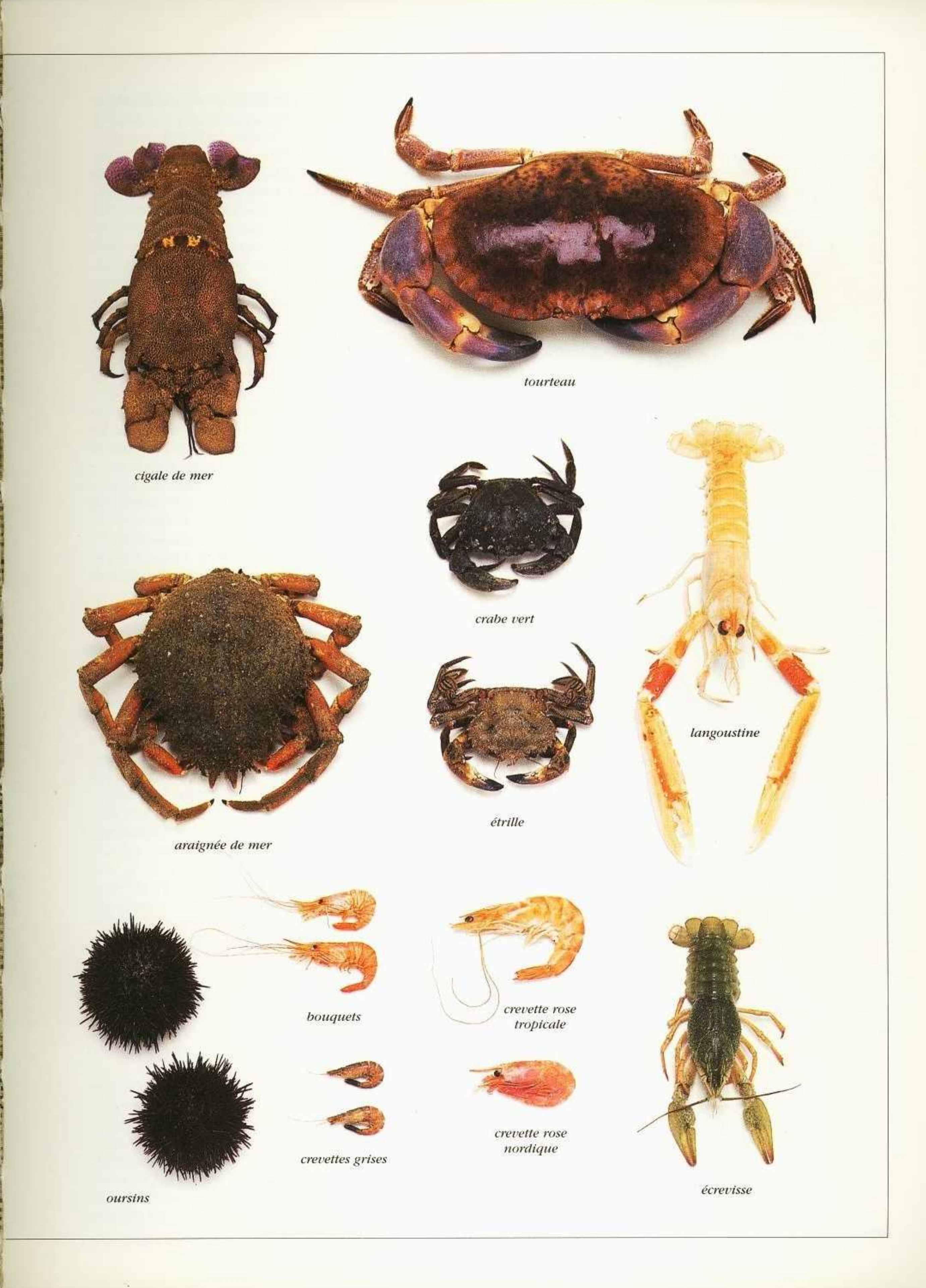
langouste rouge

langouste verte

langouste brune du Cap

homard américain

homard européen



cigale de mer

tourteau

crabe vert

langoustine

araignée de mer

étrille

bouquets

crevette rose tropicale

oursins

crevettes grises

crevette rose nordique

écrevisse

CUCHAULE Pain suisse d'origine fribourgeoise, préparé avec de la farine « fleur », du beurre et du lait, légèrement sucré et parfumé au safran. Le dessus, marqué d'un quadrillage, est doré à l'œuf. La cuchaule est tartinée de beurre et de moutarde de Bénichon (voir ce mot) et se consomme au petit déjeuner, ou avec le vin blanc de l'apéritif.

CUILLÈRE OU **CUILLER** Ustensile formé d'une partie creuse (le cuilleron) et d'un manche plus ou moins long, utilisé pour puiser, manipuler, servir ou déguster des aliments le plus souvent liquides.

■ **Cuillères de table.** Elles sont pour la plupart en métal, du moins pour le cuilleron. Un couvert de table comporte trois tailles de cuillères : la cuillère de table (la plus grande), la cuillère à soupe ou à bouche et la cuillère à dessert. S'y ajoutent des cuillères spéciales : à consommé, à pamplemousse, à huîtres, à œuf à la coque, à sauce, à entremets, à glace, à café, à moka, et d'autres, encore plus spécifiques : à cocktail ou à sirop (à très long manche, dite « diablotin »), à thé.

Les couverts de service comprennent aussi des cuillères spéciales, pour le poisson et la salade (en bois, en corne ou en plastique, qui ne réagissent pas à l'acidité de l'assaisonnement), pour la sauce (à deux compartiments, pour le gras et pour le maigre), pour le sel, la moutarde, le sucre, la confiture, le miel, pour les fruits en salade (à bec verseur), les olives (en bois percé de trous), les fraises, la glace (en métal ajouré).

■ **Cuillères de cuisine.** Leur forme et leur matière sont fonction de leur emploi : cuillères à arroser (petite louche à bec verseur latéral), à ragoût (à bec droit), à goûter (en porcelaine pour ne pas se brûler) [voir LOUCHE, MOUVETTE, SPATULE]. La cuillère à glace sert à remplir les moules à bombe, la cuillère à glace automatique, à mouler des boules pour les coupes et les cornets. Enfin, la cuillère parisienne, dotée d'un petit cuilleron ovale, cannelé ou rond, sert à lever des boules, notamment dans les fruits (pomme ou melon).

CUISINE Local réservé à la préparation des aliments. La cuisine, en tant que pièce distincte, apparaît vers le ve siècle av. J.-C., mais, dans l'Antiquité, elle conserve un caractère religieux : le foyer où cuisent viandes et légumes est aussi l'autel du culte des dieux lares. Les cuisines romaines des grandes demeures sont déjà très bien équipées, avec citerne, évier, four à pain, cavités ménagées dans les plans de travail pour piler les épices, trépieds de bronze.

Dans les châteaux du Moyen Âge, la cuisine est l'une des pièces les plus importantes, et il y règne une activité constante ; très vaste et dotée d'une ou de plusieurs gigantesques cheminées, elle se démultiplie dans de nombreuses annexes (paneterie, fruiterie, échansonnerie, etc.). Dans les maisons bourgeoises et dans les fermes, en revanche, elle demeure souvent la pièce commune, celle où l'on reçoit, où l'on fait la cuisine et où l'on prend les repas.

Sous la Renaissance, les aménagements et le décor se perfectionnent. Sous le règne de Louis XV, où l'art culinaire connaît un véritable renouveau, la cuisine d'une maison noble peut même être luxueuse.

Au XIXe siècle, les progrès techniques – batterie de cuisine et surtout fourneau, puis cuisinière – transforment la cuisine en un véritable « laboratoire », comme l'appellent les grands chefs. Reflet de la société bourgeoise de l'époque, c'est une pièce nettement séparée du reste de la maison, possédant son entrée de service ; elle est parfois située au sous-sol (en particulier dans l'Angleterre victorienne), ou à l'extrémité d'un long couloir. Son aménagement abonde en ustensiles : balance et poids, ménagère, égouttoir, boîtes à épices, série de casseroles, etc. C'est le domaine du « cordon-bleu » ou de la femme au foyer, telle que l'Allemagne la fixe dans le stéréotype des « trois K » (*Kinder*, « enfants », *Kirche*, « église », et *Küche*, « cuisine »).

Dans le domaine professionnel, le XIXe siècle voit l'aménagement, dans les restaurants de plus en plus nombreux, des cuisines-laboratoires équipées de fourneaux, de batteries de cuisine et d'innombrables ustensiles, qui permettent de préparer et de servir des centaines de plats différents. Les grands restaurants de notre époque n'en sont que la version moderne.

Au XXe siècle, les progrès de l'éclairage et du chauffage, les conceptions de la décoration intérieure, puis l'apparition des appareils réfrigérants et de conservation ont progressivement intégré la cuisine dans les pièces d'habitation ; la réduction de l'espace disponible se traduit par des aménagements fonctionnels (apparition du bloc-cuisine, du coin repas).

CUISINE D'ASSEMBLAGE Traitement industriel ou artisanal d'aliments frais destinés à des cuisines périphériques (collectivités, restaurants, etc.) qui les personnaliseront plus tard. Ces produits sont épluchés, parés, détaillés, calibrés, éventuellement cuits ; d'autres sont déshydratés ou lyophilisés (en particulier les fonds et les jus). Toutes ces opérations sont effectuées dans une cuisine centrale, et les conditionnements sont adaptés aux différents produits et aux contraintes de leur utilisation ultérieure. Les produits sont ensuite acheminés vers une cuisine périphérique où le professionnel assure leur finition (assemblage des produits et personnalisation du plat).

CUISINE CLASSIQUE Ensemble des préparations culinaires que tout cuisinier doit connaître et maîtriser. Celles-ci sont codifiées dans le *Guide culinaire* d'Auguste Escoffier, fruit d'importantes recherches de simplification et d'épuration des cuisines complexes d'Antonin Carême, Jules Gouffé, Urbain François Dubois... La cuisine classique est aussi l'héritière de recettes régionales traditionnelles. De nombreux chefs contemporains ont puisé à ce creuset pour créer les plus grands plats de la cuisine contemporaine.

CUISINE FRANÇAISE (HISTOIRE DE LA) Déjà en Gaule, les paysans préparaient des galettes de millet, d'avoine, d'orge et de blé. Bons chasseurs, ils mangeaient du gibier, ainsi que de la volaille et de la viande de porc, dont la graisse servait à d'autres préparations ; devant l'abondance des troupeaux de porcs sauvages qui erraient dans les forêts, ils mirent au point le salage et le fumage pour la conservation de la viande, et leurs

lardarii (« charcutiers ») étaient si réputés qu'ils exportaient leurs cochonnailles jusqu'à Rome. Les repas étaient arrosés de cervoise (bière d'orge), mais aussi de vin dans la région de Marseille où, depuis longtemps, les Grecs avaient introduit la vigne et où l'on importait des vins d'Italie.

■ **Des Romains aux Barbares.** L'influence romaine, avec sa tradition de grande cuisine, fut importante à partir du Ier siècle de notre ère, surtout dans les classes aisées, et les recettes d'Apicius se transmirent jusqu'au Moyen Âge. Les nobles gallo-romains dînaient allongés et appréciaient, comme les Romains, les fèves, les pois chiches, les escargots, les huîtres, le loir farci aux noix et la confiture de violette au miel. La cuisine à l'huile d'olive gagna du terrain, les vergers se développèrent ; des figuiers poussaient dans la petite Lutèce.

La vigne s'implanta partout : les cépages italiens s'acclimatèrent dans le Bordelais, la vallée du Rhône, en Bourgogne, en Moselle ; bientôt, ces vins envahirent les marchés de l'Empire, au détriment des vins romains, avec d'autant plus de succès que les Gaulois avaient inventé le tonneau, qui permettait une meilleure conservation.

Les invasions germaniques, les destructions, l'insécurité plongèrent la Gaule dans une période de pénurie alimentaire tragique : les famines jalonnèrent les débuts du Moyen Âge. Si les nobles mérovingiens ou carolingiens trouvaient sur leur table une grande diversité de gibier assaisonné d'aromates (sanglier, aurochs, renne et même chameau), le peuple se contentait de bouillies d'avoine ; la soupe faite avec les plantes potagères – les « racines » – et enrichie de lard restait le plat de base, et on ne mangeait de la viande qu'exceptionnellement. Les techniques agricoles régressèrent, l'économie devint autarcique ; jusqu'au VIIIe siècle, les produits ne circulèrent plus guère, aggravant la pauvreté.

■ **L'influence de l'Église.** Pourtant, ce qui restait de la culture antique, et notamment sa gastronomie, s'était maintenu dans les familles patriciennes repliées dans leurs manoirs. Les grands ordres monastiques contribuèrent eux aussi à préserver cet héritage. Ils prônèrent le travail manuel et entreprirent un immense travail de défrichage. À l'ombre des abbayes se développèrent les fours, les ateliers et les hostelleries pour pèlerins ; les moines s'attachèrent à sélectionner des cépages, à fabriquer et à affiner des fromages. En outre, le calendrier liturgique imposant de faire maigre plusieurs fois par semaine et pendant les quarante jours du carême, on consommait nombre de poissons de mer et d'eau douce. Carpes, brochets et anguilles étaient même élevés en viviers, et les chasse-marée (voir ce mot) acheminaient poissons et huîtres jusqu'à Paris. Dès lors, les techniques de conservation par salage ou saurissage se développèrent.

Les greniers et les celliers des grandes villes carolingiennes (IXe-Xe siècles) et ceux des abbayes étaient bien garnis, et les banquets fastueux. Dans les campagnes cependant, le potage, bouillon plus ou moins riche trempé de pain, devait souvent servir de repas ; le vin, considéré comme un aliment autant que comme une boisson, était consommé en grande quantité.

■ **L'ouverture de la Méditerranée.** Les structures de la société « féodale » contribuèrent à ramener une relative stabilité sociale. Avec la reprise d'une vie d'échanges apparurent les villes, où une classe nouvelle se développa, celle des « bourgeois », groupe dominant les citadins plus pauvres, compagnons, ouvriers et manœuvres de toutes sortes. La ville demandait un approvisionnement régulier qui entraîna l'essor des foires et des marchés.

Cette époque vit s'intensifier les échanges commerciaux entre nord et sud de l'Europe, tandis que les croisades et les pèlerinages favorisaient les contacts entre l'Europe et l'Orient. De nouveaux produits obtenaient un grand succès : agrumes, fruits secs et épices (cannelle, clou de girofle, garingal, gingembre, noix de muscade, poivre) apparurent sur la table des rois et des seigneurs. Le sucre, considéré alors comme une épice et un médicament, gagna progressivement la cuisine. Les cités médiévales faisaient le bonheur des voyageurs. Tous les métiers de l'alimentation y étaient représentés ; on pouvait faire rôtir son oie chez le rôtisseur et acheter une sauce verte toute prête pour l'accompagner, ou se régaler d'un pâté bien chaud servi à la demande par le pâtissier. Les fromages se consommaient plutôt frais, ou mélangés à des farces ou des hachis.

■ **Des repas de prestige.** Le seigneur devait, de par son rang, tenir table ouverte dans son château : il avait la charge de nourrir sa « maisnie », qui comprenait, outre sa famille, écuyers et vassaux. Les valets « dressaient la table », c'est-à-dire qu'ils installaient dans la pièce commune des tréteaux et des planches. Les convives disposaient d'une cuillère et, parfois, d'un couteau, mais ils n'avaient pas de fourchette : on se servait donc des mets proposés avec les doigts. Le repas, qui comportait de nombreux services, avait pour plats principaux les rôtis, viandes ou poissons, accompagnés de sauces de saison. Venaient ensuite des confiseries et du vin miellé et épicé (hypocras), à la fois doux au palais et digestif. La présentation des mets lors des festins royaux constituait un véritable spectacle : paons dressés avec toutes leurs plumes, pâtés laissant échapper de leurs flancs des nuées d'oiseaux, fontaines déversant des flots de vin.

■ **Les fastes du Grand Siècle.** L'Italie va jouer à cette époque un rôle culturel capital en Europe. On dit souvent que c'est Catherine de Médicis qui, ayant fait venir des cuisiniers italiens, a transformé la cuisine française. Il est plus probable que les deux pays ont mêlé leurs traditions, même si l'Italie a alors légué à la France son goût pour les légumes et les confiseries, les pâtes et les glaces.

Dès les années 1550, les limonadiers italiens avaient appris aux Français à confectionner des sorbets, puis, un siècle plus tard, des glaces. Les plats très épicés eurent moins de succès ; c'est à cette époque que les livres de cuisine se répandirent, le plus connu demeurant celui de François de La Varenne, qui propose des recettes de biscuits et les premiers mille-feuilles.

Sous Louis XIV, le goût de l'apparat était tout-puissant et le service, réglé comme un véritable spectacle, mais le roi appréciait particulièrement la bonne chère.

Sa passion pour les légumes amena l'agronome Jean de La Quintinie à développer la culture sous serre : on obtint des petits pois en mars et des fraises en avril. Les huîtres et l'agneau, particulièrement prisés, donnèrent lieu à des apprêts élaborés ; une sauce devint célèbre, celle du financier Louis de Béchameil, qui rédigeait en vers recettes et préceptes.

Le café, le thé et le chocolat, nouvellement importés, conquirent les faveurs de l'aristocratie, et les médecins disputèrent de leurs avantages et inconvénients. On dégustait ces boissons exotiques dans des établissements spécialisés ; c'est ainsi que s'ouvrit à Paris, en 1686, le *Café Procope*, où l'on consommait aussi des jus de fruits, des glaces et des sorbets, des vins étrangers, de l'hypocras et autres douceurs, comme les pâtes d'orgeat et les fruits confits ou à l'eau-de-vie.

■ **Petits soupers et « parmentière ».** La Régence et le règne de Louis XV furent l'âge d'or de la cuisine française. Dans le même temps, la France des campagnes améliorait lentement sa production et la famine se raréfiait. Le Siècle des lumières allia les plaisirs de la table et ceux de l'esprit. Les grands chefs rivalisaient d'imagination. Ils découvraient la préparation des fonds qui, à partir des sucs de viande, apportent aux sauces leur saveur. La sauce mahonnaise serait apparue à la table du maréchal de Richelieu, qui défit, en 1756, les Anglais à Port-Mahon, capitale de l'île de Minorque ; le pâté de foie gras truffé serait une idée de Nicolas-François Doyen, chef du premier président du parlement de Bordeaux ; le chef de Marie Leszczynska, La Chapelle, prépara pour elle les bouchées à la reine, dont elle se régala, et Marin, maître d'hôtel du maréchal de Soubise, enseigna la manière de dorer les viandes et d'en déglacer le jus.

Ce fut dans les hôtels des riches financiers et dans les premiers restaurants que l'art culinaire s'épanouit. Les marchands de comestibles, les pâtissiers et les confiseurs atteignirent à la perfection ; on apprit aussi à connaître des spécialités étrangères, notamment le *beef-steack*, le cari et le madère. En même temps, le souci d'un ravitaillement régulier fit encourager les méthodes de culture et la conservation des grains. C'est ainsi qu'Antoine Parmentier put publier plusieurs rapports sur la façon d'utiliser la pomme de terre et finit par la faire triompher.

■ **De la Révolution au second Empire**. La Révolution provoqua un bouleversement dans l'évolution de la cuisine française, mais les grands chefs des familles nobles, en ouvrant des restaurants ou en entrant au service de la grande bourgeoisie, contribuèrent à lui donner un nouvel essor. Déjà le chef Laguipière et le gastronome Louis Cussy témoignaient des fastes de l'Empire ; deux tables furent alors particulièrement célèbres, celle de Jean-Jacques Régis de Cambacérès et celle de Charles Maurice de Talleyrand. La littérature gastronomique, « inventée » par Alexandre Grimod de La Reynière et illustrée par Anthelme Brillat-Savarin, joua un rôle important.

Au milieu du XIXe siècle, les chemins de fer assurèrent en outre des approvisionnements plus frais et l'élevage fit des progrès considérables. Autres jalons : les bouillons Duval, sous Napoléon III, formule économique du restaurant ; l'invention de la cuisinière à gaz ; et, plus que jamais, les cafés et les restaurants, dont beaucoup s'installèrent de l'autre côté des barrières d'octroi, dans la campagne proche de Paris.

Après le Palais-Royal, le « Boulevard » devint le centre des restaurants en renom. Joseph Favre fit sa carrière au *Café de la Paix*, puis au *Café Riche ;* Adolphe Dugléré composa de succulents menus pour le *Café Anglais*, où il reçut le roi de Prusse (1867) et le tsar Alexandre II, venus écouter *la Grande Duchesse de Gérolstein*, d'Offenbach.

■ **Le XXe siècle.** La cuisine française s'était désormais affirmée dans le monde entier. Ses chefs régnaient sur les cuisines de Buckingham Palace et du palais d'Hiver de Saint-Pétersbourg comme sur celles des grands hôtels internationaux. Paris devint la capitale de la gastronomie.

La Belle Époque fut celle des Dubois, des Escoffier et des Bignon. L'académie Goncourt organisa son premier dîner en 1903, et Prosper Montagné, le plus célèbre chef, ouvrit le plus luxueux restaurant des Années folles. Mais ce fut aussi la vogue des « bistrots » de quartier, tenus par des Auvergnats et des Périgourdins, et celle des associations gastronomiques.

Après la Seconde Guerre mondiale, les grands classiques du répertoire gardèrent la vedette, célébrant la richesse d'un héritage provincial : blanquette, bouillabaisse, cassoulet, choucroute, tripes, tarte Tatin... En 1971 naquit la « nouvelle cuisine » : finies les sauces épaisses et grasses qui masquent les goûts, chassées les surcuissons et limitées les portions... jusqu'à l'excès. Aujourd'hui, les grands chefs tentent d'associer le meilleur de la tradition et le plus attirant de la création tout en respectant au maximum la saveur des produits (voir CUISINIERS ET CUISINIÈRES D'AUJOURD'HUI).

CUISINER Préparer les aliments pour les rendre consommables et appétissants. Les techniques culinaires de préparation (épluchage, taillage, habillage, etc.) et les divers modes de cuisson permettent de transformer les produits bruts en mets cuisinés. La finition, l'assaisonnement, le décor concourent à leur mise en valeur. Ces diverses opérations demandent souvent un certain temps : une grillade, une assiette de crudités ne sont pas cuisinées.

L'expression « plats cuisinés » concerne des préparations de cuisine réalisées industriellement ou artisanalement et conservées par le froid (surgelés, congelés), en bocal ou en boîte (civets, daubes, tripes, plats en sauce surtout).

CUISINIÈRE Appareil de cuisson fonctionnant au gaz ou à l'électricité et constituant la version moderne du fourneau. Le modèle monobloc traditionnel comprend une table de cuisson et un four, éventuellement indépendant (voir FOUR, FOUR À MICRO-ONDES).

Cuisinière et fourneau – le « piano » du chef – sont longtemps restés synonymes. Édouard de Pomiane défendant, en 1934, la cuisinière à gaz, nouvellement apparue, l'appelait toujours « fourneau ». Peu de temps après, l'électricité allait équiper les réchauds, puis

les cuisinières ; certains modèles cependant, surtout utilisés en milieu rural, sont encore conçus pour fonctionner au bois, au charbon ou au fuel domestique.

Les chefs préfèrent, en général, les feux à flamme apparente, qui se règlent facilement, mais l'électricité chauffe moins les locaux et présente moins de risques. En outre, elle permet une adaptation plus précise de la chaleur aux besoins. Par ailleurs, le milieu légèrement humide qui règne dans un four électrique donne d'excellents résultats, notamment en pâtisserie. Aujourd'hui, les tables de cuisson en vitrocéramique et les plaques électriques à induction se répandent de plus en plus.

■ **Tables de cuisson.** Elles comportent de trois à cinq feux : soit des brûleurs à gaz, soit des plaques électriques, soit une combinaison des deux.

• BRÛLEUR À GAZ. Il est rapide ou ultrarapide (de 2 000-3 000 Kcal/h), simple ou séquentiel (il s'éteint et se rallume automatiquement, permettant un ralenti très souple) et se règle instantanément.

• PLAQUE ÉLECTRIQUE. Elle est dotée d'un thermostat incorporé ou d'un palpeur, qui font que le courant est coupé quand la température souhaitée est atteinte ; le ralenti est facile et contrôlé, mais la puissance maximale ne s'obtient qu'au terme de plusieurs minutes, et le refroidissement prend un certain temps. La plaque électrique ne dégage ni flamme ni fumée, ne noircit pas le fond des casseroles, mais exige des récipients de cuisson à fond épais, plus coûteux.

• TABLE DE CUISSON EN VITROCÉRAMIQUE. Elle est extra-plate et se présente comme une grande plaque de verre opaque, sous laquelle plusieurs éléments chauffants transmettent la chaleur par rayonnement vers des emplacements matérialisés par un tracé.

• PLAQUE ÉLECTRIQUE À INDUCTION. Elle est recouverte d'une céramique et transmet l'énergie d'un générateur électrique – solénoïde – par l'intermédiaire d'un inducteur, qui transforme l'électricité en champ magnétique. Le récipient que l'on pose sur la plaque vient fermer ce champ, ce qui créé de la chaleur sur le fond du récipient, tandis que la céramique reste froide.

■ **Choix d'une cuisinière.** Les cuisinières monoblocs disposent de divers perfectionnements utiles, dont le grilloir, le tournebroche électrique et le système d'éclairage intérieur du four. L'allumage électronique ou électrique pour la cuisinière à gaz s'est généralisé, de même que le programmateur.

CUISINIERS D'AUTREFOIS

Déjà organisés en corporation au Moyen Âge, les cuisiniers constituaient une communauté hiérarchisée. Au XVIe siècle, sous le règne d'Henri IV, celle-ci se morcela en plusieurs disciplines distinctes : les rôtisseurs traitaient la « grosse viande », les pâtissiers, la volaille, les pâtés et les tourtes, et les vinaigriers faisaient les sauces ; quant aux traiteurs, « maîtres queux, cuisiniers et porte-chapes » (la chape étant un couvercle bombé servant à tenir les plats au chaud), ils détenaient le privilège d'organiser noces et festins, collations et repas divers à domicile. Ces chefs cuisiniers, comme on les appelle maintenant, devaient, au terme d'un apprentissage, réaliser un « chef-d'œuvre en chair ou en poisson », et donner six livres à chaque membre de la confrérie.

Les cuisiniers de haut rang furent des personnages révérés ; certains ont été anoblis, comme Taillevent (XIVe siècle) Le plus glorieux fut sans doute Antonin Carême (XIXe siècle). Sous l'Ancien Régime, on distinguait l'officier de cuisine (ou écuyer de cuisine), qui était le chef proprement dit, et l'officier de bouche, qui était le maître d'hôtel, tel Vatel. À partir du XVIIIe siècle, les chefs portèrent un bonnet blanc de grande taille (d'où leur surnom de « gros bonnet ») qui les distinguait de leurs aides. Il semble que la toque ait fait son apparition dans les années 1820. (Au *Savoy* de Londres, les chefs portent traditionnellement une petite toque noire.)

Les saints patrons des cuisiniers et des cuisinières sont Fortunat (évêque de Poitiers et poète renommé du VIIe siècle) et Radegonde (qui fonda un monastère dont Fortunat devint le chapelain), qui lui préparait souvent de superbes repas.

CUISINIERS ET CUISINIÈRES D'AUJOURD'HUI

« Du goût, des idées, du savoir-faire, de la sincérité » : cette devise attribuée à Guy Legay, du *Ritz*, aurait pu être celle de Taillevent ou d'Antonin Carême. Ce qui a vraiment changé, c'est la mythologie de la cuisine. Le « neuvième art », autrefois réservé à un nombre restreint de privilégiés, clients de grands hôtels ou convives des quelques riches maisons, s'est ouvert à un plus vaste public. Le développement de l'automobile, du tourisme et des affaires y est pour beaucoup. Les gastronomes amateurs ont découvert la province, et les cuisiniers de talent ont su adapter des recettes anciennes en utilisant des produits de terroir.

Cordons-bleus et chefs réputés ont, par leur sérieux, conquis une brillante et juste renommée. Comme tout art, celui de la cuisine a ses monstres sacrés, ses chefs-d'œuvre, ses imitations et ses contrefaçons. Les grands cuisiniers d'aujourd'hui sont à la tête de véritables entreprises et se doivent d'être, comme le disait Raymond Thuillier, de l'*Oustau de Baumanière* aux Baux-de-Provence, « des marchands de bonheur », en contact permanent avec leur public. Ils ont acquis une grande ouverture d'esprit et ne sont plus avares de leurs conseils. Ils les publient même abondamment dans leurs livres de recettes et n'hésitent pas à intervenir dans les médias. Dans ce domaine, le précurseur demeure Raymond Oliver (Langon 1909 - 1990), du *Grand Véfour* à Paris, le premier qui ait utilisé la télévision en inaugurant les émissions culinaires où, avec sa science pleine de gentillesse et son accent langonnais, il révélait ses tours de main.

■ **Chefs légendaires et génération montante**. Ces chefs réputés, qu'ils aient ou non repris le flambeau familial, ont souvent appris leur métier chez leurs parents ou auprès d'un cuisinier célèbre, et parfait leur expérience avant de s'affirmer. C'est le cas d'Alex Humbert, chez *Maxim's*, de Gaston Richard, chez *Lucas Carton*, ou de Fernand Point à *la Pyramide* à Vienne. Ces maîtres ont formé des classes entières de cuisiniers : Paul Bocuse à Collonges, Roger Vergé à Mougins, les frères Haeberlin à Illhaeusern, les frères Troisgros à Roanne. Certains grands établissements sont tenus par la deuxième, troisième, voire quatrième génération :

Michel Troisgros à Roanne, Alain Pic à Valence, Paul Haeberlin à Illhaeusern, Jacques Lameloise à Chagny, Jean-André Charial aux Baux-de-Provence.

De nouveaux chefs-patrons se sont affirmés : Joël Robuchon, Guy Savoy, Alain Senderens chez *Lucas Carton*, Alain Dutournier au *Carré des Feuillants*, Jacques Peyrot au *Vivarois*, tous à Paris. La province n'est pas en reste : Roger Vergé, au *Moulin de Mougins*, Georges Blanc, à Vonnas, Bernard Loiseau, à *la Côte d'Or* à Saulieu, Marc Meneau, à *l'Espérance* à Saint-Père-sous-Vézelay, Pierre Gagnaire, à Saint-Étienne puis à Paris, Antoine Westermann, à Strasbourg et, dans cette même ville, Émile Joung, au *Crocodile*, André Daguin, à Auch, Michel Guérard, à Eugénie-les-Bains, Claude Darroze, au *Lion d'Or* à Langon, berceau familial de Raymond Oliver, Alain Ducasse, à l'*Hôtel de Paris* à Monaco puis à Paris, Michel Bras, à Laguiole, Olivier Roellinger à Cancale, Marc Veyrat, à *l'Auberge de l'Éridan*, sur les bords du lac d'Annecy.

Certains chefs ont choisi d'exercer leurs talents à l'étranger, perpétuant ainsi une longue tradition, même si les destinations ont varié en fonction de l'histoire, de la géographie et des cultures. La Grande-Bretagne est la première de ces terres d'acceuil ; l'émigration de cuisiniers commença lorsque les protestants furent contraints de s'exiler lors de la révocation de l'édit de Nantes (1685).

Les précurseurs contemporains dans ce pays furent Albert et Michel Roux, qui eurent le mérite de s'orienter vers la restauration pure quand ils ouvrirent leur premier établissement à Londres en 1967. Le premier dirige le *Gavroche*, dans Mayfair à Londres, le second le *Waterside Inn*, à Bray dans le Berkshire. Leurs fils respectifs prennent la relève. Pierre Koffmann fait résonner de son accent gascon *Tante Claire* à Londres, et Raymond Blanc excelle dans son *Manoir aux Quatre saisons*, à Great Milton dans l'Oxfordshire.

Et que dire de ceux qui officient dans les palaces londoniens : Michel Bourdin, au *Connaught*, digne de Mr Dunas, son prédécesseur en ces lieux, le sage et discret Bernard Gaume du *Carlton Tower*, le Suisse Anton Mossiman, qui fut longtemps au *Dorchester* et dirige aujourd'hui son club privé de Piccadilly, Peter Kromberg, à l'*Intercontinental Hotel*, et Nico Ladenis, au *Nico* du *Grosvenor House Hotel* dans Park Lane. Tous ces cuisiniers ont permis à de jeunes talents anglais d'évoluer : il suffit de citer John Burton Race de l'*Ortolan*, à Shinfleld dans le Berkshire.

Certains pays francophones se distinguent particulièrement : la Suisse avec Fredy Girardet, à Crissier, et Adolph Lockbergen, à *l'Auberge du Raisin* à Cully ; la Belgique, avec Pierre Wynants au *Comme chez soi* de Bruxelles et Gert Van Hecke, disciple d'Alain Chapel, au *De Karmeleit* à Bruges.

Quant au Nouveau Monde, les grands chefs en sont les nouveaux conquérants : Georges Perrier, au *Bec fin* à Philadelphie, Jean-Louis Paladin, au *Watergate* à Washington, Daniel Boulud, au *Boulud* à New York.

■ **Femmes et cuisinières.** Longtemps, les femmes se sont vu refuser un rôle professionnel en cuisine, bien que leur influence ait été déterminante dans le domaine de la gastronomie régionale et bourgeoise. Ces temps sont révolus et nul ne peut s'en plaindre. Au fil du temps, de grandes dames ont su s'imposer, s'affirmant comme les dignes descendantes des « mères lyonnaises », admirablement représentées par la « mère Blanc » et la « mère Brasier », dont le plus illustre élève n'est autre que Paul Bocuse. Adrienne Biasin, chez *la Vieille* à Paris, ne voulut jamais qu'on l'appelât autrement. Mme Castaing, au *Beau Rivage* à Condrieu, demeure célèbre pour ses quenelles Nantua, et Suzanne Caglia, au *Paladin* à Marseille, restera une des grandes « mères marseillaises ».

Aujourd'hui, quelques jeunes femmes se distinguent, à commencer par Ghislaine Arabian, qui tient avec talent le prestigieux *Ledoyen*, les sœurs Egloff à Forbach et Olympe Versini à Paris. On peut regretter qu'elles ne soient pas plus nombreuses.

CUISSE-DAMES Petit beignet suisse, oblong et parfumé au kirsch. En Romandie, les rouleaux de pâte sont frits à grande huile, ce qui les fait gonfler et se fendre dans le sens de la longueur. En Ajoie, les cuisses-dames portent le nom de pieds-de-biche.

CUISSON Opération culinaire consistant à rendre, grâce à l'action de la chaleur, un aliment comestible plus appétissant et savoureux, et à favoriser sa conservation. Beaucoup de fruits et de légumes peuvent se manger crus, ainsi que dans certains cas la viande, le poisson et les œufs, mais la plupart de ces produits sont cuits.

On peut leur appliquer huit techniques de cuisson : la friture, la grillade, le rôtissage, le sauté, la fricassée, le bouilli (immersion dans l'eau ou exposition à la vapeur), le braisage et le poêlage (voir tableau).

Enfin, certains aliments doivent obligatoirement être cuits avant d'être consommés : les féculents, l'asperge, la pomme de terre, le coing…

■ **Rôles de la cuisson.** Ils sont beaucoup plus variés qu'on ne l'imagine habituellement.

• MODIFICATION DES COMPOSANTS. La cuisson modifie les composants biochimiques des produits (par ramollissement, coagulation, gonflement ou dissolution. Les produits deviennent alors soit consommables (riz, farine), soit plus faciles à absorber.

Ainsi, la cuisson des légumes et des fruits entraîne la décomposition des pectines et des sucres complexes comme l'amidon, ce qui rend ces aliments plus mous et plus digestes.

La cuisson des viandes et des poissons modifie d'abord leur couleur (passage du cru au cuit à 62 °C), puis la quantité de jus qu'ils contiennent (passage du stade juteux au sec à 68 °C). Selon le temps et la température, la cuisson détruit également le tissu conjonctif (collagène) des viandes et contribue à leur tendreté.

• TRANSFORMATION DE L'ASPECT EXTÉRIEUR. La cuisson transforme superficiellement certains types d'aliments, par coloration (gratins, grillades, rôtis, légumes glacés, sucres) ou par gonflement (pains, soufflés).

• RÉDUCTION OU EXTRACTION DES SUCS ET DES PRINCIPES NUTRITIFS. Ces transformations se font soit par concentration (en saisissant rapidement l'aliment dans un

liquide bouillant ou dans un corps gras chaud pour emprisonner tous les sucs), soit par expansion (en laissant les sucs se diffuser dans un liquide qui s'imprègne de toutes leurs saveurs et qui, à son tour, pénètre l'aliment) ou encore par voie mixte (dans un braisé, par rissolage suivi de mouillement). La digestibilité est fonction de la proportion de matières grasses cuites. Le mode de cuisson joue sur cette digestibilité et la valeur nutritionnelle des produits.

• DÉVELOPPEMENT DE L'ARÔME ET DES SAVEURS. La cuisson développe le goût des ingrédients ; elle peut aussi atténuer celui-ci lorsqu'il est excessif (acidité, amertume) ; les condiments, la garniture aromatique, le vin dans la sauce ajoutent leurs saveurs propres, qui s'unissent à celles des ingrédients de base, grâce aussi à une macération, au flambage, à la réduction.
• ÉLIMINATION D'ÉLÉMENTS NOCIFS. Selon la température, la chaleur détruit une partie des micro-organismes.

Caractéristiques des différents modes de cuisson

modes	matériel, milieu, température	produits	phénomènes en surface	phénomènes à cœur	températures (°C) sortie	températures (°C) fin *	temps
frire	friteuse (huile,	viande,	coagulation,	rosé	48	58-60	selon volume
	autres matières	poisson,	coloration	juteux	52-56	62-68	des pièces à cuire
	grasses) :	œuf	rapide	sec	60-70	70-80	
	170-220 °C			croquant	100	100	
		légume	coloration	cuit	80-100	100	
			croquant	croquant	100	100	
griller	gril (peu de	viande rouge	coagulation	bleu	45	56-58	2 min par face **
	matières grasses) :		rapide,	saignant	50	58-60	3 min par face
	200-250 °C		coloration,	rosé	52-54	60-62	4 min par face
poêler	poêle (matières	viande rouge,	marquage	à point	56-60	63-68	6 min par face
	grasses) :	blanche, poisson	(gril)	bien cuit	>62	>68	>6 min par face
	150-200 °C	œuf sur le plat,	blanc coagulé	peu cuit	62	66	45-90 s
		en omelette, brouillé	jaune coagulé	cuit	75	85	45-90 s
		légume	coloration	cuit	85-90	90-100	long
rôtir	four air chaud :	viande rouge,	1- coloration	bleu	35-40	54-56	1 : 15-20 min
	220-250 °C;	blanche,	2- montée	saignant	40-45	56-58	2 : selon
	four à air pulsé :	volaille	température	rosé	45-50	60	l'épaisseur
	180-220 °C ;		à cœur	à point	60	62-68	
	four vapeur :			bien cuit	65	70-80	
	50-100 °C,	poisson		cuit	50	65-68	
	180-220 °C	légume	cuisson	cuit	100	100	10-25 min
fricasser	poêle, sauteuse (huile) : 120-140 °C	viande blanche	coagulation	cuit, juteux	90-100	62-68	moyen
sauter	sauteuse (huile : marquage coloration ;	viande rouge	coloration, marquage	cru	30-35	/	15-20 min
	jus ou sauce : finition) : 90-100 °C ; Cocotte-Minute (105-107 °C)	viande blanche	1- coagulation 2- cuisson	cuit, sec	/	95-100	1-4 h selon tendreté des morceaux
braiser	sauteuse, cocotte,	viande rouge,	1- coloration	cru	25	/	15-20 min
	Cocotte-Minute : 90-220 °C	blanche, poisson, légume	2- cuisson (jus, sauce)	cuit, sec	/	95-100	1-3 h selon tendreté des muscles
bouillir et pocher	cocotte, marmite, Cocotte-Minute : 90-100 °C	viande rouge, blanche, poisson	cuisson (eau, sauce, jus)	cuit, sec	100	100	1-4 h selon tendreté des morceaux
	Cocotte-Minute, marguerite (eau, jus) : 102-107 °C	légume œuf, poisson, quenelle	cuisson	cuit	100	100	3-25 min

** Les températures de fin de cuisson correspondent au temps de repos du produit qui permet à la chaleur de diffuser à cœur après la sortie de l'appareil de cuisson.*
*** Les temps indiqués correspondent à la cuisson de pièces de viande de 25 mm d'épaisseur.*

■ **Milieux de cuisson.** Quatre milieux permettent de regrouper tous les modes de cuisson.

• Eau. Immersion dans l'eau froide ou bouillante ; pochage à légers frémissements ou cuisson à gros bouillons ; blanchiment rapide ou petite ébullition prolongée dans tous les liquides ; à la vapeur, aromatique ou non ; au bain-marie ; à couvert ou à découvert ; avec ou sans trempage préalable.

• Corps gras. En grande ou petite quantité (poêlage, sauté, friture) ; à feu vif ou doux ; enrobé ou non.

• Air libre. Par contact direct avec la flamme ou la chaleur (à la broche, sur un gril, sous la cendre), ou dans un milieu de chaleur sèche (four).

• Vase clos. Dans un récipient couvert, parfois hermétiquement clos, avec un mouillement, le plus souvent après un rissolage, toujours dans un milieu aromatique, parfois sans aucun corps gras.

■ **Temps de cuisson.** La cuisson, dont le temps est très variable (voir tableau), peut être accélérée par certains appareils (voir AUTOCUISEUR, FOUR À MICRO-ONDES). Dans certains cas, elle doit être minutée avec précision (pochage, rôti) ; dans d'autres, elle peut au contraire se prolonger sans inconvénient (mijotage) ; parfois, on l'arrête alors que l'aliment est encore partiellement cru (steak saignant).

■ **Cuisson sous vide.** Cette technique récente de traitement des aliments est encore réservée aux professionnels (industriels, restaurateurs) en raison de la complexité de l'équipement et du savoir-faire qu'elle requiert. Elle est à la fois différente et complémentaire des huit autres modes de cuisson, dans la mesure où elle utilise certains d'entre eux pour la coloration ou la coagulation préalable de l'aliment (grillage, sauté ou vapeur) et s'apparente par sa forme et sa durée à la cuisson en vase clos et au mijotage.

Elle se pratique à température précise, le produit étant placé dans un sac en plastique rétracté sous vide pour améliorer les échanges thermiques. Une fois cuit par immersion ou aspersion dans l'eau, l'aliment conserve ses arômes et il se trouve à l'abri des oxydations et des contaminations.

CUISSON-EXTRUSION Procédé récent de traitement de certains produits alimentaires, qui confère à ceux-ci une texture légère. Ces produits sont fortement poussés par une presse à travers une filière ; à la sortie, la décompression entraîne une forte expansion, qui va leur donner leur consistance particulière. La cuisson-extrusion est appliquée aux céréales du petit déjeuner, à divers biscuits pour l'apéritif, à certains aliments pour animaux...

CUIVRE Oligoélément, présent en petite quantité dans l'organisme humain, qui facilite l'absorption et le transport du fer, la synthèse du collagène et de l'élastine, la production des mélanines. Le cuivre est apporté par les céréales complètes, les légumes verts, le foie, le chocolat, les coquillages et les crustacés. Le cuivre intervient dans les processus de fermentation en favorisant le développement de certains micro-organismes ; il participe ainsi à l'apparition des ouvertures (les « trous ») dans les fromages à pâte pressée cuite.

CUIVRE [MÉTAL] Métal rouge utilisé traditionnellement pour certains ustensiles de cuisine spécialisés. Le cuivre présente en effet l'avantage d'être un excellent conducteur de la chaleur. En revanche, il se couvre très rapidement, sous l'action de l'humidité, de vert-de-gris et détruit la vitamine C. L'intérieur des ustensiles en cuivre doit donc être recouvert d'une couche d'étain pur, qu'il faut renouveler régulièrement.

Pour pallier tous ces inconvénients, on a généralisé l'emploi, depuis une dizaine d'années, des articles en cuivre inoxydable bilaminé. Cet alliage d'une feuille de cuivre et d'une feuille d'Inox soudées par écrasement à chaud est très résistant et facilite l'entretien. Il est idéal pour la cuisson au beurre ou à l'huile et pour la préparation des sauces et de tous les plats mijotés.

CUL-DE-POULE Bassine hémisphérique servant surtout à battre les blancs d'œuf au fouet. Autrefois en cuivre non étamé, le cul-de-poule est aujourd'hui en acier inoxydable, voire en matière plastique ; on peut aussi y préparer divers appareils de pâtisserie.

CULOTTE Dénomination ancienne d'un morceau de l'arrière du bœuf ou du veau (voir planche de la découpe des viandes pages 128, 129 et 1 083).

La culotte de bœuf correspond à la partie antérieure du gîte à la noix et à la partie postérieure du romsteck, comportant l'aiguillette, morceaux qui sont aujourd'hui très souvent isolés lors de la séparation de la cuisse et de l'aloyau. La culotte de bœuf se traitait en braisé, en daube ou en pot-au-feu ; aujourd'hui, certains de ses muscles fournissent des biftecks.

La culotte de veau correspondait au quasi et à une petite partie de la sous-noix ; c'était une pièce de haut de gamme, souvent cuite non désossée. Aujourd'hui, elle est détaillée en tranches à griller ou à poêler.

La culotte de mouton ou d'agneau est un morceau de demi-gros constitué des deux gigots non séparés.

CULTIVATEUR Nom d'un potage clair de légumes taillés assez grossièrement, cuits avec de la poitrine de porc salée. C'est la version « restauration » de la soupe aux légumes et au lard. Elle est servie avec le lard de poitrine maigre détaillé en petits dés, éventuellement sur de minces tranches de pain de campagne.

CUMBERLAND [SAUCE] Sauce froide aigre-douce de la cuisine anglaise, mélange de porto avec du jus d'orange et de citron, de la moutarde, de la gelée de groseille et des échalotes. La sauce Cumberland est servie avec la venaison, le jambon et le mouton.

▶ **Recette** : SAUCE.

CUMIN Plante aromatique, de la famille des ombellifères, originaire du Turkestan, répandue dans le bassin méditerranéen depuis longtemps et introduite en Europe à l'époque chrétienne. Ses graines oblongues, striées et hérissées de poils, possèdent une saveur chaude, piquante et un peu âcre.

Le cumin est aujourd'hui cultivé dans les pays méditerranéens, mais aussi en Allemagne du Nord, en Russie et jusqu'en Norvège.

Chez les Romains, il aromatisait les sauces, servait à conserver les viandes et accompagnait le poisson grillé. Les recettes du Moyen Âge en faisaient grand usage (voir COMINÉE).

Aujourd'hui, le cumin condimente le pain (surtout en Europe de l'Est), ainsi que certaines charcuteries et quelques fromages.

▶ **Recettes** : AUBERGINE, BÂTONNET.

CUP Boisson alcoolisée, à base de fruits et de vin, préparée dans une grande coupe (voir COCKTAIL). Les cups furent particulièrement en vogue au cours des années 1950, dans les cocktails et les soirées dansantes. Ils se composent de fruits (agrumes pelés, cerises à l'eau-de-vie, poire, pêche, banane, etc.) macérés dans un mélange de liqueur, d'alcool et de vin (blanc, rouge ou mousseux), voire de cidre, de bière ou de champagne. Ils se servent frappés, dans des verres ballons, des coupes ou des gobelets à jus de fruit.

cider cup

Dans un pichet de 2 litres, mélanger 1 verre de calvados, 1 verre de marasquin, 1 verre de curaçao, 1 litre de cidre doux ; ajouter 1 gros morceau de glace et 1 orange pelée coupée en tranches ; terminer avec du Schweppes, remuer doucement et garnir de fruits de saison en petits morceaux.

Saint-James cup

Dans une grande cruche, faire fondre 200 g de sucre avec 1/4 de litre d'eau. Ajouter 1/2 litre de cognac, 1/2 litre de rhum, 1 verre de curaçao, 1 litre de thé froid très fort et de la glace pilée. Au moment de servir, mélanger avec 1 bouteille de cidre bouché.

CURAÇAO Liqueur d'orange, fabriquée à l'origine par les Hollandais avec l'écorce des fruits (bigarades en particulier) qui poussaient sur l'île de Curaçao, dans les Antilles néerlandaises. Devenue populaire, la liqueur fut produite par de nombreux distillateurs dans le monde entier. Très aromatique, elle se consomme en digestif.

Le curaçao s'emploie pour aromatiser les soufflés et les fruits rafraîchis, pour imbiber des biscuits et des génoises, et pour confectionner les crêpes Suzette ; il intervient en cuisine (canard à l'orange) et dans la préparation de nombreux cocktails.

CURCUMA Plante herbacée des régions tropicales, de la famille des zingibéracées, utilisée comme épice ou comme colorant, et dont la variété la plus appréciée vient du Bengale. On en extrait la curcumine (E 100), qui colore les produits laitiers, la confiserie, les boissons et les moutardes. Réduit en poudre, le rhizome du curcuma, plus amer que le safran mais aussi coloré, entre dans la composition du cari.

Le curcuma est principalement utilisé en Asie du Sud-Est et en Inde pour apprêter le riz, les légumes secs, les sauces piquantes, les plats de poisson et de coquillages.

CURÉ NANTAIS Fromage vendéen de lait de vache (40 % de matières grasses), à pâte pressée non cuite et à croûte lavée (voir tableau des fromages français page 496). Le curé nantais se présente sous la forme d'un carré aux angles arrondis de 180 à 200 g, et il a une pâte tendre au goût prononcé.

CURNONSKY (MAURICE EDMOND SAILLAND, DIT) Écrivain, journaliste et gastronome français (Angers 1872 - Paris 1956). Venu à Paris en 1891 pour y faire des études littéraires, il décida vite de vivre de sa plume. Comme il cherchait un pseudonyme, Alphonse Allais lui suggéra, l'heure étant à l'amitié franco-russe, « pourquoi pas "sky" », ce qui fut immédiatement traduit en latin : *Cur* (« pourquoi ») *non* (« pas ») *sky*. Collaborant à divers journaux, il devint surtout l'un des « nègres » de Willy, premier mari de Colette et auteur fécond de romans et de pièces. Avec son ami Toulet, autre nègre de Willy, il publia, sous le pseudonyme de Perdiccas, plusieurs ouvrages à succès *(Demi-Veuve, Métier d'amant)*. Ces travaux le firent connaître dans le milieu de l'édition, et il prêta sa plume au fantaisiste Dranem, ainsi qu'au duc de Montpensier.

■ **Le prince des gastronomes.** Curnonsky mit finalement son expérience, son talent d'homme de lettres et son solide appétit d'Angevin au service de la gastronomie quand il entreprit, en 1921, avec son ami Marcel Rouff, la rédaction de la série des vingt-huit opuscules de *la France gastronomique*. Ce tour de France de deux « gastronomades » (le néologisme est de lui) initia des milliers de lecteurs aux richesses gourmandes du terroir. Aussi, quand la revue *le Bon Gîte et la Bonne Table* organisa, en 1927, un référendum pour élire le « prince des Gastronomes », la couronne échut à Curnonsky.

Avec sa taille de 1,85 m et ses 120 kg, « Sa Rondeur » a laissé, tant chez *Maxim's* que chez *Weber* ou à la *Closerie des Lilas*, dont il était un habitué, le souvenir d'un appétit très solide. On lui doit *les Recettes des provinces de France, le Trésor gastronomique de la France* (avec Austin de Croze, 1933) et *les Fines Gueules de France* (avec Pierre Andrieu, 1935). Il fut également le fondateur et le premier président de l'Académie des gastronomes (1930). Il pratiquait volontiers l'aphorisme à la manière de Brillat-Savarin. Mais il chercha surtout à redonner du prestige à la cuisine bourgeoise et provinciale, par opposition à la sophistication de certains grands restaurants parisiens.

■ **De la Bretagne à la retraite.** Pendant la Seconde Guerre mondiale, Curnonsky trouva refuge à Riec-sur-Belon, chez Mélanie Rouat, l'une de ses « découvertes », qui tenait un petit hôtel-restaurant dont il avait fait la renommée et où il continua d'écrire. On cite de lui cette distinction mi-culinaire, mi-politique de ses compatriotes : « L'extrême droite n'admet que la grande cuisine des banquets diplomatiques ; la droite aime la cuisine familiale traditionnelle, les vieilles liqueurs et les plats mijotés ; le centre apprécie le régionalisme et pratique les restaurants ; la gauche s'en tient à la cuisine sur le pouce (omelette et tranche de jambon), mais pratique le gastronomadisme ; et l'extrême gauche rassemble les amateurs d'exotisme. »

Curnonsky revint à Paris dans les années 1950 pour connaître jusqu'à sa mort (il tomba d'une fenêtre située au 3e étage) une gloire sans partage. Pour ses quatre-vingts ans, le 12 octobre 1952, sur l'initiative de la revue *Cuisine et Vins de France* (qu'il avait fondée en 1946) et de Robert Courtine, quatre-vingts restaurateurs d'Île-de-France apposèrent dans leur salle, à la place que le « Prince » occupait habituellement, une plaque de cuivre portant ces mots : *Cette place est celle de Maurice Edmond Sailland Curnonsky, Prince élu des Gastronomes, Défenseur et Illustrateur de la cuisine française, Hôte d'honneur de cette maison.*

CUSSY (LOUIS, MARQUIS DE) Préfet du palais sous l'Empire et gastronome renommé (Coutances 1766 - Paris 1837). Dans *les Classiques de la table* (1843), il consacre des pages pleines d'intérêt à la « gastronomie historique » ; dans un article intitulé *Quelques corrections acceptées par M. Brillat-Savarin*, il donne une nouvelle formulation de l'aphorisme XV (« On devient cuisinier, on naît rôtisseur »), qu'il modifie en : « On devient cuisinier, on devient rôtisseur, on naît saucier ».

Les cuisiniers lui ont dédié, entre autres apprêts, une garniture pour petites pièces de boucherie sautées ou volailles braisées (fonds d'artichaut remplis de purée de champignon et gratinés, surmontés de rognons de coq et de lamelles de truffe, nappés d'une sauce au porto ou au madère).

▶ **Recette** : SALPICON.

CUVÉE Quantité de vin d'une appellation donnée et de la même année, provenant d'une cuve ou de l'assemblage de plusieurs cuves. L'expression « tête de cuvée », ou « première cuvée », désigne les meilleurs vins d'une récolte.

CYR (RENAUD) Cuisinier québécois né en 1931 à Saint-Quentin (Nouveau-Brunswick). Après des études à l'École des métiers de Montréal, il effectua des stages en France, notamment dans la région de Bordeaux. De retour dans son pays, il innova en enrichissant la cuisine française traditionnelle de produits typiquement locaux. Il a toujours affirmé vouloir « faire de grandes choses avec peu de choses ». Il a contribué à former de jeunes cuisiniers, comme Laurent Therrion ou Marcel Bouchard, qui donnent actuellement à la gastronomie québécoise ses lettres de noblesse.

CYRNIKI Croquette polonaise au fromage blanc, qui fait aussi partie de la gastronomie russe. Le fromage blanc est mélangé avec des œufs entiers, puis avec de la farine, du sel et du poivre. Cette pâte malléable est ensuite abaissée et découpée en triangles ou en palets de 2 cm d'épaisseur sur 5 cm de large, que l'on farine avant de les dorer à la poêle dans du beurre. Les cyrniki (ou cierniki) se consomment en hors-d'œuvre chaud, avec de la crème aigre. On peut aussi les pocher et les servir avec du beurre fondu, ou les présenter en timbale, avec du fromage râpé et du beurre.

D

DACQUOISE Gâteau originaire du Sud-Ouest, également appelé « palois » (les Dacquois sont les habitants de Dax, les Palois ceux de Pau), constitué de deux ou trois disques de pâte meringuée aux amandes (mélangées éventuellement avec des noisettes, de la noix de coco, des pistaches), séparés par des couches de crème au beurre diversement parfumée, et poudré de sucre glace. Le fond à dacquoise est une variante du succès, à mi-chemin entre la meringue et le biscuit.

On associe souvent les fonds de dacquoise à des crèmes, des mousses, des ganaches ou des bavarois pour leur donner un certain croquant.

dacquoise au café

Battre 8 blancs d'œuf avec 1 pincée de sel ; dès qu'ils moussent, y incorporer peu à peu 200 g de sucre semoule et 2 sachets de sucre vanillé, et les monter en neige très ferme : ils deviennent brillants. Ajouter alors 150 g d'amandes en poudre et 80 g de noisettes mondées hachées en soulevant la préparation à la spatule, sans battre. Préchauffer le four à 170 °C. Beurrer 3 cercles à flan de 22 cm de diamètre, les poser sur une tôle à pâtisserie beurrée et répartir la pâte dans les 3 cercles. Cuire 20 min. Préparer une crème au beurre au café avec 250 g de sucre cuit au boulé dans 1 dl d'eau, 8 jaunes d'œuf, 250 g de beurre et 1 cuillerée à soupe d'essence de café. Démouler les disques de pâte et les laisser refroidir. Griller au four 100 g d'amandes effilées. Mettre la crème au beurre dans une poche munie d'une grosse douille cannelée et recouvrir deux des disques de pâte d'une couche épaisse. Les empiler et les coiffer du dernier disque non garni. Parsemer le dessus de la dacquoise d'amandes effilées grillées et poudrer de sucre glace.

DAIKON Plante potagère ressemblant à une rave, très cultivée en Extrême-Orient, que l'on appelle aussi « radis du Japon », ou « radis de Satzouma ». Sa grosse racine blanche charnue peut atteindre 1 m et peser plusieurs kilos. Au Japon, on la consomme crue, détaillée en lamelles ou en rubans pour garnir des salades, ou râpée, pour accompagner le poisson notamment ; cuit, le daikon (ou *dai-co*) s'utilise comme le navet (finement émincé dans les potages surtout). On le fait aussi confire dans du sel.

DAIM Petit ruminant des régions tempérées, de la famille des cervidés, appelé faon jusqu'à 6 mois, puis hère jusqu'à 1 an ; le mâle est adulte après son troisième changement de bois. Sa chair au goût sauvage doit être marinée dans un vin très alcoolisé riche en tanin ; elle s'apprête comme celle du cerf. La viande de la femelle et des sujets jeunes, au goût moins prononcé, peut être rôtie. Au Québec, on pratique l'élevage du daim pour en commercialiser la viande, notamment en Estrie, région située à l'est de Montréal.

DAÏQUIRI Cocktail au rhum et au citron vert, additionné d'un peu de sirop de sucre, généralement présenté dans un verre givré, et éventuellement allongé d'eau gazeuse (voir COCKTAIL).

DAL Terme générique hindi, signifiant « légumineuse » et s'appliquant à toutes sortes de pois et de haricots. Étant donné l'importance des repas végétariens dans les cuisines indienne, pakistanaise et cinghalaise, les dal y tiennent une place prépondérante, car ils constituent une source de protéines indispensables.

■ **Emplois.** Les dal les plus courants sont au nombre de trois. Le *mung dal* (haricot doré ou pois-canne aux Antilles) a des graines vertes, brunes ou rouges ; on le

mange frais, cru en salade, sauté au beurre (au ghee), mélangé avec du riz, du poisson cuit ou de la viande en ragoût, en purée pour épaissir sauces et condiments. L'*urid dal* a des graines noires ; séché, réduit en poudre, il sert à préparer galettes et bouillies. Le *maisur dal* (petite lentille rose), cuit et moulu, sert surtout à faire des beignets.

L'apprêt le plus simple du dal consiste à le cuire à l'eau en l'épiçant de curcuma, de gingembre râpé et de piment (ou de cumin et de coriandre) et à le servir avec une purée d'oignon relevée de graines de moutarde. On ajoute souvent à cette préparation du riz ou des pommes de terre et des amandes effilées.

DAMASSINE Variété de petite prune oblongue et mordorée, très appréciée en Suisse, et notamment en Ajoie, pour l'eau-de-vie que l'on en tire par distillation. On en fait aussi d'excellentes tartes.

DAME BLANCHE Nom de divers entremets où dominent le blanc ou les couleurs pâles. Il s'agit notamment de glace à la vanille, servie avec de la crème fouettée et une sauce au chocolat en contrepoint ; on peut également lui associer des fruits au sirop et de l'alcool.

La dame blanche est aussi une pâtisserie faite d'une génoise fourrée de crème et de fruits confits, masquée de meringue italienne, une île flottante au citron ou une glace aux amandes.

▶ **Recette** : PÊCHE.

DAME-JEANNE Grosse bouteille de verre ou de terre, pouvant contenir jusqu'à 50 litres de liquide. Généralement entourée de vannerie, la dame-jeanne servait traditionnellement au transport des vins et spiritueux. Dans le Bordelais, sa contenance est de 2,5 litres environ (entre le magnum et le double magnum) ; les rapports étroits que cette région entretint avec l'Angleterre expliquent que « dame-jeanne » se dise *demijohn* en anglais, par déformation du terme français.

DAMIER Gâteau fait d'une génoise parfumée au rhum, fourrée et masquée de crème au beurre pralinée ; le tour est parsemé d'amandes effilées, et le dessus décoré en damier.

DAMPFNUDEL Entremets sucré allemand et alsacien. La Dampfnudel se compose de rondelles de pâte levée, cuites au four et servies avec de la compote, des fruits au sirop, de la confiture ou une crème à la vanille, ou poudrées de sucre et de cannelle. On peut aussi fourrer les Dampfnudeln de marmelade d'abricot au rhum et les replier en leur donnant la forme de petits chaussons. À l'origine, ils n'étaient pas sucrés et accompagnaient la salade verte.

DANABLU Fromage danois de lait de vache (entre 50 et 60 % de matières grasses), à pâte persillée et à croûte blanchâtre (voir tableau des fromages étrangers page 498). Le danablu se présente souvent en meule de 2,5 à 3 kg, mais peut avoir d'autres formes. C'est le plus célèbre des fromages du type des bleus. Créé avant la Première Guerre mondiale, il a une saveur forte et un peu piquante.

DANEMARK La cuisine danoise, solide et toujours abondante, est riche en crème et en beurre. Le hareng, la viande de porc et la pomme de terre y règnent en maîtres.

■ **Poissons et viandes.** Au Danemark, le hareng s'accommode, dit-on, de près de soixante façons : mariné, confit au vinaigre, en sauce épicée, poêlé... Il est toujours présent dans les célèbres « assiettes nordiques », composées aussi de saumon, d'anguille, d'œufs de poisson et accompagnées de crème au raifort.

La viande est préparée en ragoût, rôtie ou hachée : échine de porc farcie aux pruneaux et aux pommes, rôti de porc à la couenne croustillante et *bakkebiff* (bifteck haché aux oignons nappé de sauce brune). La volaille reste un plat de fête, avec le poulet farci au persil, le canard ou l'oie rôtis. Les légumes d'accompagnement sont souvent les pommes de terre caramélisées et le chou pommé, braisé, ou le chou frisé bouilli, puis haché et nappé de crème.

■ **Buffets.** Le déjeuner des Danois s'organise autour d'un buffet froid *(kolt bord)* composé de spécialités nationales : *frikadeller* (boulettes de viande hachée avec de l'oignon et liée avec des œufs), tranches de pâté de foie, salades de crevettes, de concombre, œufs brouillés au bacon ou à l'anguille fumée, beignets de cervelle, rôti de porc. Tous ces plats sont invariablement accompagnés de tranches de pain bis ou noir, beurrées, les *smörrebröd,* que l'on garnit au gré des envies. Un des plus célèbres canapés, composé de pain de seigle surmonté d'une tranche de pâté de foie, d'une tranche de lard, d'une rondelle de tomate, d'une couche de gelée, le tout parsemé de raifort râpé, porte le nom du non moins célèbre Hans Christian Andersen.

Les fêtes de Noël, qui dans toute la Scandinavie débutent le 13 décembre, jour de la Sainte-Lucie, sont l'occasion de se réunir pour déguster l'oie ou le canard farcis aux pommes et aux pruneaux, et du riz au lait à la crème fouettée qui cache une amande, comme nos gâteaux des Rois cachent une fève.

■ **Desserts.** Dans ce domaine, les fruits rouges et la pomme ont la part belle : flan aux cerises, pudding aux fruits, *roedgroed* (gâteau fait de compote de pomme recouverte de chapelure mêlée de beurre fondu et dorée, couronné de crème fouettée). Certaines pâtisseries sont très populaires, comme ces gros chaussons feuilletés et fourrés ou la traditionnelle *kransekange,* une gigantesque pièce montée faite de couronnes de pâte d'amande empilées qu'on orne de fruits confits et de décors en sucre glace. Enfin, les Danois préparent à la maison des gâteaux secs, tels les *brune kager* (aux épices, aux amandes et à la cassonade), des pains d'épice et des sablés au beurre.

▶
Danemark. Saumons traditionnels.
Cet homme vérifie régulièrement le degré de fumage des poissons.



DANICHEFF Nom d'une salade composée, associant une julienne de fonds d'artichaut cuits au blanc, de champignons crus et de céleri-rave blanchi avec de fines rondelles de pomme de terre et des pointes d'asperge. La salade, assaisonnée d'une mayonnaise liquide, est décorée d'œuf dur, de truffe et de queues d'écrevisse.

DÃO Grande région du Portugal, dont vingt mille hectares sont plantés en vignes. Le Dão produit surtout des vins rouges tanniques. Les meilleurs crus proviennent de coteaux situés entre 200 et 500 mètres d'altitude, au sol très granitique. Certains d'entre eux se sont améliorés au point d'être comparés à des bourgognes.

DARBLAY Nom du potage Parmentier lorsqu'il est garni d'une julienne de légumes, lié de jaunes d'œuf et de crème, puis agrémenté de cerfeuil.

▶ **Recette** : POTAGE.

DARIOLE Petite pâtisserie cuite dans un moule à peine évasé, également appelé « dariole », qui s'emploie aussi pour préparer les babas individuels, des flans, des cakes, des gâteaux de riz ou des gâteaux de légumes. En cuisine, la dariole est soit une tartelette au fromage, soit une sorte de petit flan au fromage.

DARNE Tranche épaisse, taillée à cru, transversalement, dans un gros poisson (merlu, saumon, thon). Le dictionnaire de l'Académie des gastronomes oppose la « darne » à la « dalle », tranche mince ou escalope de poisson. Darnes et dalles se préparent pochées, braisées ou grillées ; les dalles se font aussi sauter.

DARPHIN Nom donné à un apprêt de pommes de terre taillées en fins bâtonnets et cuites à la poêle, puis au four, de manière à obtenir une galette épaisse, dorée sur les deux faces, mais moelleuse au centre (**voir** tableau des apprêts de pommes de terre page 833).

▶ **Recette** : POMME DE TERRE.

DARTOIS Hors-d'œuvre chaud ou pâtisserie, formé de deux bandes de feuilletage enfermant une garniture sucrée ou salée.

DARTOIS SALÉS

dartois aux anchois

Préparer une pâte feuilletée et une farce de poisson. Détailler la pâte en deux bandes rectangulaires de taille et d'épaisseur égales. Additionner la farce de beurre d'anchois ; en masquer l'une des bandes en réservant 1 cm de pâte tout autour. Garnir de filets d'anchois à l'huile. Recouvrir de nouveau de farce, puis de la seconde bande de feuilletage. Coller les bords en les pressant bien. Cuire 25 min au four préchauffé à 240 °C.

dartois aux fruits de mer

Préparer 400 g de pâte feuilletée. Pocher 5 min 8 langoustines au court-bouillon. Pocher 8 noix de saint-jacques 6 ou 7 min avec 1 dl de vin blanc, 1,5 dl de crème, 1 belle échalote épluchée et hachée, du sel et du poivre. Égoutter les langoustines, décortiquer les queues, les tronçonner. Égoutter les noix de saint-jacques, les couper en dés. Ajouter 50 g de crevettes décortiquées et réchauffer le tout au beurre. Flamber au calvados ou au marc, verser sur le mélange le jus de cuisson des coquilles Saint-Jacques et lier de 1 bonne cuillerée à soupe de beurre manié. Procéder ensuite comme pour le dartois aux anchois.

DARTOIS SUCRÉS

dartois à la confiture d'abricot

Préparer 500 g de pâte feuilletée et la mettre 1 heure dans le réfrigérateur. La séparer en deux masses et abaisser celles-ci en deux rectangles de 15 cm de large sur 25 cm de long et 3 mm d'épaisseur. Poser l'un des rectangles sur la tôle à pâtisserie et le garnir de confiture d'abricot (400 g). Le recouvrir avec le second rectangle de feuilletage et cuire 15 min au four préchauffé à 220 °C. Poudrer de sucre glace, faire caraméliser 5 min et servir tiède de préférence.

dartois à la frangipane

Préparer 500 g de pâte feuilletée et la mettre 1 heure dans le réfrigérateur. Préparer la frangipane : ramollir 100 g de beurre à la spatule de bois ; mettre dans une terrine 2 jaunes d'œuf avec 125 g de poudre d'amande, 125 g de sucre semoule, 1 sachet de sucre vanillé et le beurre en pommade, et bien mélanger. Couper la pâte feuilletée en deux rectangles de 25 cm de long et de 15 cm de large. Procéder ensuite comme pour le dartois à la confiture d'abricot.

DARTOIS OU **D'ARTOIS** Nom de divers apprêts sans doute dédiés au comte d'Artois, futur Charles X. La garniture Dartois pour grosses pièces de boucherie est composée de carottes et de navets tournés et glacés, de cœurs de céleri braisés et de pommes de terre rissolées, dressés en bouquets autour de la viande. La crème Dartois est une purée de haricots blancs garnie d'une légère julienne de légumes ; le baron d'agneau Dartois est entouré de croustades de pommes de terre garnies de petits pois, et servi avec une sauce madère.

DASHI Fond de bouillon à base de konbu (algues) et de bonite séchée, diversement aromatisé (shiitakes ou petits poissons séchés), très utilisé dans la cuisine japonaise. Le dashi peut être sucré pour les mets à l'aigre-doux, relevé de saké, de sauce ou de pâte de soja, ou garni de légumes finement émincés.

DATTE Fruit du palmier-dattier, se présentant en régime (**voir** planche des fruits exotiques pages 502 et 503). Brune et charnue, longue de 4 cm environ, la datte est très riche en sucre et contient également du calcium, du potassium, du phosphore, du magnésium et des vitamines (B1, B2, PP), qui en font un aliment de l'effort physique et un tonique du système nerveux. Les Grecs l'utilisaient dans des sauces de viande ou de poisson et en faisaient des pâtisseries variées.

Originaire du golfe Persique, le dattier, « arbre de vie » des Chaldéens (qui se nourrissaient de ses fruits et de ses bourgeons, se désaltéraient avec sa sève, tissaient ses fibres et brûlaient les noyaux comme combustible), est aujourd'hui intensivement cultivé dans le Maghreb, en Égypte et en Arabie. Seules quelques variétés sont exportées en Europe, notamment la datte muscade de Tunisie, à peau lisse et fine, ainsi que la *balawi*, très sucrée, et la *khaleseh* à peau brun-orangé, très parfumée. Les dattes sont vendues soit en vrac, au poids, sur les tiges du régime, soit en boîtes.

■ **Emplois.** En France, la datte est surtout consommée comme une friandise, souvent fourrée ou glacée. La cuisine du Maghreb en fait un emploi bien plus diversifié, notamment dans les tajines et les couscous doux, dans les ragoûts de volaille et les plats épicés au cari, et même pour farcir le poisson (alose). En pâtisserie, son rôle est également important : beignets, nougats, dattes confites et confiture. La sève du dattier produit un « vin » grisâtre et doux, qui fermente rapidement et devient pétillant ; cette boisson rafraîchissante est aussi consommée en Inde, où la datte entre en outre dans la confection de sauces épicées, de sucreries et de galettes. En Iraq, on utilise son jus pour condimenter les soupes et les salades de crudités.

DAUBE Mode de cuisson de la viande et de la volaille et, par extension, de certains légumes, voire du thon. Les éléments cuisent à l'étouffée, avec un fond et des aromates. Le mot « daube », sans autre qualificatif, désigne une pièce de bœuf braisée au vin, plat réputé dans plusieurs provinces méridionales.

▶ **Recettes** : CHOU PALMISTE, DINDE, DINDON ET DINDONNEAU, JOUE, RAVIOLE, THON.

DAUBIÈRE Récipient de cuisson en terre, en fonte ou en cuivre étamé, servant à la préparation des daubes, estouffades et longs mijotages. Originellement destinée, comme la braisière, à la cuisson dans les braises, la daubière a un couvercle à rebord élevé, sur lequel on plaçait des braises ou de l'eau bouillante. On l'utilise aujourd'hui pour les longues cuissons au four.

DAUDET (LÉON) Écrivain et journaliste français (Paris 1867 - Saint-Rémy-de-Provence 1942). Membre de *l'Action française* dès 1907, dont il devient alors, avec Charles Maurras, le principal animateur, polémiste impénitent, il fut aussi l'un des plus grands gastronomes de son époque. Dans *Paris vécu*, Léon Daudet évoque la vie parisienne à travers les restaurants et les cuisiniers. Il était un client assidu du restaurant *la Grille*, « vrai bistrot » où les journalistes de *l'Humanité* et ceux de *l'Action française* se côtoyaient devant le miroton et le petit salé. Mais il fréquentait aussi *la Tour d'Argent*, où il discutait avec son ami Babinsky des mérites d'une salade de chicorée, « légèrement pulvérisée à l'absinthe », pour accompagner le foie gras ; sa description de Frédéric découpant un canard au sang est restée célèbre. Chez *Weber*, il décrit Marcel Proust, « un jeune monsieur aux regards de faon, emmitouflé dans un énorme paletot », se faisant servir du raisin ou des poires.

Membre fondateur de l'Académie Goncourt, il organisa le déjeuner au cours duquel fut décerné le premier prix Goncourt, en 1903. Ce premier déjeuner eut lieu au *Grand Hôtel*, les suivants chez *Champeaux*, au *Café de Paris*, puis chez *Drouant*, et Daudet, jusqu'à sa mort, en composa tous les menus avec un soin jaloux. Il fut également le chantre des cuisines lyonnaise (et du Beaujolais, « troisième fleuve de Lyon ») et provençale.

Persuadé que « la meilleure thérapeutique à tous les maux, c'est la bonne alimentation », il devenait lyrique quand il rencontrait un cuisinier qui le comblait, telle « madame Génot », sa restauratrice préférée (rue de la Banque), qui était « à la gastronomie ce que Beethoven est à la musique, Baudelaire à la poésie et Rembrandt à la peinture ».

DAUMONT (À LA) Nom d'une garniture très opulente, datant de la Restauration (et sans doute dédiée au duc d'Aumont), destinée principalement aux gros poissons braisés (alose, saumon, turbot). Elle associe des quenelles de poisson, des lames de truffe, des queues d'écrevisse Nantua, des champignons de Paris et des laitances panées et frites.

Aujourd'hui, cette appellation concerne des apprêts de poisson un peu simplifiés, ainsi qu'un apprêt d'œufs mollets ou pochés, où l'on retrouve écrevisses et champignons, accompagnés d'une sauce Nantua.

▶ **Recette** : SOLE.

DAUPHIN Fromage de lait de vache (entre 45 et 50 % de matières grasses) du Hainaut français, à pâte molle et à croûte lavée (**voir** tableau des fromages français page 497). Il se présente sous diverses formes (baguette, cœur, croissant, écu, poisson). La pâte du dauphin est la même que celle du maroilles, mais elle est aromatisée au persil, à l'estragon, au poivre et à la girofle, et a une saveur relevée.

Créé à la fin du XVIIe siècle, sous Louis XIV, le dauphin doit son nom à un acte du roi, exemptant les charretiers de Maroilles de la dîme d'un denier au profit du Dauphin, perçue à Cambrai sur chaque chariot venant du Hainaut belge.

DAUPHINE (À LA) Se dit de légumes traités comme les pommes dauphine (céleri-rave ou aubergine, par exemple). Si la purée obtenue est trop aqueuse, on la dessèche au four (notamment pour les courgettes).

Les pièces de viande « à la dauphine » sont servies avec une garniture de pommes dauphine.

▶ **Recette** : RISSOLE.

DAUPHINE (POMMES) Apprêt de pommes de terre réduites en purée, additionnées de pâte à choux, façonnées en boules et cuites à grande friture. Les pommes dauphine accompagnent viandes ou gibiers grillés ou rôtis. Cet appareil peut s'enrichir de fromage râpé ou de jambon de Bayonne, notamment pour faire des croquettes (**voir** LORETTE).

▶ **Recette** : POMME DE TERRE.

DAUPHINÉ **Voir pages 384 et 385.**

Dauphiné

LE DAUPHINÉ RÉUNIT LES DÉPARTEMENTS DE LA DRÔME (NYONS, VALENCE), DE L'ISÈRE (GRENOBLE) ET DES HAUTES-ALPES (GAP). LIMITÉE À L'OUEST PAR LE RHÔNE ET À L'EST PAR DES MASSIFS PRÉALPINS, LA RÉGION S'OUVRE AU SUD, AVEC LES BARONNIES, VERS LE MIDI. DE L'AUTRE CÔTÉ DU RHÔNE, LE VIVARAIS CORRESPOND ESSENTIELLEMENT AU DÉPARTEMENT DE L'ARDÈCHE (PRIVAS).

Le brassage des châtaignes, dans le Vivarais, se fait à intervalles réguliers pour favoriser le séchage. Ce fruit fut longtemps à la base de l'alimentation.

Entre la rigueur de la montagne et l'ensoleillement des vallées qui bordent le Rhône, la diversité géographique de cette région explique la variété de ses productions. Du nord au sud, on y pratique l'élevage de vaches et de moutons, la pêche de truites et d'écrevisses, la chasse du gibier, mais aussi la récolte de champignons, la culture des oliviers, des amandiers et de la vigne. La Chartreuse parle de liqueur et le Diois de clairette. En remontant les étroites vallées du Vivarais, on accède au pays des châtaigniers, dont les fruits font pendant aux noix « de Grenoble » (qui bénéficient d'une AOC). Dans cette région de vergers, cerises, abricots, pêches, pommes, poires mûrissent sous le soleil méridional, tandis que les noyers recouvrent la vallée du bas Grésivaudan.
La cuisine dauphinoise est avant tout rustique. Cela tient sans doute aux hivers rigoureux et à la nécessité de « faire avec ce que l'on a », c'est-à-dire, le plus souvent, avec les légumes récoltés ici et les produits laitiers. Pommes de terre, bettes, cardons, potiron sont donc cuisinés de préférence en gratin, le plus illustre exemple étant le gratin dauphinois (pommes de terre et crème) cuit longuement au four. Les farcis de l'Oisans sont aussi typiques de ce goût pour les légumes apprêtés simplement, avec œufs et fines herbes, tout comme les pâtés de légumes ou encore les tourtons aux herbes, et, surtout, les ravioles de Royans, poches de pâte farcies de persil, gruyère et saint-marcellin frais.
Gratin toujours, pour les queues d'écrevisse ; cette recette de cuisine ménagère fait aujourd'hui figure de plat de luxe. Mais, si les écrevisses sont aujourd'hui moins abondantes, l'Ardèche aux cent rivières est là pour offrir ses truites, perches et brochets.
Autre apprêt traditionnel de la région : la daube. Viande de bœuf, de mouton et d'agneau mijotent, ensemble ou séparément, avec des accompagnements aussi divers que les légumes, les olives ou les anchois, ou encore le lard.
Les spécialités charcutières et les abats sont également très appréciés avec, par exemple, les célèbres gras-doubles et les caillettes.
Les volailles sont fameuses, tant par leur qualité, avec le dindonneau de Crémieu et le pintadeau de la Drôme, que par l'originalité des recettes : la poularde en vessie ou le poulet aux écrevisses, mélange étonnant de saveurs. L'Ardèche est aussi un pays de chasse, et l'on y sait l'art et la manière d'accommoder au mieux le gibier.
Le Dauphiné et le Vivarais savent enfin se régaler de pâtisseries, avec la pogne, une grosse brioche, et le gâteau aux noix de Grenoble, ou grâce à ces entremets parfumés avec l'une des liqueurs du pays : célèbre chartreuse ou génépi.

SOUPES ET LÉGUMES

Soupe de Tullins, cousinat
Les soupes sont lentement mijotées, comme la soupe de Tullins au bouillon de veau avec jarret et nombreux légumes, ou la riche soupe dauphinoise à base de bouillon de veau, d'oignons, poireaux, carottes, tomates, haricots blancs, oseille, feuilles de bettes crème fraîche et beurre ! On prépare aussi des soupes au riz et au thym, au chou, à l'oignon ou au fromage, sans oublier le cousinat, soupe ardéchoise aux châtaignes, avec pommes et pruneaux.

Pountis, crozets
Les pommes de terre sont très largement utilisées : sautées à cru avec de l'ail et un filet de vinaigre, en tarte au lard et au fromage, en criques (galettes) ; ou encore en pountis (pommes de terre écrasées avec du lait), en rioles ou crozets, des quenelles de pomme de terre au fromage, pochées et gratinées.

POISSONS

La cuisson au bleu, à la meunière ou au vin blanc tire le meilleur parti des

nombreuses ressources des cours d'eau, mais il faut aussi mentionner les quenelles et les soufflés, ainsi que la matelote des mariniers du Rhône, au vin blanc, avec anguille, truite et barbeau. Quant à la bouillée du Rhône, elle mélange poissons, écrevisses, tomates, champignons, vin blanc, lardons et câpres et se sert avec des croûtons au beurre d'anchois.

VIANDES, ABATS ET CHARCUTERIE

Daubes, grillade marinière, veau à la marmotte
On savoure les daubes, dauphinoises ou du Vivarais, de bœuf ou de veau, la grillade marinière (une estouffade de bœuf en tranches avec oignons, ail et anchois pilés) ou les côtes de veau à la marmotte, piquées de lard et de filets d'anchois, puis sautées avec oignons et nombreux aromates variés.

Deffarde, pieds de cochon, tripes de mouton
Les abats sont bien utilisés : la deffarde de Crest est un ragoût de pieds et tripes d'agneau en terrine cuisinés avec vin blanc, tomates et aromates. Les pieds de cochon, désossés, farcis et mis en crépinettes, sont cuits au vin blanc. Les tripes de mouton sont roulées en paquets et mijotent avec des pommes de terre, du lard et des oignons.

Saucisses et saucissons
La charcuterie se distingue avec le saucisson de campagne haché gros, la saucisse au chou de Serre-Chevalier ou le murçon au fenouil. Le sabodet, enfin, est un saucisson fait de tête, de langue et de chair de porc.

VOLAILLES ET GIBIER

Le poulet se consomme tout simplement rôti ou en sauté avec des gousses d'ail en chemise. Les poussins dauphinois sont, en fait, des volailles de petite taille ; ils se cuisent à la sauteuse avec vin blanc et morilles. L'abondance du gibier permet de multiplier les recettes : le sanglier est cuisiné en civet ou en hure, le marcassin offre de succulentes côtelettes à griller. Le lièvre et le garenne donnent le confit de lapereau, le lièvre aux olives ainsi que des terrines.

FROMAGES

Citons les picodons, qui bénéficient d'une appellation d'origine, le rogeret et le pélardon du Vivarais, ainsi que des tommes voisines de celles de Savoie, le saint-marcellin, aujourd'hui de vache, le bleu de Sassenage, à pâte persillée, originaire du Vercors.

PÂTISSERIES

Confiserie, ruifard, couve et suisses de Valence
La confiserie offre les pruneaux fleuris de Sahune, le touron au miel de Gap, le marron glacé et la crème de marron de Privas ou le nougat de Montélimar. Le ruifard du Valbonnais est une tourte garnie de pommes, poires et coings, le poutringue est une simple tranche de pain sur laquelle cuisent des prunes, la couve de Crest, une galette découpée en forme de poule couveuse, alors que les suisses de Valence, sorte de biscuits, prennent la forme de petits bonshommes.

CARTE

ENTRÉES

◆◆◆

Caillettes ardéchoises, PAGE 189

Perdreau à la coque, PAGE 783

Raviolis aux herbes, PAGE 890

PLATS

◆◆◆

Écrevisses grillées au beurre d'ail, PAGE 418

Poularde dauphinoise, PAGE 852

Cailles aux cerises, PAGE 186

Grives à la bonne femme, PAGE 548

Gras-double à la voironnaise, PAGE 540

LÉGUMES

◆◆◆

Gratin dauphinois, PAGE 541

Cèpes au gratin, PAGE 228

DESSERTS

◆◆◆

Mont-blanc, PAGE 681

Pognes de Romans, PAGE 812

Délice aux noix, PAGE 394



Beauchastel, adossé à la montagne et entouré de vergers, est l'un des petits villages charmants proches de la route longeant le Rhône.

DAUPHINOISE (À LA) Se dit d'un apprêt de pommes de terre au gratin (voir tableau des apprêts de pommes de terre page 833). Le « vrai » gratin à la dauphinoise (celui du « pays des quatre montagnes » : Lans-en-Vercors, Villard-de-Lans, Autrans et Sassenage) ne contient ni fromage, ni lait, ni œufs, mais uniquement des pommes de terre à chair jaune coupées en « taillons » (rondelles) et de la crème fraîche, dans un plat à gratin frotté d'ail et beurré. Néanmoins, le gratin dauphinois se fait souvent avec un mélange d'œuf, de lait et de crème, que l'on verse sur les rondelles en les parsemant de fromage râpé. Le gratin savoyard, lui, se fait avec des couches de pommes de terre alternant avec du beaufort râpé et des noisettes de beurre, le tout étant recouvert, pour finir, de bouillon.

► Recettes : GRATIN, POULARDE.

DAURADE ROYALE ET **DORADES** Poissons de mer à reflets dorés ou argentés, de la famille des sparidés, appelés aussi « brème de mer » (voir planche des poissons de mer pages 820 et 821). Les Anciens, qui les appréciaient beaucoup, les cuisinaient avec des sauces relevées et les accompagnaient de fruits. Ce sont des poissons maigres (80 Kcal pour 100 g), riches en magnésium. En France, seule la daurade royale peut s'orthographier « au » (voir tableau).

• DAURADE ROYALE (ou vraie daurade). Elle se pêche en Méditerranée et dans le golfe de Gascogne, mais elle est aussi élevée en aquaculture. Mesurant de 30 à 50 cm, elle pèse jusqu'à 3 kg. Ses écailles sont argentées, et elle porte un croissant doré entre les yeux. Plus elle est fraîche, plus elle est brillante. Sa chair, très blanche, fine, serrée et moelleuse, est excellente.

• DORADE ROSE. Elle provient surtout de l'Atlantique et peut peser jusqu'à 3 kg. Elle est plutôt dorée, avec des nageoires roses et une tache noire près des ouïes. Sa chair est moins serrée et plus sèche, mais savoureuse.

• DORADE GRISE. Elle est grisâtre et sans reflets et mesure de 20 à 40 cm pour un poids de 300 à 2 kg. Elle a une chair un peu moins fine que les autres dorades, mais, très répandue, elle présente l'avantage d'être bien meilleur marché.

Les dorades fraîches sont vendues entières et vidées ; elles ont des écailles nombreuses, larges et collantes. On trouve aussi des filets surgelés. La dorade se mange grillée, rôtie, pochée ou cuite à la vapeur d'algues. Dans les pays méditerranéens, on la fait rôtir à la broche et on l'accompagne de pois chiches ou de haricots. C'est le poisson par excellence du sashimi.

RECETTE DE JEAN ET PAUL MINCHELLI

daurade royale braisée aux quartiers de pomme

« Écaillez une daurade de 800 g, videz-la en réservant le foie, puis essuyez-la. Épluchez 3 échalotes, 1 petit bulbe de fenouil et 1 oignon ; hachez-les. Écrasez 2 gousses d'ail en les laissant en chemise. Blanchissez le zeste d'un citron vert ; coupez le citron en rondelles. Disposez dans un plat à rôtir un lit de brindilles de fenouil séché et les 2/3 du bulbe de fenouil ; ajoutez le hachis d'échalote et d'oignon, l'ail, le zeste et des queues de persil. Mouillez de 1/4 de litre de fumet de poisson, de 1 cuillerée d'huile d'olive et de 2 cuillerées de rhum blanc. Portez à ébullition. Incisez trois fois le poisson sur une seule face et glissez par les ouïes les rondelles de citron et le reste du fenouil. Épluchez 1 pomme et coupez-la en huit. Posez la daurade sur les légumes et entourez-la des morceaux de pomme et du foie. Enduisez-la d'huile, salez et poivrez. Cuisez 20 à 25 min au four préchauffé à 160 °C. Disposez la daurade sur un plat, avec les morceaux de pomme et les lamelles de fenouil. Passez le jus de cuisson au chinois et faites-le réduire à feu vif. Versez-le en saucière et servez. »

►
Daurade royale au citron confit
Recette voir page 388.

Caractéristiques des différentes variétés de dorades

variétés	provenance	période	aspect	caractéristiques de la chair
grise ou griset	golfe de Gascogne, Méditerranée	toute l'année	gris argenté, reflets bleutés	blanche, délicate, maigre, peu ferme
pageot commun	golfe de Gascogne, Méditerranée	sept.-nov.	rose foncé, tache rougeâtre à la base des nageoires pectorales	blanche, plutôt ferme, assez goûteuse
rose ou pageot rose	golfe de Gascogne, Mauritanie, Afrique	toute l'année	brun rougeâtre, tache noire à l'origine de la ligne latérale partant au-dessus des ouïes	assez ferme, parfumée
royale ou daurade royale	golfe de Gascogne, Méditerranée	mai-oct.	bande dorée entre les yeux, écailles grises, tache noire au-dessus des ouïes	délicate, ferme, parfumée
	en aquaculture	toute l'année	bande dorée entre les yeux, écailles grises, tache noire au-dessus des ouïes	délicate, ferme, parfumée, mais un peu moins que la sauvage



daurade royale au citron confit

Écailler et vider 1 grosse daurade et pratiquer sur son dos de légères entailles. Huiler un plat à gratin, le garnir de 8 tranches de citron confit à l'huile. Y poser la daurade, saler, poivrer. Ajouter 1 petite poignée de graines de coriandre ; garnir de 6 tranches de citron confit. Arroser de 2 cuillerées à soupe de jus de citron et de quelques cuillerées d'huile d'olive ; cuire 30 min au four préchauffé à 230 °C, en arrosant plusieurs fois. (**Voir** photographie page 387.)

dorade farcie au fenouil

Écailler une dorade de 1,5 kg environ, la vider par les ouïes, la laver, l'éponger ; saler et poivrer. L'ouvrir par le dos, de part et d'autre de l'arête centrale ; sectionner celle-ci au niveau de la tête et de la queue et la retirer. Mouiller de lait 250 g de mie de pain rassise. La presser puis lui ajouter 1 bulbe de fenouil très finement émincé, 2 cuillerées à soupe de pastis, 1 cuillerée à soupe de jus de citron, un peu de laurier et de thym émiettés. Garnir le poisson de cette farce et le ficeler comme une ballottine, pas trop étroitement. Beurrer un plat à gratin, le parsemer de 2 échalotes hachées. Poser la dorade dessus. Mouiller de vin blanc (ou d'un mélange de vin et de fumet) jusqu'au tiers de la hauteur, arroser d'huile d'olive et cuire 30 min au four préchauffé à 250 °C, en arrosant de temps en temps. Protéger le poisson d'un morceau de papier d'aluminium en fin de cuisson, pour qu'il ne se dessèche pas.

dorades à la meunière

Écailler, vider et ciseler sur le dos des dorades de petite taille (pas plus de 600 g chacune). Les saler, les poivrer et les rouler dans la farine. Les secouer légèrement pour en faire tomber l'excédent. Chauffer du beurre dans une poêle et y dorer les poissons sur les deux faces. Les égoutter, les dresser sur un plat long, les parsemer de persil ciselé, les arroser de jus de citron et les tenir au chaud. Ajouter un peu de beurre dans la poêle de cuisson, le faire blondir (beurre noisette) et le verser mousseux sur les poissons. Servir aussitôt.

filets de dorade à la julienne de légumes

Lever les filets d'une dorade de 1,8 kg environ. Préparer une julienne de légumes avec 2 blancs de poireau, 4 branches de céleri effilées, un demi-bulbe de fenouil et 2 navets nouveaux ; l'étaler dans un plat à gratin beurré. Saler et poivrer les filets, les replier en deux et les disposer dans le plat. Arroser de crème fraîche et de jus de citron ; cuire au four préchauffé à 220 °C, en couvrant le plat d'une feuille de papier d'aluminium.

DÉBARRASSER Changer une préparation de récipient en la transvasant de l'ustensile de cuisson (sauteuse, casserole, marmite) dans celui de préparation (calotte, bahut, plaque à débarrasser) pour la laisser refroidir ou la réserver.

En restauration, débarrasser une mise en place, c'est retirer du fourneau ou d'un poste de travail tous les ustensiles qui s'y trouvaient pendant le service.

DÉCANTER Transvaser un liquide trouble après l'avoir laissé reposer le temps que les impuretés en suspens se déposent.

On décante le beurre clarifié (après qu'il est fondu et écumé), un bouillon, un fond, un bain de friture après utilisation.

On décante une viande cuite dans un fond ou une sauce en la retirant du récipient ; le liquide de cuisson, passé au chinois pour éliminer la garniture aromatique et éventuellement lié, sert alors à réaliser une sauce, puis viande et sauce sont réunies pour un dernier mijotage.

On décante parfois un vin en le transvasant délicatement dans une carafe, afin de laisser quelques heures se développer ses arômes s'il est jeune ou d'éliminer le dépôt qui s'est formé dans la bouteille au cours du vieillissement ; cependant, cette opération provoque une oxydation violente qui, dans certains cas, est néfaste pour le vin, surtout s'il est vieux.

DÉCOCTION Extraction des principes d'une substance par ébullition. Le produit (plante aromatique, légume, viande, etc.) est plongé dans de l'eau, qui bout plus ou moins longtemps : c'est ainsi qu'on obtient les bouillons de viande et de légumes, les courts-bouillons et les extraits aromatiques.

DÉCORATION Ensemble des opérations visant à parfaire la présentation des mets, notamment des plats froids (apprêts en bellevue, aspic, chaud-froid, poisson en gelée, à la parisienne, etc.), des viandes et volailles (dressées avec leur garniture spécifique), des salades composées et des pâtisseries et entremets.

Absente de la cuisine régionale, franche et sans apprêt, servie souvent dans le plat de cuisson, la décoration était surabondante dans la « cuisine de cour » : celle de Taillevent, au XIVe siècle, avec ses oiseaux reconstitués et ses couleurs symboliques, ou celle d'Antonin Carême, au XIXe, avec ses pièces montées architecturales.

Aujourd'hui, elle repose surtout sur l'utilisation d'ingrédients naturels et comestibles, de couleurs et de formes différentes, employés en contraste ou en harmonie. Conditionnée par les mets à mettre en valeur, le temps d'exécution, les circonstances et les éléments dont on dispose, elle fait appel à des techniques précises, mais aussi à la créativité de chacun, pour flatter la vue avant l'odorat et le goût.

La décoration des mets est toujours prévue et organisée (éléments préparés, transformés, mis en place, plats de dressage disponibles, etc.). La palette du cuisinier est bien fournie en couleurs (vert d'épinard, de cresson, rouge de betterave, de radis, œufs de lump rouges ou noirs, jaune et blanc d'œuf, etc.), et ce dernier peut varier les formes et les volumes (dés, cubes, boules, fer rouge sur un meringage, quadrillage sur les grillades, etc.) en jouant sur toute une gamme de consistances (solide, poudreuse, granuleuse, moelleuse, gélatineuse). Les cuisiniers japonais et chinois sont particulièrement attachés à l'aspect décoratif des mets ; le découpage des légumes ou du poisson, notamment, s'élève chez eux au niveau d'un art.

De nombreux éléments de décoration sont comestibles, même si on ne les mange pas toujours :
– citrons et oranges cannelés pour poissons à la meunière, escalopes viennoises, canard à l'orange ;
– cresson en bouquets pour grillades et rôtis ;
– fleurons en feuilletage, dents de loup, croûtons pour viandes en sauce, poissons bonne femme, épinards ;
– œufs durs hachés ou en rondelles pour salades, hors-d'œuvre ;
– persil frais pour poissons et hors-d'œuvre ;
– pommes de terre duchesse, paille, en nid, en panier ;
– tomates en rondelles, en éventails ou en « roses », estragon, peau de citron, pelure de pomme rouge, radis, truffe, mayonnaise, etc.

D'autres éléments ne se consomment jamais :
– papier dentelle ou gaufré, rond, ovale ou carré, pour hors-d'œuvre chauds, pâtés, etc. ;
– papillotes, manchettes et bobèches pour carré d'agneau, côte de veau, gigot, cuissot, etc. ;
– serviette pliée en gondole pour le poisson, en carré pour les toasts et les bombes glacées ;
– socles et gradins pour poissons, crustacés, suprêmes, médaillons de foie gras, etc.

En pâtisserie et en confiserie, la décoration joue un rôle particulièrement important, et le travail du sucre (tiré, effilé, tordu, etc.) autorise toutes sortes de décors. Coupes glacées et entremets sont, avec les grosses pièces de pâtisserie, les apprêts où cet art s'exerce le plus. Les éléments dont on dispose sont notamment le caramel, le chocolat (copeaux, perlage et vermicelles), la crème au beurre poussée à la douille cannelée, les amandes effilées, grillées ou hachées, le nappage, la glace royale, le sucre glace, le fondant, la pâte d'amande, les grains de café, les violettes en sucre, les fruits confits, la crème Chantilly et les marrons glacés.

DÉCOUPER Trancher viandes, volailles, gibier, poissons, pour les servir à table s'ils sont cuits, et en vue de certaines préparations s'ils sont crus (voir DÉPECER, DÉSOSSER, DÉTAILLER, ESCALOPER, LEVER).

Chez les Anciens, des spécialistes donnaient des cours de découpage, pratiqués sur des volailles en bois dont les morceaux s'ajustaient. Les seigneurs du Moyen Âge aimaient y montrer leur adresse, et, au XIIIe siècle, le chroniqueur Jean de Joinville raconte avec orgueil qu'il trancha un jour à la table du roi de Navarre.

Au XVIIe siècle, on exerçait les jeunes gentilshommes au découpage des viandes en leur apprenant à distinguer les meilleurs morceaux, « l'aile pour les oiseaux qui grattent la terre avec leurs pattes ; la cuisse pour les oiseaux qui vivent en l'air ; les blancs pour les grosses volailles rôties ; la peau et les oreilles pour le cochon de lait ; le râble et les cuisses pour les lièvres et les lapins ». Les gros poissons (saumon, brochet) se coupaient en deux, et l'on plaçait devant le convive le plus important le côté de la tête, tenu pour le plus délicat.

L'art de découper avait alors une très grande importance et s'accompagnait toujours d'un certain cérémonial (voir ÉCUYER TRANCHANT).

Le trancheur moderne, notamment en restauration, doit allier la compétence culinaire à des connaissances d'anatomie et posséder une grande habileté manuelle, doublée d'une élégance du geste. Chaque pièce de viande (baron, carré, filet, gigot, jambon, selle) exige une technique de découpage particulière, de même que les volailles et les oiseaux (canard, dinde, oie, pigeon, poulet).

En règle générale, le découpage des pièces de boucherie se fait perpendiculairement au sens des fibres musculaires. Les tranches doivent être aussi étendues que possible et d'une épaisseur bien régulière. L'introduction du service « à la russe » (où les mets sont présentés sur un plat, déjà découpés) a souvent fait disparaître de la table une opération qui faisait naguère la fierté du maître de maison.

DÉCOUPOIR Petit emporte-pièce conique, en acier inoxydable ou en fer étamé, dont la tranche est un motif décoratif : carreau, cœur, étoile, feuille, pique, trèfle, etc. Il est utilisé pour découper des motifs décoratifs dans des lames de truffe, des rondelles de tomate ou de la gelée.

Il ne faut pas le confondre avec l'emporte-pièce lisse ou cannelé, rond ou ovale, employé en pâtisserie pour détailler les pâtes.

DÉCUIRE Abaisser le degré de cuisson d'un sirop de sucre, d'une confiture ou d'un caramel en lui ajoutant peu à peu, et en tournant, la quantité d'eau froide nécessaire pour lui rendre une consistance moelleuse.

DÉFARDE Spécialité du Dauphiné, notamment de Die et de Crest, faite de pieds et de tripes d'agneau, cuits au court-bouillon avec carottes, oignons, poireaux, laurier et clous de girofle, puis mijotés au four dans une terrine avec du vin blanc et du coulis parfumé de tomate, parfois relevé de câpres et d'un filet de vinaigre.

La défarde (qui s'orthographie aussi delfarde) est servie avec un hachis d'ail et de persil.

DE FRUCTU Ensemble des menues dépenses (fruits, service, etc.) incombant à la personne qui, au Moyen Âge, prêtait sa table pour une collation dont chaque participant payait une partie des frais. Le terme vient d'une expression juridique latine : *curare de fructu*, « s'occuper des fruits ».

Une autre explication de ce mot l'associe à l'usage, qui se maintint jusqu'au XVIIe siècle parmi les notables, de recevoir le clergé la veille de Noël : le repas, pris après les vêpres, aurait été baptisé des premiers mots de l'antienne que les chanoines avaient chantée l'après-midi (*de fructu ventris tu*, « du fruit de tes entrailles »).

DÉGLACER Faire dissoudre à l'aide d'un liquide correspondant à l'apprêt (vin, madère, consommé, fond, crème fraîche, vinaigre) les sucs contenus dans un récipient ayant servi à un rissolage, à un sauté ou à une cuisson au four, afin de confectionner un jus ou une sauce.

Sous l'effet de la chaleur, les sucs caramélisent au fond du récipient. Si ces particules brunes, qui sont mêlées à la graisse de cuisson lorsqu'on retire les éléments cuits (gibier, médaillon, grosse pièce de boucherie, poisson, poulet, tournedos), ne sont pas suffisamment colorées et bien séparées, il convient de « faire pincer » en laissant le récipient quelques minutes sur le feu, puis de dégraisser (éliminer la graisse cuite) et de procéder au déglaçage.

Celui-ci s'effectue en versant le liquide (en petite quantité généralement) dans le récipient, sur le feu, en y faisant dissoudre tous les sucs, en le laissant cuire et colorer, puis en le faisant réduire jusqu'à ce qu'il acquière la consistance voulue. Au cours de l'opération, les vins perdent de l'acidité. Le déglacage est parfois précédé d'un flambage.

Lorsqu'il est bien réduit, on le mouille d'un fond (clair ou lié), d'un bouillon, d'un fumet, etc., pour en faire un jus ou une sauce.

Il reste ensuite à rectifier l'assaisonnement et à passer éventuellement le tout au chinois avant d'en napper l'apprêt, qui a été gardé au chaud.

DÉGORGER Faire tremper plus ou moins longtemps dans de l'eau froide (vinaigrée ou non), en la renouvelant plusieurs fois, une viande, une volaille, un poisson ou un abat pour en éliminer les impuretés et le sang, surtout si on les destine à une préparation « à blanc », ou pour faire disparaître le goût de vase d'un poisson de rivière.

On fait dégorger certains légumes (surtout le concombre et le chou) en les saupoudrant de sel pour qu'ils perdent une partie de leur eau de végétation et qu'ils deviennent plus digestes.

On fait également dégorger les escargots en les salant ou en les saupoudrant de farine de son, ce qui permet de ne pas les faire mourir et, selon certains, attendrit leur chair ; on les entrepose ensuite plusieurs jours dans un récipient clos.

DÉGRAISSER Enlever l'excès de graisse d'un produit, d'une préparation ou d'un récipient de cuisson.

On dégraisse la viande, crue ou cuite, à l'aide d'un petit couteau de boucherie, les liquides chauds avec une petite louche ou une cuillère, et les liquides froids, dont la graisse est solidifiée, avec une écumoire (on peut aussi les passer au chinois).

On parfait le dégraissage du consommé chaud, une fois clarifié, en posant à sa surface du papier absorbant.

Lorsqu'on a fait cuire un aliment dans une sauteuse, une poêle ou sur une plaque, on dégraisse celle-ci, avant le déglaçage, en éliminant la graisse cuite.

DÉGRAISSIS Graisse retirée d'un bouillon, d'un fond, d'une sauce, d'un mets en sauce ou braisé, ou éliminée avant le déglaçage d'un rôti ou d'une pièce de viande sautée.

Autrefois, le dégraissis clarifié, filtré et conservé en pot de grès servait à cuire des légumes. On n'utilise plus cette « graisse d'économie », peu recommandable sur le plan diététique et hygiénique.

DEGRÉ BAUMÉ Ancienne mesure de densité des liquides sucrés, évaluée à l'aide d'un pèse-sirop. Depuis le 1er janvier 1962, tous les appareils de mesure sont gradués en densité. La correspondance des anciens degrés avec les degrés-densité est la suivante :

degré Baumé	densité	degré Baumé	densité	degré Baumé	densité
5 =	1,0359	16 =	1,1247	27 =	1,2301
6 =	1,0434	17 =	1,1335	28 =	1,2407
7 =	1,0509	18 =	1,1425	29 =	1,2515
8 =	1,0587	19 =	1,1515	30 =	1,2624
9 =	1,0665	20 =	1,1609	31 =	1,2736
10 =	1,0745	21 =	1,1699	32 =	1,2850
11 =	1,0825	22 =	1,1799	33 =	1,2964
12 =	1,0907	23 =	1,1896	34 =	1,3082
13 =	1,0989	24 =	1,1995	35 =	1,3199
14 =	1,1074	25 =	1,2095	36 =	1,3319
15 =	1,1159	26 =	1,2197		

DÉGUSTATION Appréciation par le goût de la qualité d'un produit. Il existe des dégustateurs de beurre, d'huile, de foie gras, de chocolat, notamment ; le laboratoire de la Ville de Paris emploie des goûteurs d'eau professionnels qui testent plusieurs fois par jour les eaux de consommation. Cependant, le mot s'emploie surtout pour ce qui concerne les vins et les alcools.

Le dégustateur professionnel juge la qualité et les caractéristiques d'un vin par la vue, l'odorat et le goût. (La dégustation est dite « à l'aveugle » quand on garde secrètes l'origine et l'identité du vin.)

Après en avoir examiné la robe (couleur) et la limpidité, il en hume l'odeur. Il en prend ensuite une petite quantité en bouche et la garde contre les arcades dentaires, en remuant doucement la pointe de la langue, ce qui lui fait apprécier l'acidité. Il renverse alors la tête et aspire de l'air, qu'il fait barboter dans le liquide ; il perçoit alors l'arôme dû aux huiles essentielles présentes dans la pellicule du raisin et qui dépend donc du cépage. Cet arôme existe dans les vins jeunes ; il s'atténue et s'affine peu à peu avec le temps.

Le dégustateur perçoit aussi le bouquet, qui n'existe que dans les vins vieux par suite des combinaisons lentes formées par les alcools supérieurs, les éthers, les aldéhydes et les essences du vin. Enfin, il détecte les goûts spéciaux : goût de terroir, goût fixé des cépages hybrides, goût de fût, de moisi, de soufre, etc. Il étale ensuite le liquide entre la langue et le palais pendant deux secondes et éprouve alors une sensation de chaleur si le vin est généreux, de faiblesse dans le cas contraire, de brûlure si le vin a été alcoolisé ; en même temps, il apprécie la douceur, le moelleux et le corps, c'est-à-dire les proportions relatives de sucre et de tanin. La verdeur, le mordant, l'astringence s'apprécient enfin en roulant la gorgée contre les joues.

Le dégustateur crache alors la gorgée, sa grande expérience lui permettant d'apprécier une multitude d'autres nuances.

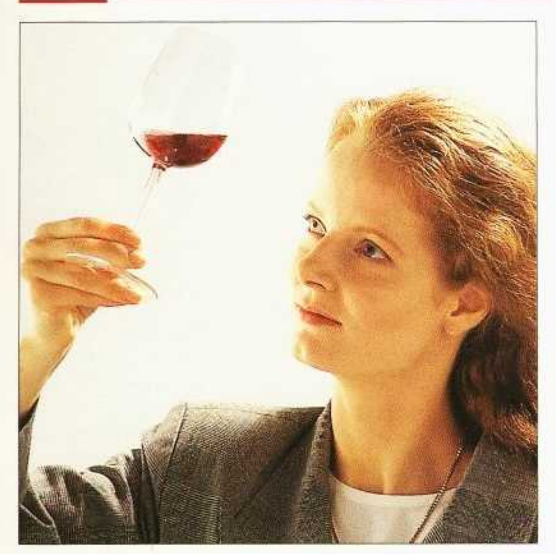
Cependant, en avalant doucement, à bouche fermée, on peut encore percevoir quelques sensations, notamment le « montant », formé par l'arôme et le bouquet réunis, et le sillage parfumé qui indique qu'un vin « finit bien ».

DÉJEUNER Repas du milieu de la journée, par comparaison avec le petit déjeuner, pris le matin. Mais, d'après son étymologie (du latin *disjunare,* « rompre le jeûne »), le mot désignait à l'origine le premier repas de la journée, composé essentiellement de pain et de soupe, voire de vin, avant que n'apparaissent le café, le thé et le chocolat.

En France, l'institution du déjeuner à midi date, en fait, de la Révolution. Jusque-là, le repas du milieu de la journée s'appelait « dîner ».

Mais, les délibérations de l'Assemblée constituante commençant à midi pour se terminer vers six heures, il fallut reporter le dîner à la fin de l'après-midi. Mais les députés ne pouvaient rester à jeun du matin jusqu'au soir ; ils inaugurèrent l'usage de prendre, vers onze heures, un second déjeuner plus consistant que le premier.

Déguster un vin



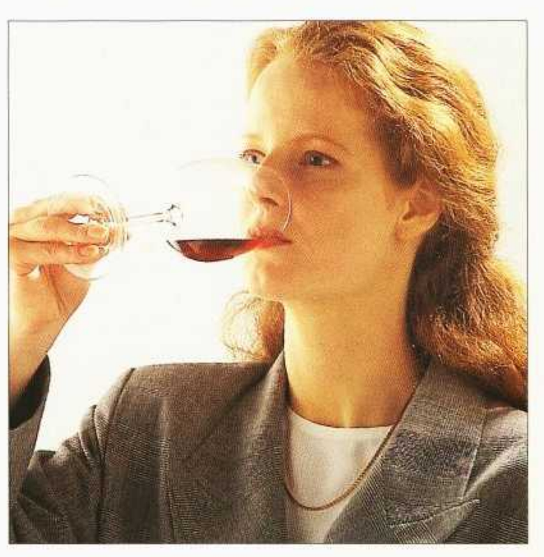
1. *Tenir le verre par la tige ou par le pied, entre le pouce et l'index, et l'éloigner en l'inclinant pour examiner la couleur du vin.*



2. *Faire tourner doucement le vin dans le verre, dans le sens inverse des aiguilles d'une montre, pour l'oxygéner. Laisser ensuite le vin redevenir stable.*



3. *Observer l'épaisseur des « jambes » (ou « larmes ») et leur vitesse. Humer soigneusement en alternant inhalations courtes et profondes.*



4. *Goûter le vin en prenant en bouche une gorgée raisonnable. Le « mâcher » pendant quelques secondes, puis pincer les lèvres et aspirer l'air pour aérer le vin.*

Une certaine Mme Hardy, qui tenait en 1804 un café sur les Boulevards, près du théâtre des Italiens, inventa le « déjeuner à la fourchette » en proposant à ses clients des côtelettes, des rognons, des saucisses et autres grillades présentés sur un buffet (voir CAFÉ HARDY). L'évolution des cabarets et des cafés, puis la naissance des restaurants firent du déjeuner un moment important de la vie sociale.

De nos jours, le déjeuner qui, dans de nombreux pays, se réduit à un en-cas, se prend généralement vers midi et demi ou une heure ; dans la vie quotidienne, il reste souvent rapide et léger.

Des impératifs professionnels ont introduit les « déjeuners d'affaires », tandis que certains événements, telle l'attribution d'un prix littéraire, ont lieu lors d'un déjeuner (voir DROUANT). Mais, aujourd'hui encore, le « déjeuner du dimanche » reste un symbole de la vie familiale.

DELAGE (GÉRARD) Gastronome québécois (Nominingue 1912 - Montréal 1991). Après des études de droit, il devint en 1952 membre de la Société des amis d'Escoffier de New York, composée en majeure partie de chefs européens qui s'étaient installés dans la métropole américaine.

Il établit alors plusieurs sociétés gastronomiques et vineuses afin de promouvoir au Canada tant la grande cuisine française que les vins de France. Il fut l'un des principaux initiateurs de l'Institut du tourisme et d'hôtellerie du Québec, et il a travaillé à la réforme de la loi sur les alcools. En 1972, il fut le président et l'organisateur du Congrès international de la gastronomie qui s'est tenu à Montréal.

Auteur de *Gloutons et gourmets*, il a créé une fondation qui accorde des bourses aux diplômés des écoles hôtelières afin qu'ils puissent sereinement « poursuivre des études supérieures en gestion hôtelière et touristique ou de perfectionnement en art culinaire et sommellerie ».

DELAVEYNE (JEAN) Cuisinier français (Marolles-en-Hurepoix 1919 - Paris 1996). Il fit son apprentissage de commis pâtissier au palais d'Orsay, puis, à partir de 1935 celui de cuisinier. Il effectua plusieurs séjours en Angleterre, où il travailla comme chef dans différents hôtels, avant de s'installer en 1957 au *Camélia*, à Bougival, une modeste auberge qu'il rendit bientôt célèbre dans le monde entier.

« Inventeur d'harmonies », selon Joël Robuchon, spécialiste incontesté des champignons, remarquable pédagogue, il traça la voie pour toute une génération de cuisiniers. Ses plats d'une grande simplicité lui assurèrent la notoriété. Il reçut sa première étoile Michelin en 1963, la seconde en 1972. Ayant cessé ses activités de restaurateur en 1985, il s'est ensuite consacré à des activités de conseil.

DELESSERT (BENJAMIN) Industriel et financier français (Lyon 1773 - Paris 1847). Ayant créé une raffinerie de sucre en 1801 dans le quartier de Passy, à Paris, il mit définitivement au point, en 1812, le procédé d'extraction du sucre de betterave (voir ACHARD, MARGGRAF). Napoléon Ier, qui vint en personne visiter l'installation, comprit l'importance d'une découverte qui renforçait le Blocus continental, interdisant aux Anglais de commercer avec les ports continentaux, parce qu'elle évitait d'importer du sucre de canne venu des Antilles. Il accorda donc à Delessert des moyens financiers importants et affecta à la culture de la betterave de vastes terrains dans le Nord.

Benjamin Delessert se lança parallèlement dans la politique et fut l'un des fondateurs des caisses d'épargne en France.

DÉLICE ET **DÉLICIEUX** Appellations de fantaisie, souvent suivies d'un autre nom, données par des pâtissiers à divers entremets, gâteaux et friandises de leur création.

délice au citron

Faire fondre doucement 100 g de beurre au bain-marie. Mélanger 250 g de farine et 1 sachet de levure chimique, puis ajouter le beurre fondu, 4 œufs, 200 g de sucre semoule, le zeste râpé et le jus de 1 citron, et 100 g de fruits confits coupés en tout petits dés. Bien mélanger pour obtenir une pâte parfaitement lisse et homogène. Verser celle-ci dans un moule à manqué de 25 cm de diamètre et cuire 40 min environ au four préchauffé à 190 °C. Préparer une crème au beurre avec 125 g de sucre semoule, cuit au boulé (120 °C) avec 1/2 dl d'eau, 4 jaunes d'œuf et 125 g de beurre, et y incorporer le zeste râpé et le jus de 1 citron. Lorsque le gâteau est cuit (il doit rester souple sous le doigt), le démouler sur une grille, le laisser refroidir complètement et le découper en trois disques, en les imbibant éventuellement d'un sirop de sucre citronné. Étaler sur deux des disques, à l'aide d'une spatule métallique, une couche épaisse de crème au beurre citronnée. Les superposer et les coiffer enfin du dernier disque de pâte. Poudrer abondamment de sucre glace et conserver au frais jusqu'au moment de servir, mais pas dans le réfrigérateur.

délices aux fraises

Mélanger 125 g de farine avec 1 œuf, 50 g de sucre semoule, 1 pincée de sel, 1 cuillerée à soupe d'eau et 50 g de beurre coupé en petits morceaux ; travailler l'ensemble pour obtenir une pâte lisse et homogène, et la réserver dans le réfrigérateur. Laver et équeuter 175 g de fraises et les laisser macérer 1 heure avec 60 g de sucre. Abaisser la pâte au rouleau sur 3 mm d'épaisseur et y découper six disques ; en garnir 6 moules à tartelette beurrés, piquer le fond avec une fourchette et cuire à blanc 10 min au four préchauffé à 190 °C. Travailler en pommade 130 g de beurre à l'aide d'une spatule, égoutter les fraises, les passer au tamis et ajouter cette purée au beurre. Remplir les tartelettes de garniture et décorer avec 175 g de fraises fraîches lavées.

▶ *Délices aux fraises, coulis de groseille*



délices aux noix

Mélanger 125 g de farine avec 60 g de beurre ramolli à l'aide d'une spatule, 1 œuf, 1 cuillerée à soupe d'eau, 40 g de sucre semoule et 1 pincée de sel ; quand la pâte est bien lisse, la rouler en boule et la mettre dans le réfrigérateur. Travailler en pommade 70 g de beurre ; y incorporer 70 g de sucre semoule et 1 œuf, puis 70 g de poudre d'amande et enfin 30 g de fécule ; bien mélanger. Abaisser la pâte sur 2 mm d'épaisseur ; en foncer 8 moules à tartelette. Piquer le fond et le recouvrir de crème aux amandes. Cuire 15 min au four préchauffé à 190 °C. Préparer une crème au beurre avec 125 g de sucre, cuit au boulé (120 °C) avec 1/2 dl d'eau, 4 jaunes d'œuf et 125 g de beurre, et la parfumer avec une cuillerée à café d'extrait de café. Hacher 100 g de cerneaux de noix et les incorporer à cette crème. Laisser refroidir les tartelettes, puis les démouler et les garnir d'un dôme de crème au beurre. Mettre au frais 30 min. Faire tiédir 250 g de fondant à 32 °C environ, le parfumer de quelques gouttes d'extrait de café et y ajouter très peu d'eau pour pouvoir l'étaler facilement. Plonger les dômes de crème dans le fondant jusqu'à la pâte et égaliser la surface à l'aide d'une spatule métallique. Poser un cerneau de noix sur chaque délice et mettre au frais jusqu'au moment de servir.

délicieux surprise

Faire fondre doucement au bain-marie 130 g de chocolat coupé en petits morceaux ; ajouter 1 cuillerée à soupe de crème fraîche, 20 g de beurre, 1 cuillerée à soupe de lait et le zeste râpé de 1 orange ; tenir au chaud au bain-marie. Couper 1 grosse brioche mousseline en 6 tranches épaisses, les mettre dans un plat et les arroser de 1 dl de rhum. Peler et épépiner 3 poires, les couper en lamelles et les disposer sur les tranches de brioche. Fouetter 1,5 dl de crème fraîche avec 1 cuillerée à soupe de lait glacé et y ajouter peu à peu 60 g de sucre semoule. Recouvrir les tranches de brioche garnies de poire d'un dôme de crème fouettée et napper de sauce au chocolat chaude.

DELIKATESSEN Terme créé en Allemagne au XVIII[e] siècle pour désigner les mets « délicats ». Le mot s'applique aujourd'hui, dans les pays germaniques et aux États-Unis, aux magasins d'épicerie fine et de produits de luxe : charcuterie allemande et spécialités étrangères, vins fins et alcools, confiseries, friandises, fruits exotiques, fromages étrangers, conserves aigres-douces et pains aux épices, confiseries et chocolats.

DELTEIL (JOSEPH) Écrivain français (Villar-en-Val 1894 - Grabels 1978). Après avoir beaucoup fréquenté les milieux littéraires parisiens, il se retira en 1930 dans le Languedoc, dans une maison au fronton de laquelle est gravée la devise de Confucius : « Vivre de peu. » De son œuvre lyrique et truculente se détache *la Cuisine paléolithique* (Robert Morel, 1964), où, parmi un choix de recettes de « cuisine naturelle » ou « brute », il énonce quelques aphorismes et des conseils judicieux : « Ne pique pas le rôti, il saigne » ; « Le jambon : quarante jours au sel, quarante jours pendu, en quarante jours mangé », et quelques formules rapides sur les temps de cuisson : « Le porc au pas, le bœuf au trot, le gibier au galop. »

DEMI-DEUIL Se dit d'un apprêt caractérisé par l'association d'ingrédients blancs et noirs. Classiquement, les articles « blancs » (crustacés, œufs pochés, pommes de terre en salade, ris de veau au blanc, volaille pochée) sont contisés, plaqués ou décorés de truffes en lames ou en julienne et nappés de sauce suprême.

La poularde demi-deuil est l'un des plats les plus réputés de la cuisine lyonnaise, en particulier dans la version qu'en donna la « mère Fillioux » : la volaille est farcie de farce fine truffée, garnie de lamelles de truffe entre chair et peau, pochée, servie avec les légumes du fond de cuisson et nappée de la cuisson passée.

▶ **Recette** : SALADE.

DEMIDOF Nom de divers apprêts dédiés au prince Anatole Demidof, mari de la princesse Mathilde, nièce de l'empereur Napoléon I[er], et l'un des viveurs célèbres du second Empire, habitué de *la Maison Dorée* où une recette de poularde fut créée.

L'appellation concerne également un consommé de volaille garni de carottes, de navets tournés, de truffes, de petits pois et de quenelles de farce de volaille aux fines herbes, et aussi des crêtes de coq blanchies garnies d'une purée de foie gras, enrobées de sauce Villeroy, panées à l'anglaise puis frites. Faisan poêlé, poulet sauté et ris de veau sont garnis d'une paysanne de légumes taillés en crête de coq et de lames de truffe, nappés du fond de braisage, passé et réduit.

▶ **Recette** : POULARDE.

DEMI-GLACE Réduction d'un fond brun clair de veau, additionnée de madère, utilisée pour corser une sauce brune ou pour aromatiser diverses préparations.

demi-glace

Mélanger 5 dl de fond brun lié et 8 dl de fond brun clair. Faire réduire des deux tiers, en dépouillant constamment et avec beaucoup de soin. Éloigner du feu, ajouter 5 cl de madère et passer à l'étamine. On peut, lors de la réduction, ajouter une poignée de pieds de champignon émincés.

DEMI-SEL Fromage frais de lait de vache pasteurisé (40 % de matières grasses), salé à moins de 2 %. Créé en 1872 en Normandie, le demi-sel est de fabrication industrielle et présenté en petits carrés emballés de papier d'aluminium. Il a une saveur douce et une odeur légèrement lactique. Le demi-sel se tartine, se mélange avec des fines herbes, du paprika ou du poivre, notamment pour les canapés.

DÉMOULER Retirer d'un moule une préparation de cuisine ou de pâtisserie chaude ou froide. Seuls quelques apprêts cuits dans un moule ne se démoulent pas. Le démoulage peut être délicat dans plusieurs cas.

• **Aspics et préparations en gelée.** Plonger le fond du moule quelques secondes dans de l'eau chaude, mais non bouillante. Le retirer et le secouer latéralement, en douceur. Décoller le tour de la préparation avec la lame d'un couteau. Mettre un plat de service à l'envers sur le moule. Maintenir l'un et l'autre ensemble, retourner le tout rapidement et retirer le moule verticalement. La même technique s'applique aux entremets et flans à la crème.

• **Génoises et pâtes à biscuit.** Démouler le gâteau dès la sortie du four, sur une grille, pour qu'il puisse refroidir. L'opération sera plus facile si l'on a pris soin de graisser (au beurre clarifié) et de fariner le moule avant la cuisson.

• **Gâteaux ayant un peu attaché.** Retourner le moule sur un plat et poser sur le fond un linge mouillé, ou poser le moule, dès sa sortie du four, sur un marbre froid ou dans un évier en céramique : l'humidité facilite le démoulage. Pour les tartes, l'opération est plus facile quand on utilise un simple cercle (voir MOULE).

• **Glaces.** Passer les bords du moule à l'eau froide, puis le plonger rapidement dans de l'eau juste tiède, pour que la glace n'ait pas le temps de commencer à fondre. Glisser un couteau tout autour de la paroi intérieure, en y appuyant la lame pour ne pas entamer la préparation. Poser sur la glace une serviette pliée ou un napperon en papier, puis le plat de service, et retourner le tout. Enlever le moule verticalement.

DÉNERVER Enlever les parties nerveuses (c'est-à-dire les aponévroses, membranes blanches qui entourent partiellement certains muscles) d'une pièce de viande crue, ou les tendons d'une volaille. Le dénervage se pratique à l'aide d'un petit couteau de boucher ; sur les viandes à rôtir, à sauter ou à griller, il facilite la cuisson et améliore la présentation.

DENIS (LAHANA DENIS, DIT) Cuisinier et restaurateur français (Bordeaux 1909 - Espagne 1981). Ayant ouvert à Paris le restaurant *Chez Denis*, il s'attacha à défendre une gastronomie inventive, luxueuse et perfectionniste. Homme de culture, venu à la cuisine par passion, il répondait aux chefs qui lui reprochaient de ne pas avoir « appris le métier » : « J'ai mangé six héritages dans les grands restaurants, je sais ce qu'est la bonne cuisine. » Persuadé que les gourmets d'aujourd'hui étaient, comme lui, capables de dépenser des fortunes pour des suprêmes de volaille de Bresse, des chauds-froids d'ortolan au chambertin, des truffes fraîches à la serviette et du château-latour 1945, il finit, ruiné, par fermer son restaurant. Il a publié *la Cuisine de Denis* (Laffont, 1975), où les bases techniques, les tours de main et les recettes fondamentales sont exposés avec simplicité, précision et bon sens.

▶ **Recette** : BOUCHÉE SALÉE.

DÉNOYAUTEUR OU **ÉNOYAUTEUR** Pince destinée à extraire les noyaux de certains fruits (cerises et olives essentiellement) sans abîmer la pulpe. Les branches de la pince se terminent l'une par une coupelle percée d'un trou, l'autre par une tige qui fait office de poussoir et s'enfonce dans le fruit.

DENSITÉ Rapport entre la masse du volume donné d'un corps et celle du même volume d'eau à 4 °C.

La mesure de la densité des liquides alimentaires est parfois importante, notamment en vinification, en brasserie, en cidrerie, dans l'industrie des matières grasses (huile, margarine), pour le lait (teneur en matières grasses) et pour les saumures de charcuterie.

La mesure de la concentration en sucre (notamment pour la fabrication des confitures, des bonbons et des confiseries) se fait désormais en densité, et non plus en degrés Baumé (voir ce mot). On utilise pour la calculer un pèse-sirop flotteur à tige graduée, qui s'enfonce plus ou moins dans le liquide.

DENT DE LOUP Croûton triangulaire, utilisé comme élément de décor ou de garniture, disposé en bordure sur le pourtour du plat, pointe vers l'extérieur.

Pour accompagner les mets chauds, les dents de loup sont taillées dans du pain de mie et frites, ou réalisées en feuilletage et cuites au four.

Pour les mets froids, elles sont découpées dans des bandes de gelée.

On appelle également « dents de loup » des biscuits croquants ; certains d'entre eux, longs et pointus aux deux bouts, sont parfumés au citron et à l'eau-de-vie (notamment en Alsace), d'autres, en forme de croissant, sont parsemés de cumin ou d'anis.

DÉPECER Séparer, à l'aide d'un couteau de boucher, les différents morceaux qui constituent une grosse pièce de boucherie ou un animal entier, en particulier un gibier à poil, qu'il faut d'abord dépouiller et vider soigneusement.

Le dépeçage d'un cuisseau de veau raccourci (sans le jarret) permet d'isoler, en suivant les tissus fibreux, la noix, la noix pâtissière et la sous-noix.

DÉPOUILLER Enlever toutes les impuretés qui, au cours d'une ébullition lente, remontent à la surface d'un fond ou d'une sauce en formant une écume désagréable.

L'opération se pratique à l'aide d'une cuillère, d'une écumoire ou d'une petite louche ; elle doit être souvent renouvelée tout au long de la cuisson (pour les glaces et demi-glaces).

Dépouiller signifie aussi « retirer la peau d'un animal » (gibier à poil, lapin). Pour un poisson comme le congre ou l'anguille, on dit aussi « écorcher ».

Enfin, dépouiller un jambon, c'est le découenner.

DERBY Nom d'un apprêt de la poularde, créé dans les années 1900 par le chef Giroix, alors qu'il dirigeait les cuisines de l'*Hôtel de Paris* à Monte-Carlo, et dédié à l'un des membres d'une grande famille britannique, amateur de cuisine française.

La poularde Derby est farcie de riz truffé et de foie gras, poêlée et servie avec des truffes cuites au porto et des escalopes de foie gras sautées au beurre, nappée du fond de cuisson déglacé au porto.

Le velouté Derby est une crème d'oignon et de riz au cari, garnie de riz poché, de quenelles de foie gras et de truffe hachée.

DERBY (FROMAGE) Fromage anglais de lait de vache (45 % de matières grasses), originaire du Derbyshire, à pâte pressée non cuite et à croûte naturelle graissée, qui ressemble beaucoup au cheddar (voir tableau des fromages étrangers page 499). Le derby se présente sous la forme d'une meule de dimensions variables (5 à 15 kg). Son affinage dure en général deux mois, mais le vieux derby, plus piquant, est affiné pendant dix mois. La pâte du derby est parfois marbrée de vert, car on mélange au caillé des feuilles de sauge hachées ou de l'essence de sauge, qui le parfument et le colorent : c'est le *sage derby*, spécialité de Noël que l'on déguste avec du porto, du madère ou du sherry.

DÉROBER Enlever la peau (ou « robe ») des fèves quand on les a sorties de leur gousse. Par extension, dérober signifie peler des pommes de terre cuites en « robe des champs » ou des tomates ébouillantées.

DERVAL Nom d'une garniture de légumes pour tournedos et noisettes d'agneau, essentiellement composée de quartiers d'artichaut sautés au beurre.

DÉSAUGIERS (MARC ANTOINE) Chansonnier et poète français (Fréjus 1772 - Paris 1827). Auteur de nombreuses chansons de table, il fut secrétaire du *Caveau moderne*, société littéraire bachique et gastronomique. Sa philosophie se résume dans ce couplet en forme d'épitaphe :

« Je veux que la mort me frappe
Au milieu d'un grand repas,
Qu'on m'enterre sous la nappe
Entre quatre larges plats,
Et que sur ma tombe on mette
Cette courte inscription :
Ci-gît le premier poète
Mort d'une indigestion. »

DESCAR Nom d'une garniture pour grosses pièces de boucherie, composée de fonds d'artichaut, étuvés au beurre et garnis de blanc de volaille en dés, et de pommes croquettes. Cette appellation lui a été donnée au début du XIXe siècle en l'honneur du duc des Cars, alors premier maître d'hôtel de Louis XVIII ; ce gourmet célèbre mourut d'une indigestion.

DES ESSARTS (DENIS DÉCHANET, DIT) Comédien français (Langres 1737 - Barèges 1793). Après avoir été procureur, il se prit de passion pour le théâtre. Il interprétait les financiers et les paysans, rôles pour lesquels il était servi par un embonpoint remarquable, dû à un appétit insatiable et à une gourmandise légendaire. Ses contemporains soulignent sa jovialité et le lyrisme dont il faisait preuve pour tout ce qui touchait à la bonne chère, comme le montrent ses aphorismes (« La bonne cuisine est l'engrais d'une conscience pure »), ou ses jugements culinaires, tel le suivant, à propos du gigot, qui devait, selon lui, « être mortifié comme un menteur pris sur le fait, doré comme une jeune Allemande et sanglant comme un Caraïbe ». Il mourut d'apoplexie dans la ville d'eaux où il faisait une cure.

DÉSHYDRATÉS (PRODUITS) Aliments ou préparations privés d'une partie plus ou moins importante de leur eau de constitution.

La déshydratation a plusieurs buts : conservation plus longue des produits ; réduction de leur poids et parfois de leur volume (transport et stockage plus faciles) ; rapidité d'emploi (cafés, laits, potages et autres produits dits « instantanés »). Elle se réalise selon deux grandes techniques.

• CONCENTRATION. Ce procédé comporte une déshydratation partielle par évaporation, filtrage ou centrifugation. Les produits (concentrés de légumes, extraits de viande, jus de fruits, lait, potages) conservent, selon les cas, entre le tiers et la moitié de leur eau de constitution, et restent toujours fluides. La concentration seule n'assure pas la conservation ; elle doit être suivie d'appertisation ou de congélation.

• DESSICCATION. Cette déshydratation réelle s'obtient par divers procédés, selon la texture de l'aliment :
– séchage sur plateaux : les aliments solides, réduits en petits morceaux, passent à l'intérieur d'un four ou d'un tunnel, en sens inverse d'un courant d'air chaud et sec, qui se charge peu à peu de leur humidité ;
– séchage sur tambours : les aliments malléables (farines pour bébés, potages, purées) sont étalés en couche mince sur la paroi extérieure d'un cylindre rotatif, chauffé de l'intérieur ; des couteaux racleurs détachent la pellicule sèche, qui est ensuite réduite en poudre ou en paillettes ;
– atomisation : les liquides (café, lait) sont pulvérisés en brouillard, déshydratés par un courant d'air chaud, puis récupérés sous forme de poudre.

Les produits soumis à la dessiccation ne contiennent plus, en moyenne, que 6 % de leur eau initiale et peuvent se conserver très longtemps dans des récipients hermétiques (voir LYOPHILISATION).

DÉSOSSER Retirer, totalement ou en partie, les os d'une pièce de boucherie, d'une volaille ou d'un gibier. Le désossage d'une viande de boucherie à cru se fait à l'aide d'un couteau à désosser ; il est indispensable de posséder quelques connaissances anatomiques pour ne pas détériorer les morceaux qui la composent (voir POULET).

Désosser consiste aussi à retirer l'arête principale d'un poisson traité entier et farci.

DESSALER Éliminer, en partie ou totalement, le sel contenu dans certains aliments conservés en saumure. Le dessalage s'effectue par immersion dans l'eau froide, courante ou non. Celle-ci dissout progressivement le sel, qui finit par se déposer au fond du récipient. Ainsi, il faut mettre la morue à tremper la veille de son emploi, en renouvelant l'eau plusieurs fois ; le stockfisch a besoin de plusieurs jours ; la palette, le carré et le jambon salés, quant à eux, doivent tremper quelques heures avant d'être pochés. Le dessalage des lardons taillés dans de la poitrine salée se fait par blanchiment. Un aphorisme culinaire précise que « sel de conservation n'est pas sel d'assaisonnement », laissant à juste titre entendre qu'il vaut mieux trop dessaler pour ressaler ensuite que le contraire.

DESSÉCHER Éliminer l'excédent d'eau d'une préparation en la chauffant à feu doux : on dessèche ainsi la purée de pomme de terre avant de lui ajouter beurre et lait.

Dessécher se dit plus spécialement pour la première cuisson de la pâte à choux : le mélange d'eau, de beurre, de farine et de sel ou de sucre est travaillé vivement sur feu vif, avec une spatule de bois, jusqu'à ce que la masse se décolle des parois du récipient, ce qui permet à l'eau en excès de s'évaporer avant l'incorporation des œufs et la seconde cuisson au four.

DESSERT Dernier plat d'un repas. Ce terme générique englobe le fromage, les préparations sucrées (entremets, pâtisseries et glaces) et les fruits crus, servis, en principe, après le fromage. Le fromage peut d'ailleurs tenir lieu de dessert, en particulier au déjeuner.

Le mot vient de « desservir » (enlever ce qui a été servi) et désigne, par conséquent, tout ce que l'on offre aux convives une fois que l'on a ôté les mets précédents et les ustensiles de service correspondants. Toutefois, son sens a évolué, en particulier en ce qui concerne les entremets.

Le dressage du dessert était jadis beaucoup plus somptueux qu'aujourd'hui, surtout dans les grands dîners ; pièces montées et « bouts de table » étaient souvent disposés sur la table dès le début du repas, et les « entremets de douceur » se succédaient au cours des différents services. C'est vers 1850 que « dessert » a pris son sens actuel.

■ **Histoire.** Dans l'Antiquité, les repas se terminaient généralement par des fruits frais ou secs, des laitages ou du miel. En France, au Moyen Âge, les principaux mets sucrés, souvent servis entre les plats de viande, étaient des gelées, des compotes, des flans, des blancs-mangers, des tourtes, des nieules, des fouaces, des échaudés, des gaufres et des gâtelets. Le dessert proprement dit se composait de l'« issue » (un verre d'hypocras avec des oublies), puis des « boutehors » (dragées aux épices et aux fruits confits).

Au XVIIe siècle, les desserts étaient devenus des compositions élaborées, ornées de fleurs, avec des massepains, des nougats, des pyramides de fruits, des confitures sèches et liquides, des biscuits, des crèmes, du sucre râpé, des amandes douces au sucre et à la fleur d'oranger, des cerneaux de noix, des pistaches et des marrons glacés. À la fin du siècle, les glaces apparaissent. À dater de cette époque, la pâtisserie se diversifie à l'extrême à partir des pâtes de base (feuilletage, génoise, meringue et pâte à choux, notamment).

Au XXe siècle, l'évolution des industries alimentaires s'est traduite par l'apparition des desserts instantanés, mélanges en poudre qui permettent, par simple dilution dans du lait, de réaliser des flans et des entremets aromatisés.

■ **Spécialités régionales et étrangères**. Outre les créations des maîtres pâtissiers parisiens, les desserts typiques des provinces offrent un bel échantillonnage de la diversité française en matière culinaire : bourdelot normand, broyé du Poitou, clafoutis limousin, crémet d'Anjou, eierkückas d'Alsace, fiadone corse, flaugnarde d'Auvergne, kouing-aman breton, pithiviers, pogne de Romans, poirat berrichon, ainsi que beignets divers, brioches, crêpes et gaufres, sans oublier les « treize desserts de Provence », traditionnels pour le réveillon de Noël.

La Grande-Bretagne, l'Allemagne, l'Autriche et la Belgique, où le beurre, la crème, le lait, les œufs et le chocolat sont abondants et de bonne qualité, offrent la même variété de desserts et de pâtisseries.

Dans les pays méditerranéens et orientaux, ainsi qu'en Amérique du Sud, les sucreries et les fruits sont nettement prédominants.

En Europe de l'Est, fruits cuits, brioches et biscuits épicés clôturent les repas, tandis qu'en Chine et au Japon le dessert n'existe pas.

Quant aux États-Unis, on y apprécie surtout les crèmes glacées, les pies et les biscuits fourrés, mais aussi les fruits et les crêpes.

■ **Choix d'un dessert approprié.** Dans la composition d'un menu, le dessert doit être choisi en fonction de la nature et de l'abondance des mets précédents, tout en satisfaisant la gourmandise. Il variera selon que le repas comporte grillades ou viande en sauce, poisson ou gibier, selon qu'il suit un plateau de fromages, et aussi selon l'époque de l'année (fruits de saison) et les traditions du calendrier. En outre, la présence d'une spécialité régionale ou exotique dans le menu peut se doubler agréablement de celle d'un dessert en harmonie avec elle.

Certains restaurants proposent aujourd'hui un « grand dessert », chariot de douceurs offertes à volonté, ou échantillonnage, sur une grande assiette, de tous les desserts de la carte.

Au sujet des desserts, les opinions des auteurs sont pour le moins partagées.

Maurice des Ombiaux, dans *le Traité de la table* (1947), écrit : « Le dessert sage, disait un gastronome, s'enferme dans le vieux fromage, les confitures et les vins secs, vieux et chauds comme le xérès. La Chapelle, majordome de Louis XIII, professait que tout homme qui fait cas du dessert après un bon dîner est un fou qui gâte son esprit avec son estomac. C'est d'Italie que nous vinrent cette réunion et cette disposition agréable aux yeux des gâteaux, petits-fours, fruits, etc., pour retenir les jeunes femmes et les jeunes filles à table [...]. Le dessert n'est bon qu'autant qu'il est court et relevé. Qu'y a-t-il de plus relevé qu'un fromage ? [...] Aujourd'hui, entre les hors-d'œuvre et le dessert de pâtisserie, que resterait-il pour la vraie cuisine si les gastronomes ne réagissaient pas ? Au dessert, soyez modérés. Gardez-vous de recommencer avec les gâteaux et sucreries un nouveau repas dans de mauvaises conditions de digestion et par pure gourmandise. Nous ne sommes cependant pas exclusifs et nous offrons aux dames, après les glaces, des petits fours, des griottes et autres mignardises qu'affectionnait la comtesse de Grignan. »

Le chef Denis réplique pour sa part : « Pas de bon dîner prié sans un entremets, une pâtisserie, des confiseries. L'idée de voir se terminer sur le fromage un dîner serait pour moi tellement incongrue qu'elle ne m'effleurerait même pas. »

Quant à Eugène Briffault, dans *Paris à table* (1846), il disait bien avant Maurice des Ombiaux : « Le dessert couronne le dîner. Pour composer un beau dessert, il faut être à la fois confiseur, décorateur, peintre, architecte, glacier, sculpteur et fleuriste. Ces splendeurs s'adressent surtout au regard ; le vrai gourmand les admire sans y toucher. L'éclat du dessert ne doit pas faire oublier le fromage. Le fromage est le complément d'un bon dîner et le supplément d'un mauvais. »

DESSERTE Ensemble des restes de viande, de volaille ou de poisson cuits que l'on peut réutiliser pour d'autres mets.

L'apprêt de desserte le plus simple est l'assiette anglaise, composée de tranches de diverses viandes froides. La desserte sert à préparer des plats froids (canapés, coquilles de poisson, mousses, salade de bœuf, salades composées, etc.) ou chauds (bœuf miroton, bouchées, croquettes, farces, hachis Parmentier, pilaf, risotto, etc.).

Sous l'Ancien Régime, les officiers de bouche de la cour faisaient commerce de la desserte royale, qu'ils revendaient aux traiteurs et restaurateurs.

La desserte est également un petit meuble sur lequel on dépose les plats que l'on retire de la table.

DESSUS-DE-CÔTES Morceau de bœuf situé sur le milieu du train de côtes, qui n'est pas détaillé avec l'entrecôte. Composé de deux muscles, le dessus-de-côtes est utilisé pour le pot-au-feu, la daube, le bourguignon et le braisé.

DÉTAILLER Découper une viande, un poisson, des légumes ou des fruits en dés, en cubes, en rondelles, en tranches, etc. On obtient ainsi julienne, brunoise, mirepoix ou macédoine ainsi que darnes, tronçons ou filets de poisson. Le détail de la viande est particulier à chaque pièce de boucherie débitée, certains morceaux étant détaillés avec une forme et une épaisseur spécifiques.

DÉTENDRE Assouplir une pâte ou un appareil en lui ajoutant un liquide ou une substance appropriée (bouillon, lait, œufs battus).

DÉTREMPE Mélange en proportions variables de farine et d'eau : c'est le premier état d'une pâte de cuisine ou de pâtisserie, avant que l'on y incorpore les autres éléments (beurre, lait, œufs, etc.). La détrempe est rarement employée seule, sauf pour luter. Avant de lui ajouter les autres ingrédients, il est préférable de la laisser reposer au frais une dizaine de minutes.

Détremper une pâte consiste à faire absorber à la farine toute l'eau nécessaire, en la malaxant du bout des doigts sans trop la travailler.

DEUX MAGOTS (LES) Café littéraire du quartier Saint-Germain-des-Prés, à Paris, voisin et rival du *Café de Flore*. L'établissement porte le nom d'un magasin de nouveautés, qui occupa les lieux en 1873. *Les Deux Magots de la Chine* était aussi le titre d'une pièce de théâtre à succès de l'époque. Le café qui succéda à la boutique conserva son enseigne, et deux statues de Chinois sont toujours appuyées au pilier central. L'établissement est devenu l'un des rendez-vous des « intellectuels de la rive gauche », d'abord fréquenté par les collaborateurs du *Mercure de France*, puis par Giraudoux, Breton, Sartre, Simone de Beauvoir, etc.

DIABLE Ustensile de cuisson en terre poreuse, à couvercle, destiné à cuire à sec certains légumes (pommes de terre ou betteraves dans leur peau, marrons, oignons). Le modèle le plus courant est formé de deux poêlons ronds, à fond plat, qui s'emboîtent ; on le retourne à mi-cuisson. Le diable des Charentes ressemble à une petite cocotte ventrue, fermée par un couvercle bien ajusté et munie d'un manche.

On ne lave jamais le diable, car plus sa terre est sèche, plus les légumes restent moelleux ; on frotte parfois, la première fois, ses parois intérieures avec une gousse d'ail. Il se place, en principe, dans les braises chaudes, mais on l'utilise de la même façon dans un four classique. Si on le pose directement sur une plaque chauffante ou sur la flamme du gaz, il faut intercaler un diffuseur, pour qu'il ne se fende pas.

DIABLE (À LA) Se dit de certaines pièces de viande, de volaille, de poisson, de crustacés, d'abats, etc., détaillées, assaisonnées, éventuellement enduites de moutarde, panées, grillées et servies avec une sauce piquante, dite « diable » ou « à la diable ».

Dans la cuisine anglaise, ces mets, qualifiés de *devilled* (« endiablés »), sont très courants. Le poulet ou le pigeon à la diable, notamment, est fendu, ouvert sur le dos, aplati, assaisonné, cuit sur le gril, puis recouvert de panure et doré ; il est bien sûr servi avec une sauce diable.

artichauts à la diable → ARTICHAUT
croûtes à la diable → CROÛTE
harengs à la diable → HARENG

RECETTE DE A. SUZANNE

mets endiablés

« En Angleterre, on apprête ainsi des restes de volaille ou de gibier découpés en morceaux, ou les os des viandes de boucherie rôties ou braisées auxquels adhère encore un peu de viande et de graisse. Ces restes sont alors enduits du mélange suivant : 1 cuillerée à bouche de moutarde anglaise et autant de moutarde aux fines herbes, délayées avec 2 cuillerées d'huile d'olive, 2 jaunes d'œuf, 1 cuillerée à café de Worcester sauce, du sel, de la pâte d'anchois et le tiers d'une cuillerée à café de poivre de Cayenne. Faire griller sur feu vif et laisser prendre couleur. Servir bien chaud, arrosé d'un bon jus. »

oreilles de veau grillées à la diable → OREILLE
sauce diable, sauce à la diable à l'anglaise → SAUCE

DIABLOTIN Rondelle de pain très fine, masquée ou non de béchamel réduite, couverte de fromage râpé et gratinée au four, qui accompagne potages et consommés. Préparé avec du roquefort, le diablotin se sert en amuse-gueule. Ce terme désignait dans la cuisine ancienne un petit beignet fait de crème frite.

Le diablotin est aussi une petite cuillère qui sert à mesurer les épices quand on prépare des cocktails.

diablotins au fromage

Couper de la ficelle de boulangerie en rondelles de 5 ou 6 mm d'épaisseur. Les beurrer et les parsemer de fromage râpé (beaufort, comté, emmental, qui fondent, ou parmesan, qui ne fond pas), ou les recouvrir d'une fine tranche de fromage (édam, gruyère). Faire gratiner vivement sous le gril du four.

diablotins aux noix et au roquefort

Couper de la ficelle en rondelles de 5 ou 6 mm d'épaisseur. Mélanger du beurre et du roquefort, en proportions égales. Hacher grossièrement des cerneaux de noix et les ajouter au mélange (1 cuillerée à soupe pour 75 g de mélange). En tartiner les rondelles de pain et mettre au four préchauffé à 275 °C.

DIABOLO Boisson rafraîchissante non alcoolisée, composée de limonade additionnée d'un sirop, généralement de menthe ou de grenadine.

DIANE (À LA) Se dit d'apprêts dédiés à Diane chasseresse parce qu'ils concernent ou utilisent du gibier. Les pièces de venaison « à la Diane » sont sautées, nappées de sauce Diane (poivrade additionnée de crème fouettée et garnie de truffes) et servies avec de la purée de marron et des croûtons tartinés de farce de gibier. Les cailles « à la Diane » sont mijotées en cocotte dans un fond allongé de demi-glace tomatée, puis garnies de petites quenelles et de laitue braisée, de crêtes et de rognons de coq. Il peut aussi s'agir d'une purée de gibier, garnissant des œufs mollets ou en cocotte sur croûte, ou encore des barquettes de champignons à la sauce chasseur, ou servant de base à une crème-potage parfumée au porto. C'est aussi un consommé de gibier avec différentes versions de garniture.

▶ **Recettes** : BÉCASSE, OMELETTE.

DIEPPOISE (À LA) Se dit d'un apprêt de poisson qui doit son nom au port de Dieppe. Alexandre Dumas affirmait déjà, en 1872, dans son *Grand Dictionnaire de cuisine* : « La meilleure sole est de couleur gris lin ; on la trouve dans les eaux de Dieppe ». Soles, merlans ou barbues, entiers ou en filets, sont cuits au vin blanc, garnis de moules et de crevettes (et éventuellement de champignons) et accompagnés d'une sauce au vin blanc préparée avec le fond de cuisson du poisson et le jus de cuisson des moules. L'apprêt convient également au brochet et même aux artichauts. La garniture dieppoise (moules, queues de crevette et champignons au vin blanc) s'emploie aussi pour des bouchées, des barquettes, une salade et un velouté.

Les maquereaux (« lisettes ») et les harengs marinés au vin blanc, spécialité du port normand, sont aussi appelés « à la dieppoise » (**voir** MARMITE DIEPPOISE).

▶ **Recettes** : BARBUE, SOLE.

DIÉTÉTICIEN Spécialiste de la diététique et de l'hygiène alimentaire, ayant reçu une formation technique et paramédicale. Son domaine d'activité comprend l'alimentation en milieu hospitalier (élaboration, surveillance, explication des régimes) et dans les collectivités (élaboration des menus, conseils, éducation, notamment en milieu scolaire), ainsi que l'industrie alimentaire (mise au point des aliments diététiques). Le diététicien est également amené à conduire des enquêtes, à donner des consultations pour traiter les troubles de la nutrition et à tenir des rubriques d'information dans les médias (**voir** NUTRITIONNISTE).

DIÉTÉTIQUE Ensemble des règles de l'hygiène alimentaire dont l'application contribue à une meilleure santé. Elle étudie la valeur alimentaire des produits de consommation, diagnostique les maladies entraînées par une mauvaise nutrition et calcule les rations alimentaires convenant aux diverses catégories de consommateurs. Cette science s'attache non seulement à la pratique des régimes, mais aussi aux aspects psychologiques, voire sociologiques, de l'alimentation. En outre, les questions proprement culinaires ne lui sont pas étrangères, dans la mesure où la qualité des aliments et leurs modes de préparation et de cuisson influent sur leur valeur alimentaire. Pour les régimes particuliers (en cas d'affection cardiaque, de diabète, d'obésité, etc.), on parle plutôt de « diétothérapie ».

DIÉTÉTIQUES (PRODUITS) Préparations alimentaires industrielles, répondant aux besoins spécifiques soit de certaines catégories de consommateurs (enfants en bas âge, femmes enceintes, personnes du troisième âge, sportifs), soit de malades (obèses, diabétiques, sujets atteints d'affections cardio-vasculaires).

Les produits diététiques et de régime sont régis en France par le décret du 23 janvier 1975 et quelques textes postérieurs, qui en réglementent la composition, les conditions de fabrication et de vente, l'étiquetage et la publicité. En Belgique, où la législation suit les directives européennes en matière de produits diététiques, ceux-ci sont en outre soumis aux arrêtés royaux du 18 février 1991 et du 3 mars 1992. Au Canada, ils doivent s'inscrire dans les consignes du Règlement sur les aliments et les drogues. En Suisse, c'est l'ordonnance sur les produits alimentaires du 1er mars 1995 qui fait loi.

Les principales catégories de produits diététiques concernent les régimes hyposodés (biscottes sans sel), hypoglucidiques (édulcorants), hypocaloriques (repas à basse teneur en calories), les régimes nécessitant un apport réduit ou à teneur précise en protides, en lipides, en acides gras essentiels ou en triglycérides. On trouve également des préparations à teneur garantie en certaines vitamines, en acides aminés ou en magnésium, et des produits diététiques spécifiques de l'effort ou de la croissance.

DIFFUSEUR Plaque généralement munie d'un manche, ronde ou carrée, en toile métallique ou à double épaisseur de tôle perforée, destinée à être glissée entre un plat de cuisson et la source de chaleur, soit pour ralentir la chauffe, soit parce que le matériau du récipient ne supporte pas la chaleur intense.

DIGESTIF Liqueur ou eau-de-vie consommées après un repas, plus pour le plaisir de la dégustation que pour une éventuelle action digestive. Les digestifs sont servis nature, dans un verre rafraîchi ou sur un glaçon, dans un verre à liqueur ou un verre à dégustation.

DIJONNAISE (À LA) Se dit d'un apprêt comportant une spécialité de la ville de Dijon, que ce soit le cassis pour les mets sucrés ou la moutarde pour les mets salés, notamment dans une sauce froide pour viandes grillées ou froides.

▶ **Recettes** : MAQUEREAU, SAUCE.

DINDE, DINDON ET **DINDONNEAU** Oiseaux de la famille des gallinacés, élevés pour leur chair délicate (**voir** tableau des volailles page 1108). Selon les variétés, issues de la race d'origine importée d'Amérique du Nord, la taille de l'animal varie. Ainsi, la région du Gers était réputée pour produire la dinde noire traditionnelle, de grande taille ; des souches nouvelles, plus petites, ont été mises au point pour donner des volailles de 3,5 à 5 kg ; quelques élevages sont cependant spécialisés dans la production de grosses dindes, destinées à la découpe ou à la charcuterie (escalopes, cuisses ou rôtis, filet et galantines). On parle de dindonneau ou de dindette quand l'animal a été élevé jusqu'à 25 semaines ; ensuite, on parle de dinde. En cuisine, on appelle indifféremment « dinde » le mâle et la femelle, mais la chair du mâle – le dindon – est plus sèche.

■ **Histoire.** La dinde, baptisée « poule d'Inde » par les conquérants espagnols, qui se croyaient aux Indes lorsqu'ils la découvrirent au Mexique, au tout début du XVIe siècle, ne fit son apparition sur une table française qu'en 1570, lors du mariage de Charles IX, mais son emploi en cuisine devint courant vers 1630. En Angleterre, elle finit même par détrôner l'oie de Noël.

Brillat-Savarin, qui se disait « dindonophile », a consacré de longues lignes au coq d'Inde. On y apprend « que le dindon a paru en Europe vers la fin du XVIIe siècle ; qu'il a été importé par les jésuites, qui en élevaient une grande quantité, spécialement dans une ferme qu'ils possédaient aux environs de Bourges ; [...] c'est ce qui fait qu'en beaucoup d'endroits, et dans le langage familier, on disait autrefois, et on dit encore, un "jésuite" pour désigner un dindon ».

Le dindon vit encore à l'état sauvage aux États-Unis et au Mexique, mais, dans ce dernier pays, il était déjà domestiqué du temps des Aztèques : préparé avec une sauce au cacao, il constitue le plat national (*mole poblano de guajolote*). Aux États-Unis, la dinde est le mets traditionnel du *Thanksgiving*, depuis l'arrivée des premiers colons qui furent sauvés de la famine par le dindon sauvage : la dinde est farcie de pain de maïs, rôtie et servie avec ses jus liés et de la gelée de canneberge, généralement accompagnée de pommes de terre et d'une purée de courge. Au Québec, on la sert le jour de l'An, avec une farce maigre ou à base de viande (porc ou chair à saucisse).

■ **Emplois.** La dinde est désormais couramment utilisée en cuisine et constitue, quand elle est rôtie entière, un plat de fête traditionnel, notamment à Noël. Georges Barbarin évoque cette pièce de choix : « La dinde vivante est stupide ; la dinde morte est pleine d'esprit. [...] Un convive l'autopsie avec religion : pilons somptueux, ailerons fondants, ferveur du gésier, onctuosité du foie. Il décervelle le chef, guillotine le cou, lève la chair du flanc et la fleur de l'aiguillette. Il ne reste là-bas que le bonnet de Monseigneur, beaupré croustillant qui traîne dans la sauce. La dinde dépouillée [...] ressemble à une frégate en perdition ou à une charpente de cathédrale. »

■ **Préparation.** Une bonne dinde doit être jeune, grasse et courte de cou, avec une trachée souple. Pour vider la volaille, il faut pratiquer une incision sur la droite du ventre, et enlever également les tendons des pattes ; pour qu'elle soit plus facile à découper une fois cuite, on enlève le bréchet. En général, on barde la cage thoracique pour que les chairs restent moelleuses.

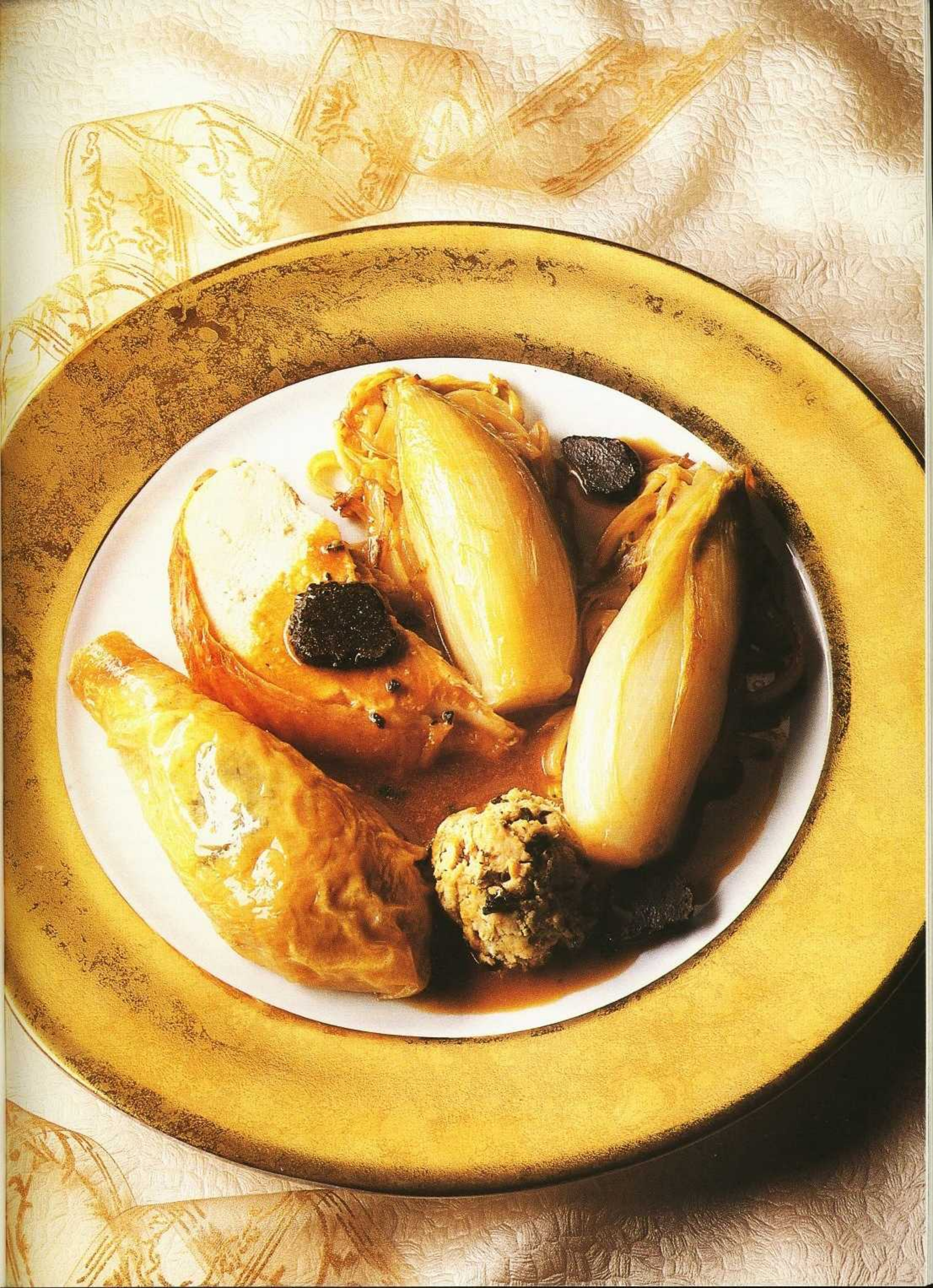
Outre les apprêts concernant les ailerons, les escalopes, les cuisses et les abattis, la dinde se mange rôtie, farcie, parfois braisée ou en ragoût (comme l'oie, garnie à la bourgeoise ou à la chipolata). Le dindonneau peut être grillé ou fricassé comme le poulet, ou cuit à la cocotte (garni d'aubergines, d'artichauts, de champignons, d'oignons ou de pommes de terre rissolées).

abattis de dinde aux navets → ABATTIS

ailerons de dindonneau farcis braisés

Flamber et nettoyer 6 ailerons de dindonneau. Les désosser avec soin sans déchirer la peau. Les farcir avec une farce fine de porc, une farce de volaille ou une farce à quenelle. Envelopper chaque aileron dans une mince barde de lard maintenue avec du fil de cuisine. Foncer une sauteuse beurrée de couenne de lard, de 50 g d'oignons et de 50 g de carottes, coupés en rondelles minces ; ajouter 1 bouquet garni et y mettre les ailerons. Saler et poivrer, couvrir et cuire doucement 15 min sur le feu. Mouiller de 2 dl de vin blanc sec (ou de madère), réduire à sec, à découvert. Mouiller de 2 dl de bouillon de volaille ou de veau, et porter à ébullition. Couvrir et cuire 40 min au four préchauffé à 200 °C. Égoutter les ailerons, les débarder, les glacer au four à 250 °C. Les dresser sur un plat rond. Dégraisser, réduire et passer le fond de braisage ; en napper les ailerons. Servir avec une garniture berrichonne, châtelaine, Choisy, financière, forestière, Godard, jardinière, languedocienne, macédoine, milanaise, piémontaise, ou du riz pilaf, ou du risotto.

▶
Dindonneau truffé, endives braisées
Recette voir page 403.



ailerons de dindonneau Sainte-Menehould

Braiser des ailerons de dindonneau avec une garniture aromatique, sans les laisser ramollir (50 min environ). Les égoutter et les laisser refroidir. Les arroser d'un peu de beurre ou de saindoux fondu, puis les rouler dans de la chapelure fraîche. Les mettre 1 heure dans le réfrigérateur. Les arroser de beurre fondu et les faire dorer 15 min au four préchauffé à 250 °C.

RECETTE DE *MA CUISINIÈRE ISABEAU* (1796)

cuisses de dindon réveillantes

« Prendre deux grosses cuisses de dindon déjà rôties. Les mettre en cocotte avec 1,5 dl de vin de Champagne et autant de bouillon. Ajouter 1 bouquet garni, 2 clous de girofle, sel et poivre, et laisser frémir 1 heure à feu doux. Pendant ce temps, blanchir un ris de veau de 300 g, le parer, le couper en dés. Dans une sauteuse, faire revenir ces dés de ris avec un hachis d'herbes et 200 g de champignons au beurre. Mouiller de 1 dl de bouillon et d'autant de champagne. Laisser mijoter 1 heure très doucement. Hacher 2 filets d'anchois à l'huile, 1 cuillerée de câpres et 1 poignée d'olives vertes dénoyautées. Hors du feu, ajouter ce hachis dans la sauteuse. Servir les cuisses de dindon coupées en deux, sur un plat. Napper de ragoût. »

cuisses de dindonneau braisées

Désosser les cuisses et les garnir avec une farce de volaille ; les rouler en petites ballottines, les faire braiser à blanc ou à brun. Les égoutter, les faire glacer. Les dresser sur un plat de service et les napper de leur sauce. Accompagner d'une purée de légumes, d'un légume braisé (carotte, céleri, etc.), de riz ou de pommes mousseline. On prépare ainsi les cuisses de gros dindonneaux, dont les ailes - ou suprêmes - sont utilisées d'autre part.

RECETTE D'ALICIA GIRONELLA DE'ANGELI

dinde mole à la mexicaine

« Couper une dinde en morceaux et les laisser mariner toute une nuit dans un mélange de jus d'orange, de tequila, d'ail, d'oignon, d'origan, de cannelle et de clous de girofle. Préparer un bouillon avec les abats et la carcasse. Le lendemain, griller pour les ramollir 250 g de piment *mulato*, 300 g de piment *ancho*, 150 g de piment *pasilla* et 50 g de piment *chipotle*. Les débarrasser de leurs nervures, très piquantes, les faire tremper dans de l'eau, les égoutter, les moudre et les frire légèrement. Frire également à la poêle 6 gousses d'ail, 150 g d'amandes, 20 g de graines de piment, 100 g de cacahouètes, 100 g de graines de sésame et 100 g de raisins secs. Griller légèrement avec du poivre, de la coriandre, des clous de girofle, de l'anis et de la cannelle, et les ajouter dans la poêle. Frire 500 g de tomates et 250 g de *tomatillo* rôti jusqu'à ce que toute l'eau de végétation soit évaporée. Réunir tous les ingrédients frits et les piler au mortier, en ajoutant un peu du bouillon de dinde ; la pâte doit être assez lisse. Remettre sur feu doux en remuant sans arrêt avec une spatule, saler et, quand la graisse commence à monter, ajouter 200 g de chocolat noir et le faire fondre en remuant. Diluer éventuellement avec un peu plus de bouillon. Dorer les morceaux de dinde 30 min au four, les arroser avec la marinade et poursuivre la cuisson 40 min. Les dresser sur un plat, les parsemer de graines de sésame grillées et servir avec la sauce *mole*. »

RECETTE DE JEAN ET PIERRE TROISGROS

dindonne pochée vinaigrette à l'huile de noix

« Flamber, vider et brider une dindonne de 6 livres environ. La placer dans une casserole profonde, l'entourer de son cou et, si possible, de quelques abats de volaille. Mouiller d'eau à hauteur, ajouter 1 bouquet garni, assaisonner de gros sel et porter à ébullition. Cuire 1 h 10 à petits frémissements. Ajouter 8 carottes moyennes, 8 petits navets, 8 bâtonnets de blanc de poireau et 1 céleri coupé en 8 cubes. Cuire de nouveau 20 min. Découper la dindonne. Servir dans des assiettes creuses accompagné de la garniture. Arroser d'une louche du bouillon de cuisson puis d'une bonne cuillerée de vinaigrette à l'huile de noix et au vinaigre de vin rouge. »

dindonneau en daube à la bourgeoise

Faire braiser à brun une dinde bien tendre. Aux trois quarts de la cuisson, l'égoutter, passer le fond de braisage, puis remettre la volaille dans la braisière et l'entourer d'une garniture bourgeoise composée de carottes nouvelles tournées (ou en gousses) cuites aux trois quarts, de petits oignons glacés et de morceaux de lard de poitrine blanchis et rissolés. Arroser du fond de braisage et terminer la cuisson tout doucement, à couvert.

dindonneau rôti

Saler et poivrer l'intérieur du dindonneau. Le brider et placer une barde sur sa poitrine et son dos. Le ficeler et le faire rôtir : pour une pièce de 1,5 kg, compter 1 heure à la broche, de 50 à 55 min au four. Enlever la barde avant que la volaille ne soit complètement cuite, de façon qu'elle dore. Servir avec le jus de cuisson passé et dégraissé et du cresson.

dindonneau rôti farci aux marrons

Cerner, ébouillanter et peler 1 kg de châtaignes ; les cuire à moitié seulement dans du bouillon. Tremper dans l'eau froide un grand morceau de crépine de porc. Égoutter les châtaignes, les mettre sur la crépine et rouler. Introduire ce cylindre à l'intérieur d'un

dindonneau de 1,5 kg et coudre l'ouverture. Barder la volaille, la ficeler et la cuire de 1 heure à 1 h 15 au four préchauffé à 200 °C. Enlever la barde un peu avant la fin de la cuisson pour que le dindonneau dore. Servir avec le jus de cuisson passé et dégraissé.

dindonneau truffé
Couper en gros dés 500 g de panne de porc fraîche et 250 g de foie gras cru et les réduire en purée. Ajouter les pelures des truffes qui garniront la volaille. Poudrer de sel, de poivre et d'une pointe de quatre-épices. Passer la farce au tamis fin, la faire fondre, lui ajouter un peu de thym et de laurier en poudre, et la cuire 10 min tout doucement. Ajouter 2 cuillerées à soupe de cognac et laisser refroidir complètement. Parer un dindonneau en laissant la peau du cou très longue, de façon à pouvoir fermer l'ouverture de la volaille au moment de la brider ; le vider par le côté. Tailler des lames de truffe, les saler, les poivrer, les mouiller de cognac et les glisser sous la peau de la volaille. Garnir celle-ci de farce, la brider, l'envelopper dans une feuille de papier sulfurisé beurré et la réserver au frais 24 heures au moins. Barder le dindonneau truffé, l'envelopper à nouveau dans le papier beurré et le rôtir de 25 à 30 min par kilo, au four préchauffé à 210 °C, dans une cocotte, à découvert. Retirer la barde pour faire dorer le dindonneau. Le dresser sur le plat de service et le tenir au chaud. Déglacer la cocotte, faire réduire le jus et le servir en saucière. (Voir photographie page 401.)

poupeton de dindonneau Brillat-Savarin → POUPETON

DÎNER Repas du soir, au sens moderne ; jusqu'à la fin de l'Ancien Régime, repas du matin ou du milieu du jour. À l'origine, le mot désignait le repas du matin, pris après la messe, tout d'abord vers 7 heures, puis à 9 ou 10 heures. Souvent composé de lard, d'œufs et de poisson, le dîner était l'un des deux grands repas de la journée, avec le souper pris vers 17 heures. Au Moyen Âge, l'école de médecine de Salerne préconisait d'ailleurs : « Lever à cinq, dîner à neuf, souper à cinq, coucher à neuf, font vivre d'ans nonante neuf. »

Progressivement, l'heure du dîner recula dans la journée, tandis que le rite de la messe quotidienne était moins strictement observé, et l'on prit dès lors l'habitude de servir une légère collation au lever (c'était le déjeuner, que l'on ne qualifiait pas encore de « petit »). Sous Louis XIII et Louis XIV, on dînait à midi, comme le rapporte Furetière : « Lorsque l'on veut aller trouver les gens, il convient de le faire entre onze heures et midi, surtout pas plus tard car alors on les dérangerait pour passer à table [...] Chercher midi quand il n'est que onze heures se dit des écornifleurs qui viennent juste avant l'heure du dîner afin que l'on soit obligé de les inviter. On les appelle aussi démons de midi. Ou bien chercheurs de midi, comme ceux qui s'introduisent subrepticement dans votre maison à midi dans le but de dérober quelque chose quand le couvert est mis. »

Au XVIIIe siècle, le dîner fut repoussé vers 14 heures, mais le souper restait souvent le repas principal de la journée. Sous la Révolution, enfin, il prit place en fin d'après-midi, tandis que le souper était servi, en ville, à l'occasion d'une soirée. À la campagne, où les habitudes avaient moins changé, le repas du soir a longtemps continué d'être appelé « souper ».

Aujourd'hui, le dîner a lieu vers 20 heures, plus tôt dans les pays nordiques, plus tard dans les pays méditerranéens. Alexandre Dumas définit le dîner comme une « action journalière et capitale qui ne peut être accomplie dignement que par des gens d'esprit : car il ne suffit pas au dîner de manger. [...] Il faut parler avec une gaieté sereine et discrète. La conversation doit étinceler avec les rubis des vins d'entremets, elle doit prendre une suavité délicieuse avec les sucreries du dessert et acquérir une vraie profondeur au café. »

DINOCHEAU Restaurant parisien, fréquenté sous le second Empire par des écrivains et des artistes. Situé rue Bréda dans le IXe arrondissement, ce « cabaret » s'appelait, en fait, *Au Petit Rocher* (par allusion au « Grand », *le Rocher de Cancale*, car ses prétentions gastronomiques étaient plus modestes) ; mais sa clientèle n'avait retenu que le nom du patron, qui se prêtait à un calembour facile. Après 1870, l'établissement n'était plus qu'un simple restaurant de quartier, fréquenté par les cochers et les gens de maison.

DIPLOMATE Entremets dont l'appellation exacte est « pudding à la diplomate ». Il en existe deux versions, l'une cuite, l'autre prise au froid.

La première fait alterner des couches de brioche rassise imbibée de lait avec des fruits confits et de la marmelade d'abricot, recouvertes d'un appareil à crème anglaise crue. Ce diplomate, cuit au bain-marie, se sert froid, démoulé, accompagné de crème anglaise, d'un coulis de fruit ou d'une sauce au chocolat.

La seconde version, plus courante, superpose dans un moule des couches de biscuits à la cuillère, imbibés de sirop parfumé au rhum ou au kirsch, des fruits confits, de la marmelade d'abricot et un bavarois (ou une crème aux œufs). L'ensemble est mis au réfrigérateur, puis servi démoulé, nappé d'un coulis de fruits ou de crème anglaise.

Les diplomates individuels sont des barquettes garnies d'une crème aux fruits confits, abricotées, glacées au fondant et garnies d'un bigarreau confit.

On qualifie également de « diplomate » une bombe glacée, elle aussi caractérisée par la présence de fruits confits.

bombe diplomate → BOMBE GLACÉE

diplomate au bavarois
Laver 50 g de raisins de Smyrne. Porter à ébullition 1 dl d'eau avec 100 g de sucre semoule et y plonger les raisins ; les égoutter en conservant le sirop. Faire macérer 50 g de fruits confits coupés en dés dans 5 cl de rhum. Mettre 3 feuilles de gélatine dans un

récipient d'eau froide et faire bouillir 1/2 litre de lait avec une demi-gousse de vanille fendue en deux ; fouetter 4 jaunes d'œuf avec 125 g de sucre semoule jusqu'à ce qu'ils blanchissent ; les arroser peu à peu de lait bouillant, en remuant à la spatule de bois. Verser dans une casserole et épaissir sur feu doux ; quand le mélange nappe la cuillère, égoutter la gélatine sur un torchon, l'incorporer à la crème et passer le tout dans un tamis ; laisser refroidir complètement ce bavarois. Battre en chantilly 2 dl de crème fraîche avec 1 cuillerée à soupe de lait glacé et l'incorporer au bavarois refroidi, mais encore liquide. Huiler un moule à charlotte. Ajouter au sirop des raisins le rhum des fruits confits et y tremper 200 g de biscuits à la cuillère. Disposer quelques fruits confits au fond du moule, recouvrir d'une couche de bavarois, puis d'une couche de biscuits parsemés de fruits confits, et napper d'un peu de marmelade d'abricot. Remplir le moule en continuant à superposer ces couches. Mettre 2 heures au moins dans le réfrigérateur. Faire fondre sur le feu de la marmelade d'abricot et l'additionner de 5 cl de rhum. En napper le diplomate.

diplomate aux fruits confits

Hacher grossièrement 100 g de fruits confits. Les mettre dans une tasse avec 80 g de raisins secs et les laisser macérer dans 10 cl de rhum. Couper 1 pain brioché de 500 g en tranches. Les écroûter, les beurrer et les dorer légèrement au four en les posant sur la tôle. Beurrer un moule à charlotte de 1,5 litre et le poudrer de sucre. Placer une couche de pain dans le fond et la recouvrir de fruits macérés égouttés. Remplir ainsi tout le moule de couches alternées de pain et de fruits. Mélanger dans une jatte 200 g de sucre semoule, 1 dl de lait et 1 sachet de sucre vanillé. Ajouter 6 œufs battus à la fourchette et le rhum de macération. Verser cette préparation dans le moule, en laissant le pain absorber le liquide. Cuire 1 heure au bain-marie dans le four préchauffé à 150 °C, en évitant toute ébullition. Laisser refroidir complètement, démouler et décorer de 30 g de fruits confits entiers.

diplomate aux pruneaux

Faire macérer 24 heures 200 g de pruneaux d'Agen dans du thé léger, puis les verser avec le liquide dans une casserole, ajouter 50 g de sucre semoule et cuire 15 min à petits frémissements. Mettre 2 jaunes d'œuf dans une autre casserole avec 40 g de sucre semoule, 1 sachet de sucre vanillé et 1 cuillerée à soupe de fécule de maïs ; arroser peu à peu de 1/4 de litre de lait froid et remuer sur feu doux jusqu'à ébullition puis épaississement du mélange ; laisser tiédir. Égoutter et dénoyauter les pruneaux, et additionner leur sirop de 1 verre à liqueur de rhum ou de kirsch. Tremper un par un 28 biscuits à la cuillère dans ce sirop et en garnir le fond d'un moule à charlotte huilé (face bombée des biscuits sur le moule). Garnir l'intérieur avec des couches successives de crème, de pruneaux et de biscuits, en terminant par des biscuits. Mettre la préparation dans le réfrigérateur et la démouler au moment du service, en l'accompagnant d'une crème anglaise au rhum ou au kirsch.

DIPLOMATE (À LA) Se dit d'apprêts où l'alliance des truffes (en salpicon) et du homard (en beurre et en salpicon) évoque une idée de faste et de raffinement.

La sauce diplomate est préparée à partir d'une base de sauce normande dans laquelle on ajoute du beurre de homard, ainsi que des truffes et de la chair de homard hachée.

On appelle « sauce riche » une base de sauce diplomate, à laquelle on incorpore de l'essence de truffe et de la truffe hachée.

Ces sauces accompagnent les poissons fins (saint-pierre, sole, turbot).

▶ **Recette** : SOLE.

DISTILLATION Traitement d'un liquide par la chaleur, permettant d'isoler ses constituants volatils et d'en récupérer une partie par condensation. La distillation est l'opération fondamentale de la fabrication des alcools. L'alcool étant plus léger que l'eau, il s'évapore à une température plus basse qu'elle ; quand on chauffe un liquide alcoolisé à une température comprise entre les deux points d'ébullition respectifs, on peut retenir les vapeurs qui s'en dégagent et les condenser par refroidissement pour obtenir un liquide dont la teneur en alcool est plus forte.

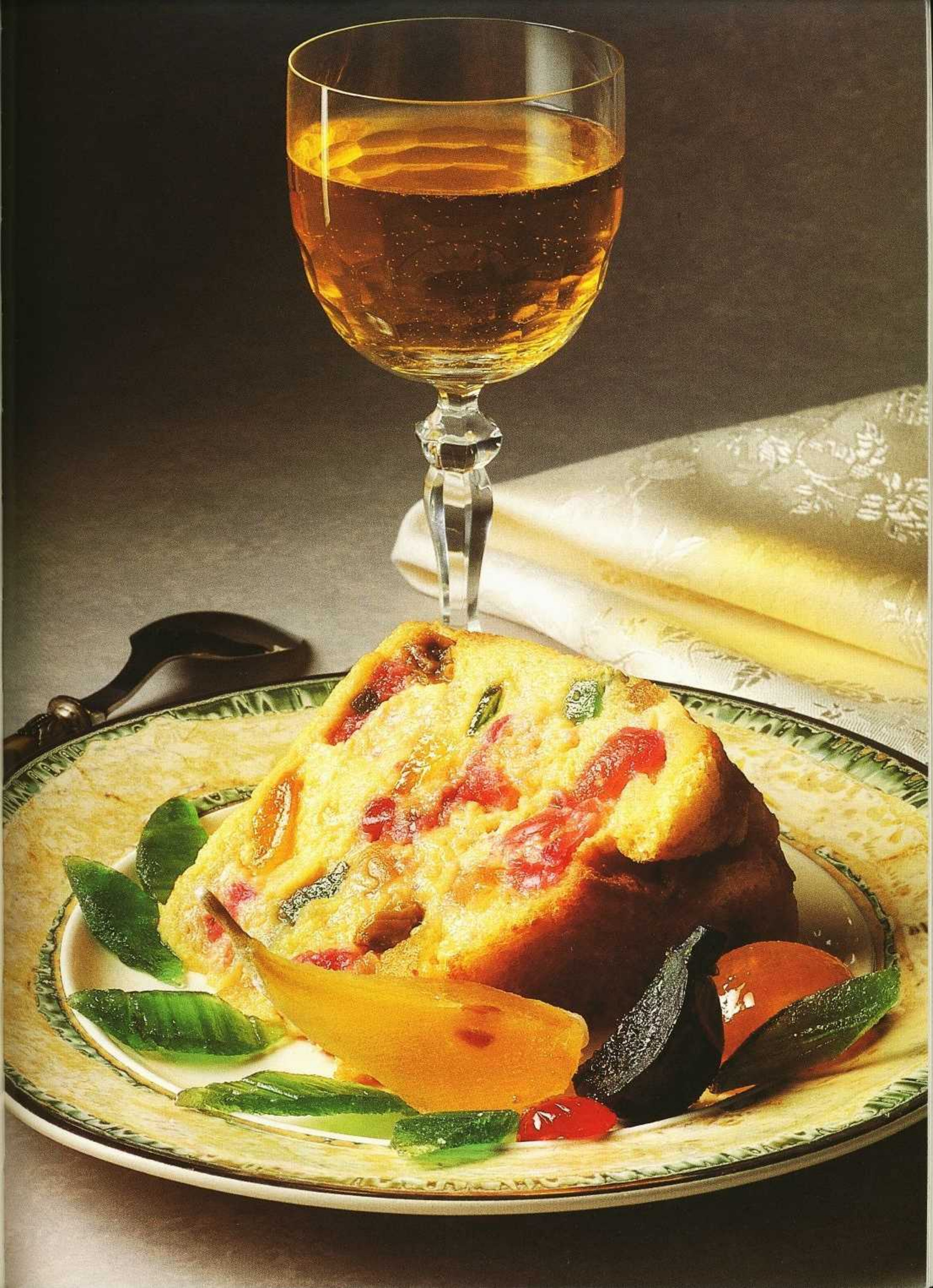
La distillation des vins et des moûts fermentés grâce à l'alambic fournit la gamme des alcools. Inventé par les Arabes, celui-ci était utilisé au Moyen Âge par les alchimistes et les médecins.

La distillation au sens moderne est née en 1800, lorsque le chimiste anglais Adam inventa la rectification. Cette redistillation supprime le mauvais goût de l'alcool, mais aussi le bon, ce qui oblige à réintroduire des substances aromatiques (notamment dans le gin, la vodka et l'aquavit).

La distillation resta longtemps un art domestique ou artisanal. Les gouvernements de tous les pays, trouvant dans la consommation de l'alcool une source de revenus considérable, interdirent ou réglementèrent l'emploi des alambics individuels et taxèrent plus ou moins fortement la distillation collective (voir BOUILLEUR DE CRU).

DIVAN LE PELETIER Brasserie installée rue Le Peletier, à Paris, fondée en 1837 par un limonadier du nom de Lefèvre, à l'enseigne du *Café du Divan*. Le voisinage de l'Opéra, situé alors dans la même rue, y amena une clientèle d'artistes et d'écrivains. Honoré de Balzac et Paul Gavarni y côtoyaient Alfred de Musset (amateur de bière à l'absinthe), Jean-Louis Meissonier, Honoré Daumier et Henri Monnier. Un chroniqueur de l'époque salue *le Divan* comme le « *Procope* du XIXe siècle, coulisse des Belles Lettres ». On y appréciait, outre la bière, des liqueurs douces, baptisées de noms fantaisistes : « Parfait Amour » ou « Crinoline », mais aussi « Alma » ou « Sébastopol », voire « Ligue impériale » ou « le Retour du Banni ». L'établissement ferma en 1859.

▶ *Diplomate aux fruits confits*



DODINE Sauce classique de la cuisine médiévale, dont Taillevent donne trois recettes : la dodine blanche, la dodine rouge et la dodine au verjus. La graisse de la volaille rôtie est déglacée, selon les versions, soit avec du verjus, soit avec du vin vermeil, voire même avec du lait. La sauce ainsi obtenue est épaissie avec du pain grillé, et aromatisée avec du persil et diverses épices. L'édition de 1602 du livre de Platine, *l'Honneste Volupté*, donne une recette plus détaillée et plus sophistiquée où entre notamment le foie de volaille.

Aujourd'hui, on appelle encore « canard à la dodine » (ou « pintade en dodine ») une préparation de grande cuisine, où l'animal est rôti, puis découpé : les aiguillettes et les cuisses sont réservées. La carcasse est rissolée avec des carottes et des oignons (ou des champignons), du vin, des épices et le jus de cuisson ; l'ensemble est passé au tamis ; on ajoute ensuite le foie cru et haché de la volaille, on lie avec de la crème fraîche, puis on en nappe les morceaux cuits, dressés sur un plat chaud.

La dodine de canard, elle, est une spécialité réputée en Aquitaine, en Bourgogne (au chambertin), dans le Morvan et en Touraine.

Le mot « dodine » a évolué vers un autre sens, peut-être parce qu'il se rapproche phonétiquement de l'adjectif « dodu » : c'est en effet aussi une ballottine.

dodine de canard

Désosser un canard sans abîmer la peau et sans entailler les filets de la poitrine. Détacher de la peau toute la chair. Couper les filets en aiguillettes et les faire macérer 24 heures avec 2 cuillerées à soupe de cognac, 1 pincée de quatre-épices, du sel et du poivre. Tremper à l'eau froide une crépine de porc intacte. Hacher le reste de la chair du canard avec 250 g de lard gras, 250 g de chair maigre de porc, 250 g de veau, 250 g de champignons de Paris nettoyés, 50 g de poudre d'amande et 1 petit bouquet de persil. Travailler ce mélange avec 2 cuillerées à soupe de fines pelures de truffe, 1 œuf, du sel et du poivre. Faire sauter à la poêle une noisette de ce mélange pour goûter et au besoin rectifier l'assaisonnement. Étendre la peau du canard sur un plan de travail, y étaler la moitié de la farce, y disposer les aiguillettes, régulièrement, et couvrir avec le reste de la farce. Rabattre la peau, côté cou et côté croupion, vers le milieu, et rouler la dodine. Éponger la crépine et l'étendre sur le plan de travail ; en envelopper la dodine, couper l'excédent. Ficeler le tout bien serré. Braiser la dodine 1 h 30 à 1 h 45 au four préchauffé à 200 °C, en l'arrosant plusieurs fois, avec un peu de vin blanc : le jus qui s'en écoule lorsqu'on la pique doit alors être limpide. Retirer les fils et les éléments de la crépine qui n'ont pas fondu. Dégraisser le fond de cuisson, y ajouter 2 cuillerées à soupe de porto et quelques cuillerées de bouillon ; faire réduire de moitié. Couper la dodine en tranches et les présenter entourées de cresson et accompagnées de la sauce. On peut aussi servir la dodine froide, avec une salade verte ou composée.

DOLIC OU **DOLIQUE** Plante comestible de la famille des papilionacées, voisine du haricot, dont on cultive diverses variétés dans les régions tropicales.

Le dolic mongette, très répandu en Chine, en Louisiane, et un peu dans le sud de la France (où on l'appelle « bannette ») et en Italie, ressemble à un haricot à petits grains ; on en mange les jeunes gousses comme des haricots verts et les grains à maturité comme des pois secs.

Le dolic asperge se caractérise par des gousses très longues (jusqu'à 1 m), dont les pois sont de couleur variable. Il existe aussi un dolic d'Égypte, un dolic bulbeux et un dolic lablab, cultivés en Afrique et aux Antilles.

DOLMA Apprêt de la cuisine turque et grecque, composé d'une feuille *(dolma)* de vigne *(yalanci)* garnie de riz et de chair d'agneau de lait, roulée en paupiette et braisée à l'huile d'olive et au citron. Les dolmas (ou dolmades) se servent généralement froids, en hors-d'œuvre.

On peut aussi les préparer avec des feuilles de chou, de figuier, voire de noisetier.

En Turquie, ils sont traditionnellement cuits avec de la graisse de queue de mouton.

yalanci dolmas

Blanchir 2 min au maximum une soixantaine de grandes feuilles de vigne très saines. Les rafraîchir sous l'eau froide et les éponger. Cuire à moitié, au gras, 125 g de riz. Éplucher et hacher grossièrement 400 g d'oignons et les faire fondre à l'huile d'olive, sans coloration. Hacher 250 g de chair d'agneau et la dorer à la poêle. Hacher enfin 1 cuillerée à soupe de menthe fraîche. Mélanger tous ces éléments. Étaler chaque feuille de vigne, y poser une boulette de farce, rabattre dessus le côté pointe et le côté queue, et rouler en cylindre. Ficeler avec du fil de cuisine. Huiler une sauteuse, y ranger les dolmas bien serrés les uns contre les autres. Arroser de 4 cuillerées d'huile d'olive, du jus de 2 citrons et de 1 verre de bouillon. Ajouter 1 cuillerée à soupe de graines de coriandre. Couvrir et cuire 30 min à petits frémissements. Égoutter les dolmas et les laisser refroidir complètement avant de retirer les fils.

DOMYOJI AGE Crevettes frites enrobées de riz séché, typiquement japonaises, accompagnées de poivrons et d'aubergines émincés et de tranches de citron. C'est l'un des exemples les plus caractéristiques de mets alliant des contrastes de texture, de couleur et de saveur, très appréciés par les gastronomes nippons.

DORÉ Nom donné au Canada au sandre en raison des reflets dorés de sa peau. Il existe un doré bleu, un doré noir et un doré jaune, particulièrement apprécié des pêcheurs pour son instinct combatif. Plus petit que le sandre européen, le doré s'apprête comme la perche ou tout autre poisson à chair ferme.

Dorer à l'œuf



1. *Dorer à l'œuf entier battu le centre puis le tour de la galette.*



2. *À l'aide d'un pinceau, remonter l'excédent d'œuf des bords vers le centre.*

DORER Badigeonner une pâte au pinceau avec de l'œuf battu, éventuellement délayé avec un peu d'eau ou de lait : cette « dorure » permet d'obtenir, après cuisson, une croûte brillante. On dore à l'œuf entier ou au jaune uniquement les feuilletages, les tourtes et pies, la brioche, la pâte à chou, les pâtés en croûte ; on dore à l'œuf et au caramel, au lait sucré ou à l'eau miellée les biscuits, petits-fours et gâteaux secs.

DORIA Nom de divers apprêts de la cuisine classique, probablement dédiés à un membre de la célèbre famille princière de Gênes, habitué du *Café Anglais* au XIXe siècle. Ces apprêts évoquent l'Italie soit par une association de couleurs rappelant le drapeau italien (concombre cuit, vermouth blanc), soit par la présence de truffes blanches du Piémont.

▶ **Recette** : BOMBE GLACÉE.

DOS Partie supérieure de la carcasse d'un gros gibier, correspondant à la région dorso-lombaire. Le dos fournit le carré de côtes et le filet. Il ne faut pas le confondre avec le râble, qui ne comporte pas les côtes.

DOUCEÂTRE Qualificatif désignant une saveur plutôt fade, peu intense. Le mot est plutôt péjoratif : un dessert douceâtre n'est pas assez sucré, une sauce douceâtre manque de caractère, un vin douceâtre n'a pas pris son style entre sec et doux.

DOUGHNUT Sorte de beignet en pâte levée (« noix *[nut]* de pâte *[dough]* »), très populaire dans toute l'Amérique du Nord, notamment dans les régions peuplées à l'origine d'Allemands et de Scandinaves, qui préparaient alors des pâtisseries comparables. Généralement en forme d'anneau, le doughnut, parfois fourré de gelée de groseille, est poudré de sucre glace et traditionnellement servi chaud.

doughnuts

Délayer 15 g de levure de boulanger avec 1 verre de lait tiède. Mettre dans un plat creux 500 g de farine tamisée, 100 à 125 g de sucre semoule, 1 grosse pincée de sel et 1/2 cuillerée à café de noix de muscade râpée. Mélanger, puis creuser en fontaine. Verser 1 œuf battu et y incorporer le maximum de farine. Ajouter 2 autres œufs, un par un, puis 60 g de beurre fondu et bien travailler la préparation. Lui incorporer enfin le lait tiède et pétrir la pâte jusqu'à ce qu'elle soit élastique ; la laisser doubler de volume à température ambiante. Poudrer de farine un plan de travail. Abaisser la pâte au rouleau sur une épaisseur de 1 cm environ, puis la découper en disques avec un emporte-pièce de 6 à 7 cm de diamètre. Frire ceux-ci à l'huile très chaude (180 °C), le temps qu'ils gonflent et dorent. Les égoutter, les éponger sur du papier absorbant. Les poudrer de sucre glace. Servir très chaud avec du sirop d'érable ou de la compote d'airelle.

DOUILLET (PÈRE) OU **PERDOUILLET** Nom donné dans la cuisine des XVIIe et XVIIIe siècles à un apprêt surtout destiné au cochon de lait. Celui-ci était coupé en quartiers, mijoté avec du vin blanc et des aromates et servi avec du citron. Pierre de Lune, écuyer de bouche du prince de Rohan, en rédigea la recette dans *le Cuisinier* (1654). Le plat se servait froid, tiède ou chaud ; on préparait de même le canard. Menon, dans *la Cuisinière bourgeoise* (1742), donne une version nettement plus élaborée du « cochon par quartiers au père Douillet » : l'animal est cuit au bouillon, refroidi dans sa gelée et servi reconstitué dans un grand plat, décoré d'écrevisses. Il en existe aussi une recette avec des ris de veau, dans une sauce parfumée aux grains de grenade et au verjus.

DOUILLON Pâtisserie normande, faite d'une poire entière évidée et emplie d'un mélange de beurre, de sucre et de cannelle, enveloppée dans une abaisse de pâte et cuite au four.

douillons

Mélanger 500 g de farine, 350 g de beurre ramolli, 2 œufs, 3 cuillerées à soupe de lait, 20 g de sucre semoule et 1 cuillerée à café de sel. Quand la pâte est bien homogène, la façonner en boule et la mettre dans le réfrigérateur. Peler 8 petites poires et en retirer le cœur ; emplir le creux d'une noix de beurre et cuire 10 min au four préchauffé à 190 °C. Laisser refroidir complètement, sans éteindre le four. Abaisser la pâte

au rouleau sur 2 mm d'épaisseur et la découper en 8 carrés égaux. Placer une poire bien égouttée au milieu de chaque carré et ramener les pointes vers le haut en étirant un peu la pâte. Souder les côtés et la pointe en les pinçant entre les doigts mouillés. Avec le bout d'un couteau, tracer des lignes sur la pâte. Dorer les douillons avec 1 jaune d'œuf battu dans 2 cuillerées à soupe de lait et cuire 30 min au four. Les servir chauds, tièdes ou froids, avec de la crème fraîche.

DOUM Palmier africain dont on tire un vin de palme. Dans son *Grand Dictionnaire de cuisine* (1872), Alexandre Dumas précise : « Le doum donne un fruit rafraîchissant, dont j'ai pu juger par moi-même le goût de pain d'épice. Une dame du Caire, qui voulut jadis y fêter ma présence, me tendit de ses fines mains rougies de henné un frais sorbet de doum. »

DOURO Fleuve prenant sa source en Espagne, où il traverse plusieurs zones viticoles, dont le Ribera del Duero. Il poursuit son cours au Portugal : la vallée du Douro est ainsi le berceau du porto. Celui-ci est produit dans les trois zones de Cirna Cargo, de Baixo Cargo et du haut Douro.

DOUX Qualificatif désignant la saveur sucrée. Le goût sucré a longtemps été apporté par les différents sucres des fruits et par le miel. Puis l'usage du sucre (extrait de la canne à sucre ou de la betterave) s'est répandu. En cuisine, la douceur est apportée par des substances donnant un caractère sucré au plat.

DRAGÉE Confiserie faite d'une amande (appelée « noyau ») enrobée de sucre durci, lissé, blanc ou coloré ; l'amande peut être remplacée par une noisette, une pistache, de la nougatine, de la pâte d'amande, du chocolat ou de la liqueur.

■ **Histoire.** L'amande enrobée de miel était déjà une friandise très appréciée des Grecs et des Romains. La dragée telle qu'elle existe aujourd'hui est mentionnée pour la première fois en 1220, dans les archives de la ville de Verdun. À cette époque, les apothicaires (avec lesquels les confiseurs étaient encore confondus) enrobaient de miel certaines épices (anis, coriandre, fenouil), dites « épices de chambre », que l'on consommait pour se purifier l'haleine ou comme digestif. Le sucre de canne ayant été introduit en Europe, les premières vraies dragées apparurent ; leur noyau était une amande ou une graine de citrouille ou de concombre, recouverte de sucre durci. En 1660, Colbert notait qu'il se faisait à Verdun un « grand commerce de dragées » : on en offrait, en particulier, lors des baptêmes royaux. Aujourd'hui, la cité est restée la « ville de la dragée » ; l'« obus de Verdun », fait de chocolat et doté d'une mèche que l'on allume, libère en explosant des dragées et des accessoires de cotillon.

Jusqu'en 1850, la fabrication des dragées s'effectuait artisanalement, à la main, dans des bassines suspendues que l'on faisait tourner pour que le sucre recouvre régulièrement les amandes. C'est en 1850 que fut inventée la première turbine mécanique. Depuis, le procédé s'est perfectionné (pulvérisation sous pression du sirop de sucre sur les noyaux, séchage à l'air pulsé).

■ **Toute une gamme de dragées.** Le procédé de dragéification est le même, qu'il s'agisse de dragées à l'amande, à la noisette ou à la pistache, de dragées nougatines ou de dragées fourrées ; seule la garniture change. Les amandes les plus réputées sont d'origine italienne (les *avolas*, plates et régulières), les espagnoles *(planetas)*, légèrement bombées, étant moins régulières. Elles sont mises en turbine, mouillées trois fois d'un mélange de gomme arabique et de sucre, séchées, puis recouvertes d'un sirop de sucre concentré ; elles sont ensuite blanchies (dans un sirop de sucre additionné d'amidon), puis lissées et éventuellement colorées.

Les dragées au chocolat, au nougat, au fondant, à la pâte d'amande ou à la liqueur sont confectionnées sur des noyaux coulés ou moulés ; les spécialités les plus connues regroupent les « olives de Provence », les « cailloux » et « galets » divers, les œufs à la liqueur et les anis de Flavigny.

Les « perles d'argent » s'obtiennent en recouvrant un noyau de sucre avec une solution à base de gélatine, puis avec de l'argent pur.

Quant aux dragées tendres (dites aussi « dragées à froid » ou « dragées Julienne »), en forme de haricots ou de pois (chevriers d'Arpajon, haricots de Soissons), elles comportent un noyau en sucre cuit, clair ou battu, enrobé de glucose dilué, puis de sucre glace.

DRAMBUIE Liqueur écossaise à base de whisky, de miel de bruyère et d'herbes aromatiques. Elle se boit nature, sur des glaçons ou agrémentée d'un zeste de citron. Sa formule est la propriété de la famille Mackinnon, qui la garde secrète. La drambuie, peu connue en Europe, est très populaire aux États-Unis, ainsi qu'au Royaume-Uni.

DRESSER Disposer harmonieusement sur un plat de service tous les éléments d'une préparation culinaire, pièce principale, garniture, sauce, éléments de décor. En pâtisserie, dresser une pâte consiste à l'abaisser au rouleau, à la disposer dans un moule ou à la pousser à la poche à douille.

En restauration, le dressage s'effectue dès que les mets sont « à point ». Pour les plats chauds, il se fait rapidement pendant le « coup de feu » et se termine par la touche finale de présentation. Les éléments de garniture doivent toujours être prêts : persil en branche et cresson en bouquets gardés dans de l'eau fraîche ; beurre maître d'hôtel conservé dans de l'eau avec des glaçons ; persil haché et oignons ciselés protégés par une mousseline ; champignons citronnés ; persil frit au chaud ; beurres composés en rouleaux, enveloppés de papier d'aluminium, dans le réfrigérateur.

Le matériel de dressage comprend les plats de service, les raviers et les plats à compartiments (pour les hors-d'œuvre), les coupes et les timbales, les cocottes de service en cuivre (pour le gibier notamment), les légumiers, saucières et saladiers, les soupières, terrines, compotiers, porte-toasts, etc.

Certains mets demandent un matériel de dressage particulier : ainsi, les huîtres et les fruits de mer sont servis sur un plateau garni de glace pilée, monté sur support. D'autres nécessitent la présence d'un chauffe-plat. Quelques-uns disposent d'ustensiles spécifiques : assiette et pinces à escargots, berceau à asperges, etc.

■ **Pratique du dressage.** Les éléments sont souvent disposés à plat, mais, selon leur forme, ils peuvent aussi se chevaucher ou être placés en quinconce, en dôme, en pyramide ou en couronne. Gibiers et volailles sont couramment dressés sur canapé. La pomme de terre est fréquemment l'élément de base du dressage : bordure en pommes duchesse, nid de pommes paille, petit tas de pommes noisettes. Les fonds d'artichaut, les tomates et les têtes de champignon sont aussi largement employés pour dresser les garnitures.

Une tendance actuelle de la restauration consiste à pratiquer le service à l'assiette, où la portion individuelle est dressée directement dans l'assiette, nappée de sauce et entourée de sa garniture.

DROUANT Restaurant ouvert à Paris, en 1880, par Charles Drouant, à l'angle de la place Gaillon et de la rue Saint-Augustin. Spécialisé dans les fruits de mer, il attira une clientèle de journalistes et d'écrivains, tels que Jean Ajalbert, Léon Daudet, Octave Mirbeau et les frères Rosny. *Drouant* s'agrandit, et conquit sa renommée grâce à sa cave (crus blancs en particulier). Les journalistes de *la Justice*, le journal de Clemenceau, ayant eu l'idée d'organiser des dîners hebdomadaires, les « dîners du vendredi », Jean Ajalbert proposa *Drouant*, « honorable cuisine et vins loyaux, et quelques cabinets particuliers au premier étage ».

Mais c'est en octobre 1914 que le restaurant entra vraiment dans l'histoire littéraire, lorsque l'Académie Goncourt décida d'y tenir ses assises, après avoir siégé au *Grand Hôtel*, chez *Champeaux*, puis au *Café de Paris*. Il y eut de nombreux gourmets parmi les académiciens Goncourt, dont Huysmans, thuriféraire du hareng, Léo Larguier, amateur de confiture d'Apt et de bouillabaisse, Raoul Ponchon et surtout Léon Daudet, qui instaura le service du blanc de blancs, toujours en vigueur. Le testament d'Edmond de Goncourt précisait que le repas devait coûter vingt francs par convive, et les académiciens paient toujours cette somme, c'est-à-dire vingt centimes...

La tradition voulait aussi que le dernier des élus élaborât le menu, mais il fut décidé, en fait, de faire confiance au plus gourmet, puis au secrétaire, après une initiative malencontreuse d'Octave Mirbeau, qui, en 1907, fit servir du chou rouge, ce qui indisposa les convives. Ces quelques menus, échelonnés sur plusieurs décennies, ont été servis, selon la tradition, dans le salon Louis XVI du deuxième étage, autour d'une table ronde à nappe damassée (les couverts en vermeil, gravés au nom des convives, sont conservés dans un coffre).

– 1933 (lauréat : André Malraux pour *la Condition humaine*) : huîtres, brochet boulangère, dindonneau rôti pommes en liards, cèpes à la bordelaise, fromages, glace pralinée et fruits.

– 1954 (lauréate : Simone de Beauvoir pour *les Mandarins*) : huîtres, turbot grillé, poularde de Bresse au champagne, fromages, soufflé aux liqueurs et fruits.

– 1981 (lauréat : Lucien Bodard pour *Anne-Marie*) : beluga de la Caspienne, foie gras à la gelée de porto, homard Drouant, gigue de chevreuil Saint-Hubert, crème de marrons, fromages, soufflé glacé aux avelines avec mignardises.

▶ **Recette** : SOLE.

DRY Adjectif anglais, signifiant « sec », qui qualifie un vermouth ou un gin, par opposition à « doux », et, par extension, toute boisson dont la teneur en sucre est réduite, ainsi que les cocktails dans lesquels ils entrent (voir COCKTAIL). Appliqué au champagne, il signifie au contraire « plutôt doux », par opposition à « extra dry », qui veut dire « assez sec », et à « brut », qui veut dire « très sec ». Dry est l'appellation d'un cocktail très sec (le préféré de James Bond 007) apprécié des Américains (une goutte de Martini dry et une mesure de gin, avec une olive et un zeste de citron).

DU BARRY Nom de divers apprêts comportant du chou-fleur. La garniture Du Barry pour pièces de boucherie associe pommes château et petites boules de chou-fleur blanchi, façonnées à la serviette, nappées de sauce Mornay, poudrées de fromage râpé et glacées sous le gril. Tous ces apprêts sont dédiés à la comtesse du Barry, car il était d'usage de donner le nom de la favorite du roi à un plat ou un mets nouveau, en l'occurrence le chou-fleur à la sauce crème.

▶ **Recettes** : CRÈME, CROÛTE, OMELETTE, POTAGE, SALADE.

DUBLEY Nom d'une garniture pour grosses pièces de boucherie, composée de têtes de champignon grillées et de croustades en pommes duchesse, emplies d'une purée de champignon.

DUBOIS (URBAIN FRANÇOIS) Cuisinier français (Trets 1818 - Nice 1901). Sa carrière commença à Paris, chez *Tortoni*, se poursuivit au *Rocher de Cancale* et au *Café Anglais*, mais se déroula surtout à l'étranger, en Russie, chez le prince Orloff, et en Allemagne, où il fut chef des cuisines de Guillaume Ier avec Émile Bernard (Dole 1826 - *id.* 1897) qui, lui, avait été au service de Napoléon III. Ce serait grâce à Dubois que le service « à la russe » aurait prévalu dans les repas de prestige. Son œuvre théorique est considérable. Son monument reste *la Cuisine classique* (1856), écrite en collaboration avec Émile Bernard, mais il signa en outre *la Cuisine de tous les pays* (1868), *la Cuisine artistique* (1870), *l'École des cuisinières* (1876), *la Nouvelle Cuisine bourgeoise pour la ville et pour la campagne* (1878), *le Grand Livre des pâtissiers et des confiseurs* (1883), *la Cuisine d'aujourd'hui* (1889) et *la Pâtisserie d'aujourd'hui* (1894).

DUCHESSE Apprêt en pâte à choux, salée ou sucrée, servi en entrée, en garniture ou en dessert (comme la profiterole). Les duchesses salées sont garnies de mousse ou d'un salpicon. Les duchesses

d'entremets sont fourrées de crème pâtissière à la vanille ou de chantilly, glacées au sucre, semées de pistaches hachées ou d'amandes effilées, ou poudrées de cacao.

On appelle aussi « duchesses » des petits-fours faits de coques de meringue ou de rondelles en pâte à langues-de-chat, soudées deux par deux par une crème au beurre aromatisée.

La duchesse étant également une excellente variété de poire d'hiver, son nom désigne en outre divers entremets où intervient la poire.

***duchesses** (petits-fours)*

Beurrer et fariner 3 plaques à pâtisserie. Mélanger dans une terrine 100 g de poudre d'amande, 100 g de sucre semoule et 40 g de farine. Battre 6 blancs d'œuf en neige très ferme et les ajouter à la préparation. Incorporer 40 g de beurre fondu. Garnir de cette pâte une poche à douille et la dresser en petites masses sur les plaques beurrées. Cuire 4 ou 5 min au four préchauffé à 275 °C, puis sortir les plaques du four et en détacher les rondelles de pâte. Mélanger 40 g de beurre fondu avec 200 g de praliné, et réunir les duchesses deux par deux en les soudant avec cette crème. Mettre au frais jusqu'au moment de servir.

DUCHESSE (À LA) Se dit en cuisine d'un apprêt garni, entouré ou décoré de pommes duchesse (œufs pochés, tournedos, coquille de poisson, etc.).

En pâtisserie, l'appellation concerne des apprêts où interviennent des amandes.

▶ **Recettes** : AMANDINE, BOMBE GLACÉE.

DUCHESSE (POMMES) Purée de pomme de terre additionnée de beurre et de jaune d'œuf, poussée à la douille et frite, pour accompagner les pièces de boucherie. Les pommes duchesse sont également utilisées comme décor (bordure, coquille, croustade, cassolette, etc.). On en fait aussi des croquettes panées et frites : enrichies de truffes hachées, enrobées d'amandes effilées et façonnées en croquettes rondes, ce sont les pommes Berny ; mélangées avec du jambon haché, enrobées de vermicelle fin cru et façonnées en bouchons, ce sont les pommes saint-florentin.

▶ **Recette** : POMME DE TERRE.

DUCLOUX (JEAN) Cuisinier français (Tournus 1920). Petit-fils d'un confiseur, il fut d'abord commis de cuisine chez Alexandre Dumaine à Saulieu puis, après son apprentissage à Dijon, chez Racouchot *(Les Trois Faisans)*, en 1935. Douze ans plus tard, il créa le restaurant *Greuze*, à Tournus, où il se fit le gardien de la tradition, du respect des produits et de l'honnêteté de la démarche culinaire. Le *Michelin* lui accorda sa première étoile en 1949, la seconde en 1978. Jean Ducloux a publié en 1987 *la Cuisine traditionnelle*.

DUGLÉRÉ (ADOLPHE) Cuisinier français (Bordeaux 1805 - Paris 1884). Élève de Carême, chef des cuisines de la famille Rothschild, il reprit ensuite la direction du restaurant *les Frères provençaux*, puis, en 1866, devint chef cuisinier du *Café Anglais*, auquel son nom reste attaché. On le décrit comme « un artiste taciturne qui se complaisait dans un isolement propice aux méditations », et ses créations culinaires firent la réputation du fameux restaurant du second Empire : le potage Germiny, les pommes Anna, la sole et le bar Dugléré, le soufflé à l'anglaise. C'est lui qui composa le menu du célèbre dîner dit « des Trois Empereurs » qui réunit le tsar Alexandre II, le tsarévitch Alexandre, Guillaume Ier de Prusse, le prince royal et Bismarck.

7 juin 1867
Menu du dîner
ordonné par Adolphe Dugléré,
le « Mozart de la cuisine »

POTAGES
impératrice et Fontanges

HORS-D'ŒUVRE
soufflés à la reine

RELEVÉS
filets de sole à la vénitienne
escalopes de turbot au gratin
selle de mouton purée bretonne

ENTRÉES
poulet à la portugaise
pâté chaud de cailles
homard à la parisienne
sorbets au vin

RÔTIS
caneton à la rouennaise
ortolans sur canapés

ENTREMETS
aubergines à l'espagnole
asperges en branches
cassolettes princesse

DESSERTS
bombes glacées

VINS
madère retour de l'Inde,
xérès,
château-d'yquem 1847,
château-margaux 1847,
château-lafite 1847,
château-latour 1848,
chambertin 1846,
champagne Roederer

▶ **Recette** : SOLE.

DUMAINE (ALEXANDRE) Cuisinier français (Digoin 1895 - *id.* 1974). Apprenti dès l'âge de douze ans dans un hôtel de Paray-le-Monial, il gravit tous les échelons de la profession avant de s'affirmer comme « grande toque » dans des établissements alors renommés

(*le Carlton*, à Vichy puis à Cannes, *le Café de Paris* et l'hôtel *Louvois* à Paris, l'hôtel de *l'Oasis* à Biskra). En 1932, il ouvrit un restaurant à Saulieu, dont il fit, avec l'aide de sa femme Jeanne, un haut lieu de la gastronomie ; l'hôtel de *la Côte-d'Or* représenta, avec les établissements de Point à Vienne et de Pic à Valence, l'un des trois phares de la cuisine provinciale dans les années 1930 à 1950. Retiré en 1964, Dumaine rédigea, en collaboration avec Henry Clos-Jouve, un livre de souvenirs et de recettes, *Ma cuisine*.

DUMAS (ALEXANDRE) Écrivain français (Villers-Cotterêts 1802 - Dieppe 1870). C'est en 1869 que le romancier accepta la proposition que lui soumit un jeune éditeur, Alphonse Lemerre, d'écrire un *Grand Dictionnaire de cuisine*.

Pour trouver le calme nécessaire à la rédaction de cette entreprise monumentale (1 152 pages), Dumas se retira à Roscoff (Finistère), en compagnie de sa cuisinière Marie.

L'ouvrage fut achevé en mars 1870, quelques semaines avant sa mort, et parut en 1872 ; son auteur était persuadé qu'il resterait à la postérité comme son œuvre la plus éclatante. Il est peu fiable sur le plan strictement culinaire, malgré l'amicale collaboration de Joseph Vuillemot, élève d'Antonin Carême, qui publia une version revue et abrégée du *Dictionnaire* en 1882. Mais, malgré ses erreurs, ses lacunes et ses jugements à l'emporte-pièce, l'ouvrage, écrit dans un style alerte et amusant, fourmille d'anecdotes dans des articles mi-savants mi-cocasses, qui en font « le plus savoureux des romans de cape et d'appétit » (J. Arnaboldi).

Dumas fut par ailleurs un grand habitué des restaurants de la capitale : il avait son cabinet attitré à *la Maison Dorée*, il fréquentait les « dîners Bixio » chez *Brébant-Vachette*, le *Rocher de Cancale*, le *Jockey Club* où officiait son protégé Jules Gouffé, et le *Restaurant de France*, place de la Madeleine, où son ami Vuillemot donna un célèbre dîner en son honneur (avec « homard à la Porthos », « filet de bœuf Monte-Cristo », « salade à la Dumas », gorenflot, etc.).

Dumas mettait un point d'honneur à assaisonner lui-même la salade : « Je place dans un saladier un jaune d'œuf dur par deux personnes. Je le broie dans l'huile pour en faire une pâte. À cette pâte, j'ajoute du cerfeuil, du thym écrasé, des anchois pilés, des cornichons hachés et le blanc des œufs durs, également haché. Sel et poivre. Je délaye le tout avec un bon vinaigre, puis je mets la salade dans le saladier. À ce moment, j'appelle un domestique et lui dis de retourner la salade. Lorsqu'il a terminé, je laisse tomber de haut une pincée de paprika. Il ne reste plus qu'à servir. » Autre salade célèbre de Dumas, celle de truffes, « pelées avec un couteau d'argent » et assaisonnées, selon l'humeur du maître, de champagne, de liqueur ou de lait d'amande.

DUMPLING Boulette de pâte pochée, salée ou sucrée, servie en garniture ou en entremets. Cet apprêt très courant de la cuisine anglo-saxonne est voisin des Knödel et Klösse d'Autriche et d'Allemagne.

Les dumplings en pâte à pain étaient traditionnels avec le bœuf bouilli aux carottes et à la purée de pois, plat typique des « cockneys » londoniens, toujours apprécié. Ces quenelles se font aujourd'hui avec un mélange de farine et de graisse fine de bœuf ; on les fait pocher dans le bouillon de viande.

L'*apple dumpling* anglais est une sorte de douillon (voir ce mot) en pâte levée.

Aux États-Unis, les dumplings sont faits avec de la farine, de la levure, du beurre et du lait ; façonnés en boules grosses comme des noix, ils sont pochés dans les soupes de légumes, les potées, les consommés de bœuf ou de volaille. On peut ajouter à leur pâte de la farine de maïs, de la purée de pomme de terre, du fromage râpé ou de la mie de pain ; pochés à l'eau frémissante, ils accompagnent aussi les rôtis et les bouillis.

Les dumplings en pâte sucrée sont pochés dans un sirop aux fruits et servis avec une compote, de la marmelade, du beurre fondu ou de la crème. Ils sont parfois fourrés aux fruits.

DUNAND Patronyme de deux cuisiniers d'origine suisse (on trouve aussi les orthographes Dunan et Dunant). Le père dirigea les cuisines du prince de Condé. Son fils hérita de la charge et suivit le prince en exil en 1793. Il revint en France douze ans plus tard et entra au service de Napoléon Ier. On lui attribue l'invention du poulet Marengo, mais la victoire des Français sur les Autrichiens eut lieu en 1800, et Dunand resta au service du prince de Condé jusqu'en 1805. En revanche, il est certain que l'Empereur, qui ne passait guère de temps à table, appréciait beaucoup ses crépinettes. À la chute de l'Empire, Dunand entra chez le duc de Berry, puis il reprit son service auprès de l'Empereur lors des Cent-Jours, mais il ne le suivit pas à Sainte-Hélène.

DURAND Restaurant de la place de la Madeleine, à Paris, aujourd'hui disparu, qui, dans les années 1860, était « la troisième merveille en l'art de bien vivre » (après *le Café Riche* et *le Café Hardy*, au dire de A. Luchet). Écrivains et politiciens y avaient leurs habitudes, notamment Boulanger, France, Zola (il y écrivit *J'accuse*). C'est chez *Durand* que le chef Voiron créa la sauce Mornay.

DURAND (CHARLES) Cuisinier français (Alès 1766 - Nîmes 1854). Surnommé le « Carême de la cuisine provençale », il fut cuisinier des évêques d'Alès, de Nîmes et de Montpellier ; il ouvrit ensuite un restaurant, d'abord dans sa ville natale, en 1790, puis à Nîmes, en 1800. Mais, surtout, à une époque où les cuisines régionales étaient pratiquement inconnues en dehors de leur terroir, il écrivit, en 1830, *le Cuisinier Durand*, recueil de recettes authentiques de Provence, qui fit connaître à Paris la brandade et divers autres mets du Midi.

DURIAN Arbre de la famille des bombacées, originaire de Malaisie, très cultivé en Asie du Sud-Est, notamment au Viêt Nam et aux Philippines, où son

fruit est une friandise recherchée. Gros comme un melon d'Espagne, mais pouvant peser jusqu'à 5 kg, le durian (ou dourian, ou durion) est oblong et son écorce dure, verdâtre, est hérissée de grosses épines. Sa pulpe blanchâtre ou café au lait, contenant de grosses graines luisantes, est crémeuse et savoureuse, mais il dégage une odeur de putréfaction qui devient nauséabonde quand il est trop mûr.

Il se consomme à maturité, lorsque sa peau commence à se fendiller. On le déguste cru et nature, à la petite cuillère, en hors-d'œuvre ou en dessert, et on fait griller ses graines comme des châtaignes. On le mange aussi volontiers en marmelade avec du sucre et de la crème fraîche, et, à Java, on en fait une pâte de fruit au lait de coco. Il est apparu en Europe vers 1975.

DUROC Nom d'un apprêt dédié au général d'Empire Géraud Duroc (Pont-à-Mousson 1772 - Markersdorf 1813). Il concerne des petites pièces de boucherie et des volailles sautées, qui sont garnies de pommes de terre nouvelles rissolées (ou de pommes cocotte), surmontées d'une concassée de tomate et nappées d'une sauce chasseur réalisée dans la poêle.

DUSE Nom donné à une garniture en hommage à la tragédienne italienne Eleonora Duse (Vigevano 1858 - Pittsburg 1924). Composée de haricots verts frais liés au beurre, de tomates (mondées et étuvées) et de pommes Parmentier, elle est destinée aux grosses pièces de boucherie.

L'appellation concerne également une couronne de filets de sole (farcis et pochés, moulés avec du riz dans un moule à savarin), nappée de sauce Mornay et glacée, dont le centre est garni d'un salpicon de queues de crevette lié avec une sauce au vin blanc et parsemé d'un fin hachis de truffe.

DUVAL (PIERRE-LOUIS) Boucher français (Montlhéry 1811 - Paris 1870). Ancien fournisseur des cuisines des Tuileries, propriétaire de plusieurs boucheries dans Paris, il eut l'idée de créer, en 1860, des petits restaurants à plat unique (bœuf bouilli et consommé) et à prix fixe. Le premier « bouillon », rue de Montesquieu, fut bientôt suivi d'une douzaine d'autres. Son fils Alexandre développa cette chaîne avec succès, édifiant une immense fortune. Personnage pittoresque de la vie parisienne, surnommé « Godefroi de Bouillon » par les humoristes, il composa une *Marche des petites bonnes* en l'honneur de ses serveuses, qui portaient toutes une coiffe en tulle blanc et qui, pour la première fois, remplaçaient les classiques garçons de restaurant.

DUXELLES Hachis de champignons de Paris, d'oignons et d'échalotes étuvé dans du beurre. La duxelles est utilisée comme farce, garniture ou élément d'une sauce et de divers apprêts dits « à la duxelles ».

duxelles de champignons

Nettoyer le pied sableux de 250 g de champignons de Paris, les laver rapidement, les éponger et les hacher finement. Ciseler 1 oignon et 1 petite échalote. Chauffer 1 grosse noix de beurre dans une sauteuse, y faire suer l'oignon et l'échalote, puis ajouter le hachis, du sel, du poivre et un peu de muscade râpée (sauf si la duxelles doit accompagner un poisson). Faire revenir à feu vif pour que l'eau de végétation des champignons s'évapore. Réserver à couvert. Ajouter 1 cuillerée à soupe de crème fraîche, si la duxelles est utilisée comme garniture.

navets farcis à la duxelles → NAVET
sauce à la duxelles → SAUCE
tranches de colin à la duxelles → COLIN

E

EAU Boisson la plus naturelle et la seule indispensable au fonctionnement de l'organisme (qui en réclame chaque jour 0,4 dl par kilo de poids). Pour être potable, l'eau doit être limpide, inodore et surtout d'une grande pureté bactériologique (l'eau de pluie est souvent chargée d'impuretés en suspension dans l'atmosphère). Il faut qu'elle soit assez « douce », c'est-à-dire peu chargée, et de façon équilibrée, en sels calcaires, en magnésium, en phosphates, en carbonates, etc. En outre, elle doit être aérée (contenir de l'oxygène dissous). Une eau insuffisamment aérée est dite « lourde » ; trop chargée en calcaire, elle est « crue » et se prête moins bien à la cuisson des légumes ; lorsque la proportion de sels minéraux est importante, elle a souvent un goût salé, alcalin, terreux, amer ou saumâtre. L'eau de ville, traitée, n'est pas toujours exempte d'une légère odeur de chlore.

L'eau est non seulement la boisson diététique idéale (de préférence entre les repas et à jeun, au réveil), mais c'est aussi une matière première indispensable pour les industries de la brasserie et des boissons aux fruits, notamment. En outre, son rôle est essentiel en cuisine (cuisson à l'eau, bouillons, potages et soupes). Elle sert aussi à préparer les infusions, notamment le thé et le café. Cependant, le calcaire précipite les alcaloïdes que ceux-ci contiennent et neutralise donc une bonne part de leurs arômes ; il est souvent conseillé de préparer ces infusions avec une eau minérale naturelle. Une eau qui bout trop longtemps est de plus en plus agressive ; en outre, elle perd son oxygène et devient de moins en moins aérée et légère.

EAU DE DANTZIG Liqueur élaborée avec un alcool dans lequel on fait macérer des zestes de cédrat, des feuilles de mélisse et du macis, et qui est ensuite filtré, sucré et additionné de feuilles d'or ou d'argent réduites en fines particules. L'« eau d'or de Dantzig », d'origine polonaise, fut surtout appréciée au XIX[e] siècle (sous son nom allemand *Goldwasser*) ; en cuisine classique, elle aromatise le soufflé Rothschild.

EAU MINÉRALE NATURELLE Eau d'origine souterraine possédant une teneur minimale en oligoéléments ou en autres constituants minéraux bons pour la santé, et dont les qualités sont préservées par embouteillage à la source. En outre, elle ne doit pas avoir été altérée par un traitement ayant modifié ses caractéristiques, et seules sont autorisées l'aération, l'oxygénation, la décantation et la filtration.

Les eaux minérales naturelles, qui proviennent souvent de zones montagneuses (en France, principalement les régions Rhône-Alpes et Auvergne), sont soit plates (naturellement exemptes ou débarrassées de tout gaz carbonique, ce qui est précisé sur l'étiquette), soit gazeuses (naturellement ou après adjonction de gaz purs, ce qui est également mentionné). Elles sont reconnues par le ministère de la Santé, après avis de l'Académie de médecine.

Les eaux minérales naturelles sont de plus en plus appréciées aux repas et, quand elles sont gazeuses, à l'apéritif ; leur usage dépend de leur taux de minéralisation : les moins minéralisées sont conseillées pour la préparation des biberons.

En Europe, les principaux producteurs sont l'Italie (6,3 milliards de litres en 1992), l'Allemagne (6,3) et la France (5,3), qui tient la première place pour les exportations.

EAU DE SOURCE Eau d'origine souterraine, qui se différencie de l'eau minérale naturelle par le fait qu'elle ne comporte pas d'éléments favorables à la santé ; elle ne peut donc en aucun cas porter mention

d'une propriété curative ou minérale. Pour être commercialisée, l'eau de source doit être embouteillée à la source et répondre à des critères de traitement stricts, seules étant autorisées l'aération, la décantation, la filtration et l'incorporation de gaz carbonique, celle-ci devant cependant être précisée sur l'étiquette.

EAU-DE-VIE Boisson spiritueuse obtenue par distillation. Les alchimistes appelaient l'alcool *aqua vitae*, ce qui, en latin, signifie littéralement « eau de vie ». Destinée tout d'abord à un usage thérapeutique, l'eau-de-vie fut bientôt appréciée pour ses propres vertus, grâce aux progrès de la distillation et à l'élaboration d'arômes qui enrichirent son bouquet. Le terme « eau-de-vie » s'appliqua d'abord à l'alcool de vin titrant moins de 70 % Vol. ; il concerne désormais tous les produits distillés à partir de liquides fermentés.

■ **Fabrication.** Avec les fruits, on obtient les eaux-de-vie blanches : kirsch, mirabelle, poire williams, etc. ; le vin donne le cognac et l'armagnac, le cidre donne le calvados (tous eaux-de-vie « nobles », qui ont pris le nom de leur région de production et bénéficient d'appellations d'origine contrôlée) ; les résidus de raisin, les marcs ; le jus de la canne à sucre, le rhum, celui de l'agave, la tequila ; les grains, le whisky, le whiskey, le bourbon, le gin, l'aquavit, la vodka (parfois avec de la pomme de terre) et le schnaps.

La plupart des eaux-de-vie demandent à être vieillies en fût quelques années ; les échanges qui se produisent avec le bois assouplissent le caractère âpre et rude qu'elles ont dans leur jeunesse et leur permettent de développer leur arôme et leur bouquet. Les durées de vieillissement sont aujourd'hui sévèrement contrôlées, et l'étiquette permet de connaître la nature et l'âge d'une eau-de-vie, symbolisés par des étoiles, des initiales ou des mentions particulières (voir ALCOOL).

Les eaux-de-vie distillées industriellement se consomment quelquefois en cocktail et en apéritif (gin, vodka, whiskies). Les eaux-de-vie naturelles, distillées de façon artisanale et à l'arôme plus prononcé, se dégustent plutôt en digestif. Les unes et les autres sont utilisées en cuisine et en pâtisserie pour mariner, flamber, aromatiser ou relever une préparation.

▶ **Recettes** : ABRICOT, CERISE, PRUNE.

ÉBARBER Couper avec des ciseaux les nageoires d'un poisson cru ; l'ébarbage concerne tous les poissons, sauf les très petits, comme la sardine et l'éperlan. On ébarbe ainsi les poissons plats servis entiers (barbue, sole, turbot) en enlevant les « barbes » (cartilages) qui leur servent de nageoires. On ébarbe aussi les œufs pochés pour en parfaire la présentation, en ôtant les filaments de blanc coagulé irrégulièrement.

ÉBOUILLANTER Plonger un aliment dans de l'eau bouillante pour raffermir ses tissus, éliminer les impuretés de surface, faciliter son épluchage, attendrir ses fibres ou éliminer son âcreté. On ébouillante aussi les pots de confiture avant de les remplir, pour qu'ils n'éclatent pas sous l'effet de la chaleur de la préparation.

ÉCAILLER Débarrasser un poisson de ses écailles ; cette opération est facilitée par l'emploi d'un écailleur, sorte de grattoir à lames verticales dentelées, mais on peut aussi utiliser une coquille Saint-Jacques.

Écailler des coquillages signifie les ouvrir ; on appelle « écailler » la personne qui ouvre les huîtres dans les restaurants possédant un banc d'huîtres extérieur et, par extension, le commerçant spécialisé dans la vente des coquillages et des fruits de mer.

ÉCARLATE (À L') Se dit de viandes de porc ou de bœuf immergées plus ou moins longtemps dans une saumure au salpêtre, ce qui les colore dans la masse en rouge vif ; elles sont ensuite pochées à l'eau. Il s'agit surtout d'une préparation de la langue de bœuf, qui se sert chaude, accompagnée de légumes, ou froide, en hors-d'œuvre ; celle-ci intervient comme ingrédient dans des apprêts également dits « à l'écarlate » (associée à une sauce « rouge », à la tomate, etc.) et s'emploie très souvent en décor (taillée en crêtes de coq). On prépare de la même façon la poitrine de bœuf dite *pressed beef*.

Le « fromage à l'écarlate », sorte de beurre composé avec de l'écrevisse, dont le chef Menon donne la recette dans *la Science du maître d'hôtel cuisinier* (1749), est un apprêt de la cuisine ancienne qui doit aussi son nom à sa couleur.

ÉCHALOTE Plante aromatique à bulbe très divisé, de la famille des liliacées, sans doute originaire du Proche-Orient. Elle était déjà cultivée en France au temps des Carolingiens. L'échalote est une parente de l'oignon et de l'ail, mais son arôme est plus subtil que celui du premier et moins âcre que celui du second. On distingue globalement l'échalote grise et l'échalote de Jersey (voir tableau), bien qu'il existe des « populations » locales, sans grand intérêt culinaire.

Caractéristiques des différents types d'échalotes

types	provenance	époque	aspect
type grise			
griselle	Sud-Est, Sud-Ouest	juill.-févr.	petite, allongée, gris-beige, chair violette
type Jersey ou de Bretagne			
longue	Bretagne, Val de Loire	toute l'année	longue, cuivrée, chair rose
demi-longue	Bretagne, Val de Loire	toute l'année	moyenne, cuivrée, chair rose
ronde	Bretagne, Val de Loire	toute l'année	courte, arrondie, cuivrée, chair rose foncé



■ **Emplois.** L'échalote fut et reste le condiment traditionnel de nombreux plats bordelais ; elle gagna ensuite Nantes, puis conquit la gastronomie des côtes normandes, et enfin fut adoptée par la cuisine parisienne. Finement hachée, elle accompagne les salades et les crudités, les poissons et les viandes grillés ou poêlés (foie d'agneau, onglet, rouget) ; elle relève surtout les sauces (Bercy, béarnaise et au vin rouge), ainsi que le beurre blanc. Elle parfume le vinaigre (on y met une tête d'échalote à macérer deux semaines) et sert à préparer un beurre composé. Les jeunes feuilles, finement ciselées, peuvent aussi s'incorporer à des salades. Les cuisines vietnamienne, chinoise, indienne et créole font également grand usage de l'échalote.

Couramment utilisée dans la cuisine française, en concurrence ou en mariage avec l'ail dans le Sud et avec l'oignon dans le Nord et l'Est, l'échalote est toujours employée sous forme de hachis : enveloppé dans un linge, passé à l'eau froide et pressé, celui-ci perd une partie de son âcreté et s'oxyde moins vite. Il est déconseillé de le conserver dans le réfrigérateur, où son odeur se communique vite aux autres aliments.

▶ **Recettes** : BŒUF, LOTTE DE MER.

ÉCHANSON Officier chargé, sous l'Ancien Régime, de servir à boire au roi et aux grands personnages de son entourage. Cette charge était l'une des plus prestigieuses et des plus lucratives du service de bouche du roi. L'échanson était placé sous l'autorité du grand échanson qui, dès le XIII[e] siècle, sous le règne de Saint Louis, devint un personnage très important, dont le rôle n'avait plus qu'un vague rapport avec sa fonction d'origine. Il avait le privilège d'ajouter à ses armoiries deux flacons de vermeil frappés aux armes du roi.

L'« échansonnerie de l'hostel du roi » comprenait un personnel plus ou moins important selon les époques : en 1285, on dénombrait, outre le grand échanson, quatre échansons ordinaires, deux sommeliers (pour la réception du vin), deux barilliers (responsables des caves et des tonneaux), deux bouteillers (pour préparer les boissons), un potier et un clerc (pour les comptes). Sous Louis XIV, on trouve douze « chefs par quartier », quatre aides, quatre sommeliers (réception des vins, soins des caves et de la vaisselle), un maître des caves, quatre coureurs de vin et deux conducteurs de la haquenée (qui accompagnaient le roi à la chasse pour lui présenter les en-cas nécessaires) et nombre de sous-ordres.

Le mot, remis à la mode par les romantiques dans le langage poétique, s'emploie aujourd'hui, avec une nuance d'ironie emphatique, pour désigner l'hôte qui verse à boire.

ÉCHAUDÉ Petite pâtisserie légère et croquante, très populaire en France jusqu'au XIX[e] siècle. Fait d'un mélange d'eau et de farine auquel on ajoute un œuf et du beurre, découpé en carré ou en rectangle, l'échaudé est poché à l'eau bouillante (d'où son nom), puis égoutté et séché au four. Autrefois, pendant le carême, on supprimait les œufs et on remplaçait le beurre par de l'huile.

Au XIII[e] siècle, les échaudés étaient dentelés ; on les fit ensuite ronds, triangulaires ou en forme de cœur. Ils étaient vendus dans les rues, comme les oublies. Dans son *Grand Dictionnaire de cuisine*, Alexandre Dumas les décrit comme « des sortes de gâteaux non sucrés que l'on fait bien plus pour les oiseaux et pour les enfants que pour les adultes ». Le pâtissier Favart, rue de la Verrerie, à Paris, qui les remit à la mode au début du XVIII[e] siècle, passa longtemps pour leur inventeur.

L'échaudé reste une pâtisserie traditionnelle dans plusieurs provinces, notamment dans l'Aveyron (parfumé à l'anis) et dans l'Ouest (avec les craquelins). On le prépare également avec une pâte levée.

ÉCHAUDER En triperie, plonger dans de l'eau bouillante la panse et l'intestin d'un animal de boucherie, pour les débarrasser de leurs muqueuses, afin de les rendre propres à la consommation, ou les têtes et les pieds, pour en faciliter l'épilation.

ÉCHÉZEAUX Vin AOC de Bourgogne, subtil et charpenté, produit par des vignobles situés au pied de la Côte de Nuits (**voir** BOURGOGNE).

ÉCHINE Morceau constitué de la région cervicale et dorsale antérieure du porc, qui donne une viande maigre tout en étant moelleuse (**voir** planche de la découpe du porc page 839). On taille dans l'échine des côtes et des morceaux pour les brochettes, ainsi

que des rôtis (qu'il est inutile de barder) ; on l'utilise aussi dans les potées. Également appelée « épinée » à cause du relief aigu des apophyses épineuses des vertèbres, l'échine en un seul morceau, désossée ou non, est aussi une pièce à braiser, que Zola évoque dans *l'Assommoir* : « Quel beurre, cette épinée ! [...] Quelque chose de doux et de solide qu'on sentait couler le long de son boyau jusque dans ses bottes. »

Chez le bœuf, l'échine était un morceau de gros qui, dans la coupe dite « à la parisienne », comprenait le train de côtes entier et l'aloyau.

ÉCLAIR Petite pâtisserie allongée, en pâte à choux, fourrée de crème et glacée au fondant. La taille du bâtonnet de pâte poussé à la douille sur la plaque de cuisson varie selon que l'on veut obtenir des petits-fours, des gâteaux individuels ou un éclair géant.

Après cuisson, l'éclair est fendu en longueur et fourré de crème pâtissière, souvent au café ou au chocolat, mais également au rhum ou aux fruits (cassis, framboise). Le dessus est glacé au fondant aromatisé avec le même parfum. Les éclairs peuvent aussi être garnis de crème Chantilly, de purée de marron, d'un salpicon de fruits au sirop, ou de fruits frais.

éclairs au café

Préparer une pâte à choux avec 125 g de farine, 65 g de beurre, 1 grosse pincée de sel, 1/4 de litre d'eau et 4 œufs moyens. À l'aide d'une poche munie d'une douille lisse de 2 cm de diamètre, coucher sur une tôle à pâtisserie de gros bâtonnets de pâte, longs de 6 ou 7 cm et bien écartés les uns des autres, pour qu'ils puissent gonfler sans coller. Fouetter 1 jaune d'œuf avec un peu de lait et en dorer les éclairs. Les cuire 20 min au four préchauffé à 190 °C et les retirer dès qu'ils ont blondi, l'intérieur devant rester moelleux. Laisser refroidir complètement et les fendre sur un côté. Préparer une crème pâtissière avec 4 jaunes d'œuf, 100 g de sucre en poudre et 1/2 litre de lait tiède ; quand elle est cuite, lui ajouter 2 ou 3 gouttes d'extrait de café. Laisser refroidir complètement. Emplir une poche à douille de cette crème et en garnir les éclairs. Faire fondre 150 g de fondant à feu doux dans 1/4 de verre d'eau, puis incorporer en fouettant 50 g de beurre en morceaux. Ajouter 2 ou 3 gouttes d'extrait de café. Napper le dessus des éclairs de ce glaçage et attendre qu'il soit pris pour servir.

éclairs au chocolat

Ils se préparent comme les éclairs au café, mais la crème pâtissière est additionnée de 1 grosse cuillerée à soupe de chocolat brut, et le fondant de 50 g de chocolat mis à fondre au bain-marie.

ÉCOLE DE SALERNE (L') Recueil des préceptes de santé d'une école de médecine italienne très réputée durant le Moyen Âge, probablement réunis par Jean de Milan, puis par Arnaud de Villeneuve. Plusieurs fois réédité et augmenté, cet ouvrage a longtemps tenu lieu de manuel de diététique et de recettes thérapeutiques. Traduits du latin en vers français vers 1500, ces préceptes sont rédigés sous forme de petits poèmes faciles à retenir, par exemple :

« La graine de fenouil dans le vin détrempée
Ranime, excite une âme à l'amour occupée,
Du vieillard rajeuni sait réveiller l'ardeur,
De la semence encore le salutaire usage,
Du foie et du poumon dissipe la douleur,
Bannit de l'intestin le vent qui y fait rage. »

ÉCOSSAISE (À L') Se dit d'un potage inspiré de la cuisine écossaise *(scotch mutton broth)* : bouillon de mouton clair, garni de viande de mouton bouillie coupée en dés, d'orge perlé poché et d'une brunoise de légumes. Cette brunoise se retrouve dans la sauce écossaise, que l'on sert avec des abats blancs, des œufs, un poisson ou une volaille pochés. Enfin, l'appellation s'emploie pour divers apprêts, d'œufs notamment, où figure le saumon.

▶ **Recette** : ŒUF MOLLET.

ÉCOT Quote-part de chaque convive dans un repas payé à frais communs. Le terme n'est plus guère employé que dans l'expression « payer son écot », sa part de dépense. Autrefois, il désignait aussi le total de l'addition, et même l'ensemble des convives.

ÉCRÉMER Séparer la crème du lait. L'écrémage se fait spontanément au bout de vingt-quatre heures quand on laisse simplement reposer du lait frais entier. La crème monte à la surface, où on la prélève facilement, notamment pour l'utiliser en pâtisserie ménagère. En laiterie industrielle, l'écrémage s'effectue dans des écrémeuses centrifuges.

ÉCREVISSE Crustacé d'eau douce, muni de pinces, mesurant de 12 à 15 cm (voir planche des crustacés pages 368 et 369). Jadis abondantes, les écrevisses sont devenues très rares dans les cours d'eau de plaine ou de montagne.

Consommées dans les campagnes depuis le Moyen Âge, elles apparurent en haute cuisine au XVII[e] et au XVIII[e] siècle, dans des recettes comme le pigeon aux écrevisses, les écrevisses « cardinalisées » ou le boudin d'écrevisses, mais c'est au XIX[e] siècle qu'elles connurent une véritable vogue. Sous le second Empire et à la Belle Époque, elles devinrent de plus en plus rares et de plus en plus chères. Le buisson et la bisque étaient alors les grands classiques.

■ **Espèces.** En France, on trouve l'écrevisse à pieds rouges, la plus fine, très recherchée, qui vit notamment en Auvergne ; l'écrevisse à pieds blancs, plus petite, répandue en montagne ; l'écrevisse des torrents, qui se rencontre dans les cours d'eau montagnards de l'Alsace et du Morvan ; et, enfin, l'écrevisse américaine, beaucoup moins fine, qui fut introduite dans les rivières et les fleuves à la fin de la Première Guerre mondiale.

▶
Écrevisses à la bordelaise
Recette voir page 418.



La rareté des écrevisses est certes due à la pollution des eaux, mais elles ont aussi été beaucoup trop pêchées, et trop tôt (il leur faut de cinq à sept ans pour atteindre l'âge adulte). C'est pourquoi l'espèce la plus fréquente sur les marchés est l'écrevisse d'élevage à pattes grêles (ou à pinces fines), dite « écrevisse de Turquie », adulte en deux ou trois ans, importée, vivante ou congelée, d'Europe centrale ; elle a une carapace rugueuse, verdâtre, aux articulations orangées, et sa nageoire caudale est articulée.

■ **Emplois.** Dans une écrevisse, on ne mange pratiquement que la queue ; les pinces, broyées au casse-noix, livrent un peu de chair, et la carapace est pilée pour cuisiner bisques et beurres composés. Avant tout apprêt, il faut la « châtrer », c'est-à-dire lui retirer son « boyau » qui lui donnerait un goût amer. Cette opération est inutile si on laisse jeûner les écrevisses deux jours, suspendues au frais dans un filet.

Les écrevisses restent l'élément majeur de quelques-unes des recettes les plus réputées des provinces gastronomiques : Jura, Alsace, Bordelais et Lyonnais, notamment, proposent gratins, soufflés, chaussons, rissoles, friands et apprêts « à la nage », mousses, timbales et veloutés. Le savoir-vivre tolère de prendre les écrevisses avec les doigts pour les décortiquer lorsqu'elles sont servies entières, cuites au court-bouillon. Quand on les utilise en garniture, elles sont « troussées » (avant cuisson, les pinces sont piquées par l'extrémité à la base de l'abdomen).

bisque d'écrevisse → BISQUE
buisson d'écrevisses → BUISSON

écrevisses à la bordelaise

Préparer une mirepoix de légumes très fine. Faire sauter 24 écrevisses au beurre, les assaisonner de sel, de poivre et d'une pointe de poivre de Cayenne. Quand elles sont bien rouges, les flamber au cognac, puis les mouiller juste à hauteur de vin blanc sec. Ajouter la mirepoix et poursuivre la cuisson 10 min au plus. Égoutter les écrevisses et les dresser dans une timbale. Les tenir au chaud. Ajouter 2 jaunes d'œuf au fond de cuisson. Incorporer 40 g de beurre et fouetter. Rectifier l'assaisonnement, qui doit être relevé. Napper les écrevisses de cette sauce brûlante et servir aussitôt. (Voir photographie page 417.)

RECETTE DE GEORGES BLANC

écrevisses grillées au beurre d'ail

« Châtrer les écrevisses, les fendre en deux et les faire sauter à la poêle, en les posant à plat sur le ventre dans un peu d'huile d'olive, pendant quelques minutes seulement (jusqu'à coloration). Les retourner, lustrer d'un peu de beurre d'ail et terminer à four moyen pendant 3 ou 4 min. Le beurre d'ail sera obtenu en malaxant 100 g de beurre en pommade avec 1 gousse d'ail écrasée, 1 échalote finement hachée et 2 cuillerées à café de fines herbes ciselées. »

écrevisses à la nage

Préparer une nage comme celle des coquilles Saint-Jacques, mais sans la laisser refroidir. Y plonger 48 écrevisses et les cuire 8 min, en remuant de temps en temps. Relever d'une pointe de cayenne et laisser refroidir dans la nage. Dresser les écrevisses dans un saladier avec leur cuisson. On peut aussi les égoutter, faire réduire la nage, la monter au beurre et en napper les écrevisses avant de les parsemer de persil ciselé : elles sont alors dites « à la liégeoise ».

panaché de homard et d'écrevisses au caviar → PANACHÉ
sandre au potiron et aux écrevisses → SANDRE
sauce aux écrevisses → SAUCE
timbale de queues d'écrevisse Nantua, timbale de sandre aux écrevisses et mousseline de potiron → TIMBALE
velouté d'écrevisse → VELOUTÉ

ÉCUELLE Petit récipient rond et creux, sans rebord, destiné à recevoir des liquides ou des aliments pour une personne. D'origine très ancienne, l'écuelle de bois, de terre cuite ou d'étain fut l'un des premiers ustensiles de table ; au Moyen Âge, il arrivait que deux personnes mangent dans la même écuelle. Aujourd'hui, elle est généralement en faïence ou en grès et ne s'emploie plus guère que pour servir des soupes campagnardes ou des mets rustiques.

ÉCUMER Enlever l'écume qui se forme à la surface d'un liquide ou d'une préparation en train de cuire (bouillon, confiture, ragoût, sauce). Cette opération est renouvelée d'autant plus souvent que la cuisson est plus longue. Elle s'effectue avec une écumoire, une petite louche ou une cuillère.

ÉCUMOIRE Large cuillère ronde, plate ou légèrement incurvée, percée de trous et munie d'un long manche. Lorsqu'elle est destinée à écumer les sauces et les bouillons, l'écumoire est en acier inoxydable, en aluminium, en tôle émaillée ou en fer-blanc. Pour les confitures, elle est en cuivre non étamé. Pour sortir des aliments d'un bain de friture, on utilise une grande écumoire en fil de fer étamé ou en fil inoxydable.

Il existe aussi des écumoires en fil métallique, très concaves, utilisées pour extraire de leur eau de cuisson les aliments que l'on a pochés.

ÉCUYER TRANCHANT Officier du service de bouche du roi chargé, sous l'Ancien Régime, de trancher les viandes et de servir à table.

La charge était parfois dédoublée, l'« écuyer tranchant » assurant le découpage et le « grand écuyer tranchant » faisant le service (appelé « premier tranchant » quand il officiait pour la reine, l'adjectif « grand » étant réservé à l'office du roi).

L'écuyer tranchant, qui était un noble, avait le droit de porter, au-dessous de ses armes, un couteau et une fourchette aux manches fleurdelisés. Cette charge,

effective au début de la monarchie, devint peu à peu honorifique, mais resta très lucrative par les avantages qui y étaient attachés.

Au xve siècle, Olivier de La Marche rapporte que l'écuyer tranchant devait, à ses dépens, « entretenir nets ses couteaux », ustensiles luxueux, portant la devise ou les armes de son seigneur. À cette époque, il en utilisait trois : le plus grand, doté d'une lame large à double tranchant, servait non seulement à découper, mais aussi à présenter aux convives le morceau détaché ; le deuxième, grand également, était destiné à détailler les rôts et les volailles, et le troisième, plus petit, appelé « parepain », servait à couper les tranches de pain sur lesquelles on posait les morceaux de viande (voir TRANCHOIR).

ÉDAM Fromage hollandais de lait de vache (de 30 à 40 % de matières grasses, le lait pasteurisé étant aujourd'hui partiellement écrémé), à pâte pressée demi-dure et à croûte paraffinée colorée en jaune ou en rouge (notamment pour l'exportation). Originaire du port d'Edam (Hollande du Nord), il se présente sous la forme d'une boule de 12 à 14 cm de diamètre, pesant de 1,5 à 1,7 kg (voir tableau des fromages étrangers page 499). On trouve un « baby » édam de 800 g et un triple édam de 6,5 kg. « Jeune » après deux ou trois mois en cave sèche, l'édam, jaune clair, a une saveur douce et noisetée ; « demi-étuvé » après six mois, il a un goût plus prononcé, qui devient légèrement piquant lorsqu'il est « étuvé » et qu'il a pris une couleur ocre jaune, au bout d'un an d'affinage.

On en fabrique un peu partout aux Pays-Bas, et même en France et en Belgique, mais l'authentique édam est protégé par un label d'origine. Il se sert en fin de repas et intervient aussi largement en cuisine : jeune ou demi-étuvé pour les sandwiches, croûtes, canapés, croque-monsieur et salades composées ; plutôt étuvé pour les gratins, soufflés et tartes. À Bordeaux, découpé en petits cubes, il accompagne parfois les dégustations de vin dans les chais. Enfin, il entre dans une préparation typique, originaire de Curaçao, île des Antilles néerlandaises, le *keshy yena*.

keshy yena

Choisir un édam « jeune » ; découper une calotte sur le dessus et évider le fromage au couteau, en laissant des parois de 1,5 cm d'épaisseur. Couper en dés le fromage retiré, le mélanger avec un ragoût cuit de viande de porc ou de bœuf coupée en dés ou hachée ; incorporer des olives dénoyautées, des tomates en petits quartiers et des oignons émincés. Garnir la boule d'édam avec ce mélange ; replacer la calotte et la maintenir avec des bâtonnets. Cuire 1 heure au four préchauffé à 160 °C.

EDELPILZKÄSE Fromage allemand de lait de vache parfois additionné de lait de brebis (55 % de matières grasses), à pâte persillée, jaune pâle veinée de bleu, et à croûte naturelle (voir tableau des fromages étrangers page 498).

Fabriqué dans les Alpes bavaroises, il est vendu en meule, en pain ou en portions individuelles. L'Edelpilzkäse a une saveur forte et piquante.

EDELZWICKER Vin blanc alsacien issu d'un assemblage de mélanges de cépages, frais, plaisant et d'un bon rapport qualité-prix.

ÉDOUARD VII Roi de Grande-Bretagne et d'Irlande (Londres 1841 - *id.* 1910). Lorsqu'il n'était encore que prince de Galles, le futur Édouard VII fut une personnalité du Tout-Paris. Habitué des grands restaurants (*Voisin, Café Hardy, Paillard*), ce gourmet averti se vit dédier des plats somptueux, tel le turbot prince de Galles, poché, garni d'huîtres et de moules frites et nappé d'une sauce au champagne relevée de cari et liée au beurre d'écrevisse.

Devenu roi, il continua d'avoir les honneurs de la grande cuisine : la barbue Édouard VII, pochée au vin blanc et garnie de fleurons en appareil à pommes duchesse, est servie avec une sauce mousseline aux huîtres ; la poularde Édouard VII est farcie de foie gras, de riz et de truffes, nappée d'une sauce au cari garnie de dés de poivron rouge et servie avec des concombres à la crème ; les œufs Édouard VII, mollets ou pochés, sont dressés sur un risotto mélangé de dés de truffe, séparés par des lames de langue écarlate et décorés de lames de truffe. Quant à l'Édouard VII, c'est un petit gâteau en forme de barquette, fourré à la rhubarbe et glacé au fondant vert.

ÉDULCORANT Substance chimique de synthèse possédant un pouvoir sucrant très élevé, mais n'ayant pas de valeur nutritive et n'apportant pas de calories. Parmi les édulcorants intenses qui sont considérés comme des additifs alimentaires (voir ce mot), on trouve surtout l'aspartame (E 951), l'acésulfame K (E 950), la saccharine (E 954), les cyclamates (E 952). Ils peuvent se présenter sous forme de « sucrettes ». De nombreux aliments en sont additionnés, ce qui doit être mentionné sur l'étiquette. On prépare avec ces produits des plats « allégés » en sucre.

EFFILER Éplucher des haricots verts en cassant leurs extrémités entre le pouce et l'index, le plus près possible de la pointe, et en ôtant les fils éventuels. Effiler des amandes ou des pistaches consiste à les tailler en lamelles fines dans le sens de la longueur, soit avec un couteau d'office, soit avec un instrument spécial. Par extension, on effile aussi des blancs de volaille ou des aiguillettes de canard.

Certains chefs emploient le terme « effilocher », notamment pour les poireaux, lorsque ceux-ci sont réduits en fins filaments (Taillevent disait « escheveler »). Dans le cadre d'un service à l'assiette, une effilochée est un plat dont l'élément principal est une chair filandreuse, poisson ou viande (effilochée de raie, de confit…).

EGG SAUCE Sauce chaude de la cuisine anglaise, faite d'œuf dur et de beurre, qui accompagne surtout les poissons pochés.

La *scotch egg sauce* est une béchamel garnie de jaunes d'œuf dur en purée et de blancs émincés. Son emploi est le même.

▶ **Recette** : SAUCE.

ÉGLANTIER Rosier sauvage de la famille des rosacées, dont les fruits rouges, ovoïdes, communément appelés « gratte-cul », peuvent servir à préparer de la confiture. (En réalité, le gratte-cul, dont le nom scientifique est « cynorrhodon », n'est pas le fruit en soi, mais un réceptacle contenant des poils raides et des petites graines dures qui sont les véritables fruits de la plante.) Une fois cueillies et équeutées, les baies doivent ramollir à sec pendant plusieurs jours, puis être bouillies dans de l'eau, passées plusieurs fois à la moulinette et, enfin, additionnées de leur volume de sucre, puis cuites comme une confiture. On en fait aussi une eau-de-vie blanche.

ÉGLEFIN Poisson de la famille des gadidés, comme la morue, vivant dans les mêmes eaux qu'elle, mais généralement plus petit (moins de 1 m et de 2 à 3 kg au maximum). Sa chair est maigre (1 % de lipides), ferme et légèrement rosée. Lorsqu'il est vendu entier et vidé, on le reconnaît à sa couleur gris brunâtre, à sa ligne latérale sombre et à sa tache noire sous la première nageoire dorsale. Il est cependant surtout vendu en filets et reçoit les mêmes apprêts que le cabillaud ou le merlu. L'églefin (ou aiglefin) fumé est commercialisé sous l'appellation de « haddock », qui est le nom anglais de l'églefin frais.

ÉGOUTTER Laisser s'écouler l'eau retenue par un aliment cru que l'on vient de laver ou par un aliment cuit à l'eau ou rafraîchi sous l'eau. La durée de l'égouttage dépend de l'aliment et de sa préparation ultérieure. Divers ustensiles sont utilisés à cet effet. Les légumes verts s'égouttent dans une passoire ou sur une grille ; le chou-fleur est sorti à l'écumoire et placé dans une passoire, parfois tapissée d'un linge ; le riz et les pâtes sont versés avec leur cuisson dans une passoire ou sur un tamis ; les œufs pochés sont mis à égoutter sur un torchon plié ; les épinards sont pressés entre les mains, tout comme le pain mouillé de lait servant à confectionner une farce.

Égoutter signifie aussi débarrasser des aliments sortant d'un bain de friture de leur excédent d'huile ou de corps gras. Les pommes de terre, les beignets, les petits poissons, etc., sont sortis de l'huile à l'aide d'une écumoire à friture ou relevés dans le panier, puis déposés sur du papier absorbant (on dit aussi « éponger »).

Enfin, l'égouttage est une opération importante de la fabrication des fromages ; naturel ou accéléré, il permet d'éliminer le lactosérum du caillé. Quant aux fromages frais, ils sont égouttés dans une faisselle.

ÉGOUTTOIR Support formé d'un treillis ou d'une claie en bois ou en plastique, destiné à laisser égoutter des ustensiles ou de la vaisselle. L'égouttoir à bouteilles (appelé « if » ou « hérisson ») est une colonne en fer étamé hérissée de tiges sur lesquelles on enfile les bouteilles par le goulot après les avoir lavées.

ÉGRUGEOIR Petit mortier en bois dur (buis le plus souvent), dans lequel on broie le gros sel et les grains de poivre à l'aide d'un petit pilon, également en bois. On appelle également « égrugeoir » un petit moulin à sel ou à poivre. Le sel égrugé conserve la saveur du gros sel, et le poivre fraîchement broyé développe également plus d'arôme.

ÉGYPTE La gastronomie de l'Égypte contemporaine est relativement frugale, et elle ne se distingue guère de l'alimentation habituelle des autres pays orientaux et méditerranéens. Pourtant, la cuisine au temps des pharaons connaissait un raffinement certain, utilisait les asperges, apprêtait le gibier et employait plusieurs espèces d'oignons et de poireaux, beaucoup d'épices (dont le curcuma) et de fruits.

■ **Légumes et viandes.** La nourriture de base n'est pas tant le riz que le pain de maïs et des légumes verts en quantité (bamias, gombos, ainsi qu'une sorte de labiée très répandue, le *foul medames*). Les légumes secs sont aussi très appréciés. Le seul plat véritablement typique de l'Égypte est une soupe aux herbes assez consistante, riche en mucilage et de goût douceâtre, la *molokheya* (ou *mouloureija*), dans laquelle on ajoute de la chair de poulet ou de lapin, des épices et de la sauce tomate. La viande la plus courante est le mouton (grillé ou haché, mijoté avec des œufs et des légumes) ; on mange peu de bœuf (utilisé pour les travaux des champs, il a une chair coriace). On consomme également peu de poisson, mais en revanche beaucoup de très grosses crevettes (que l'on apprête avec une sorte de risotto au piment et à la tomate) et des œufs de mulet.

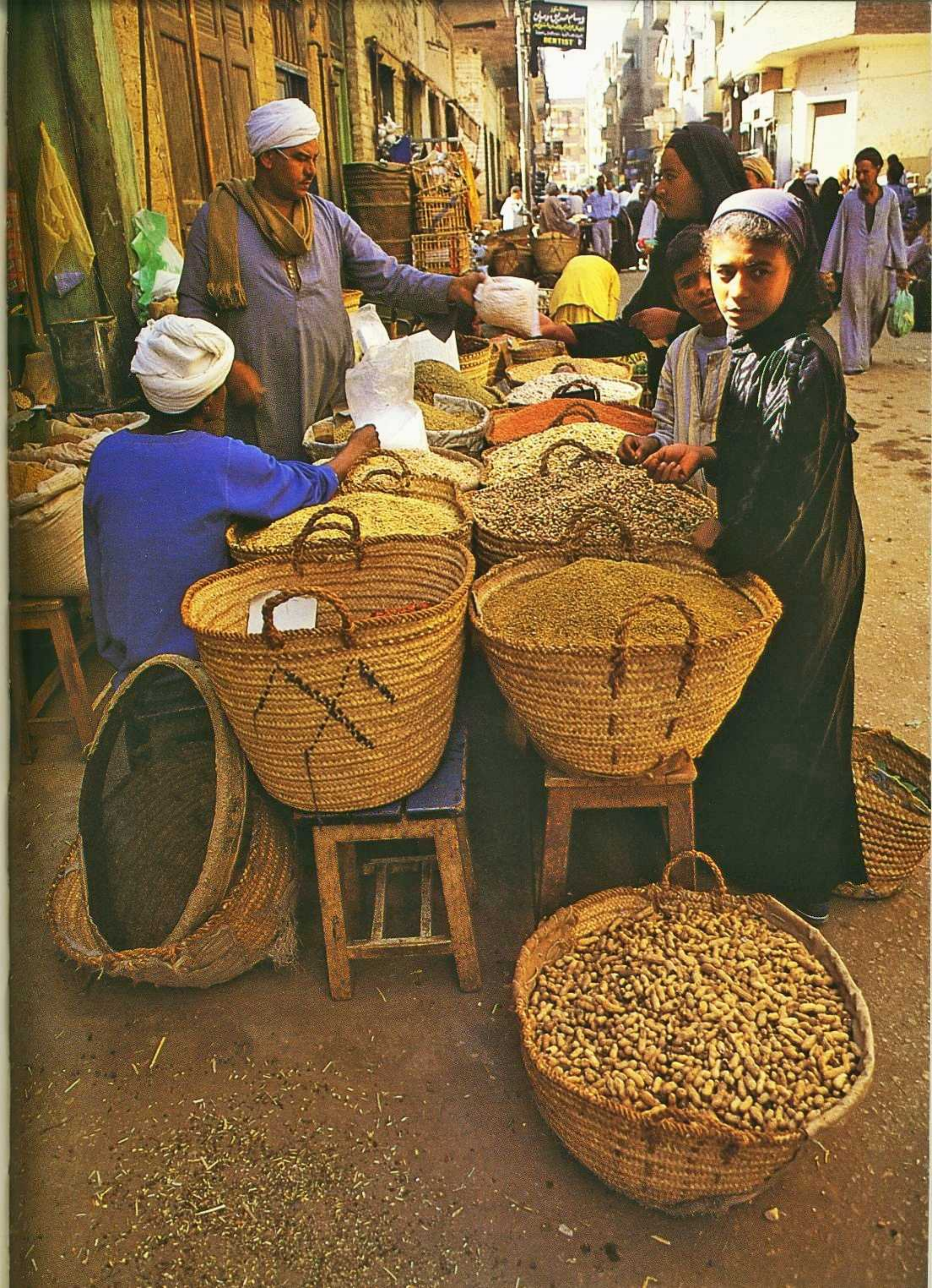
■ **Desserts et boissons.** La pâtisserie ne diffère pas de celle qui est consommée ailleurs au Moyen-Orient, bien que les Égyptiens aient une prédilection pour le loukoum et le baklava.

Les dattes entrent pour une large part dans l'alimentation, soit confites, soit séchées, réduites en farine ou en bouillie ; elles sont utilisées en pâtisserie, notamment pour le *menenas*, boule de pâte aux amandes et à la fleur d'oranger, farcie de dattes dénoyautées, d'amandes, de pistaches et de cannelle, et cuite au four. Les fruits sont abondants et variés (agrumes, bananes, grenades, mangues et pastèques).

Les Égyptiens boivent surtout de l'eau parfumée à la fleur d'oranger ou à l'eau de rose, du jus de canne à sucre non fermenté et une infusion rouge typique, le *karkadè* (fleurs d'hibiscus séchées), au goût de groseille. Depuis longtemps, ils s'efforcent de recréer ces vins célèbres dans l'Antiquité et retrouvés dans des jarres enterrées avec les momies des pharaons.

Ils produisent aujourd'hui, essentiellement pour l'exportation, des vins assez intéressants, dont les plus connus sont des blancs, le cru-des-ptolémées et le reine-cléopâtre ; l'omar-khayyam est un rouge moelleux à l'odeur de datte.

▶ ***Égypte. Souk de Louqsor.***
Les étals installés dans la rue proposent cacahouètes, fèves, haricots secs, pois chiches...


DENTIST

ÉGYPTIENNE (À L') Se dit de divers apprêts où figurent, ensemble ou séparément, le riz, l'aubergine et la tomate. Les aubergines à l'égyptienne sont farcies de leur pulpe hachée avec de l'oignon et servies avec des tomates sautées ; la garniture à l'égyptienne est faite de rondelles d'aubergine sautées, de riz pilaf et d'une fondue de tomate. La salade à l'égyptienne comporte riz, salpicon de foies de volaille, jambon, champignons, fonds d'artichaut, petits pois, tomates concassées et poivrons rouges. Le poulet à l'égyptienne est sauté avec des oignons, des champignons et du jambon cru ; dressé en terrine où alternent couches de poulet et de garniture, tapissé de tranches de tomate, il est cuit au four à couvert et additionné au dernier moment d'un peu de fond de veau. Les œufs sur le plat à l'égyptienne sont servis avec des demi-tomates emplies de riz au safran. Le potage à l'égyptienne est une crème de riz, additionnée de poireaux et d'oignons fondus au beurre, passée et finie au lait. La crème à l'égyptienne est un potage aux légumes secs à base de pois jaunes égyptiens, enrichi de crème.

▶ **Recette** : VOLAILLE.

ÉLAN Grand ruminant de la famille des cervidés, vivant à l'état sauvage en Scandinavie, en Sibérie (où des essais de domestication sont effectués), au Canada (où il se nomme « orignal ») et aux États-Unis. C'est un animal robuste qui se reproduit en grand nombre, et sa chasse est très populaire. Sa chair se prépare comme celle du cerf, dont elle est proche.

ÉLECTROMÉNAGER Ensemble des appareils électriques à usage domestique, qui ont connu un développement spectaculaire dans le domaine de la cuisine.

En 1922, Jean-Louis Breton, directeur de l'Office national des recherches et inventions, émit l'idée de mettre la science au service de « ces innombrables ateliers où se gaspillait dans toutes les familles la peine des femmes ». Il organisa un concours, suivi, en 1923, d'une exposition, le premier Salon des arts ménagers, pour faire connaître aux professionnels et au public les nouveaux appareils ménagers. Ceux-ci furent d'abord mécaniques, mais, très vite, apparurent les premiers appareils électriques. Au Salon de 1929, l'ancêtre du lave-vaisselle voisinait avec un gaufrier et quelques réchauds électriques. Dix ans plus tard, le Salon présentait grille-pain, bouilloires et réfrigérateurs.

C'est à partir de 1948 (premier Salon de l'après-guerre) que l'électroménager connut un véritable essor : en 1954, premier robot-mixeur en France ; en 1960, hachoirs, éplucheurs et grille-pain automatique ; en 1962, fours électriques ; en 1967, couteaux électriques ; en 1968, machines à laver la vaisselle entièrement automatiques ; en 1970, friteuses électriques.

■ **Petit et gros électroménager.** À la première de ces deux catégories appartiennent batteur, bouilloire, cafetière, centrifugeuse, couteau électrique, crêpière, éminceur, éplucheuse, friteuse, gaufrier, grille-pain, grille-viande, hachoir, mixeur, moulin et broyeur à café, ouvre-boîtes, presse-agrumes, trancheuse, sorbetière, yaourtière et robots universels. Certains appareils sont aujourd'hui très sophistiqués.

Le gros équipement électroménager de la cuisine comprend, en dehors du lave-vaisselle, les appareils de cuisson et de froid : cuisinière, table de cuisson, rôtissoire, four encastrable, four à micro-ondes, réfrigérateur et congélateur.

ÉLÉPHANT Mammifère, de la famille des éléphantidés, de l'Asie méridionale, où il est domestiqué comme bête de somme, et de l'Afrique, où il a longtemps été un gibier apprécié (et une source de revenus grâce à son ivoire), avant que des mesures de protection sévères aient été prises à son égard. Des récits de voyageurs et de chasseurs signalent, dès le XVII[e] siècle, que sa viande est coriace, mais qu'elle devient savoureuse si elle est cuite plus de quinze heures ou après une longue maturation en plein air. Ce sont les pieds et surtout la trompe qui présentent un intérêt culinaire : leur chair, musculeuse et gélatineuse, ressemble à de la langue de bœuf.

ÉLEVAGE Ensemble des soins prodigués aux vins de qualité après leur fermentation pour leur assurer le meilleur goût et une longue vie. L'élevage, qui comprend l'ouillage, le soutirage, le collage et la filtration, permet de contrôler l'évolution biologique et physico-chimique du vin. Il s'effectue en fûts de chêne, qui autorisent une aération lente, et dure plus ou moins longtemps : de quelques mois (beaujolais, muscadet) à un ou deux ans (bordeaux, bourgognes), et à six ans au moins pour les vins jaunes.

EMBALLER Envelopper une pièce qui doit pocher ou mijoter dans un bouillon. On utilise soit une crépine de porc, soit une mousseline ou un linge, pour que l'apprêt soit maintenu pendant la cuisson. En charcuterie, « emballer » signifie emplir des moules d'une composition à cuire (galantine, pâté de foie).

EMBOSSER Mettre sous filet, en boyau ou en moule une viande ou une farce afin de lui donner avant cuisson sa forme finale. L'opération autorise l'égouttage, l'étuvage, le séchage, le fumage sans qu'il y ait trop de déformations et de perte de poids.

ÉMEU Oiseau ratite de grande taille (1,60 à 1,80 m), de la famille des dromocéidés. Originaire d'Australie, l'émeu est aujourd'hui élevé pour la production de viande dans plusieurs pays dont la France. Abattu vers 10-12 mois, quand il pèse 40 kg, il fournit une chair rouge et tendre, dont le goût rappelle celui du gibier et qui se cuisine comme lui. On utilise surtout le filet, les aiguillettes de filet, la noix de gigue et les gigots.

ÉMINCÉ Tranche mince de viande rôtie, braisée ou bouillie, nappée d'une sauce et réchauffée au four (sans ébullition, pour qu'elle ne perde pas son moelleux) dans le plat de service. Les émincés constituent un plat de desserte classique. Ils se font surtout avec du bœuf, de l'agneau et du mouton, parfois aussi du gibier (chevreuil), moins souvent avec du porc, de la volaille ou du veau, les viandes blanches étant toujours plus sèches quand elles sont réchauffées.

Les émincés de bœuf sont accompagnés de sauce madère aux champignons, de sauce bordelaise avec des lames de moelle, d'une sauce chasseur, lyonnaise, piquante, Robert, tomate ou italienne, et garnis de pommes sautées, de légumes verts liés au beurre ou à la crème, de légumes braisés, d'une purée, de pâtes ou de risotto. Les émincés de chevreuil sont nappés de sauce poivrade, grand veneur ou chasseur, et servis avec purée de marron et gelée de groseille. Les émincés de mouton sont accompagnés de sauce aux champignons, de sauce tomate, de sauce au paprika et de sauce indienne (avec du riz, des courgettes) ; les émincés de porc, de sauce piquante, de sauce Robert ou de sauce charcutière (avec purée de pomme de terre ou de pois cassés) ; les émincés de veau ou de volaille, de sauce tomate, royale ou suprême (mêmes garnitures que pour le bœuf).

Par extension, on appelle aussi « émincés » divers apprêts qui ne sont pas de desserte et dont les articles sont détaillés en fines lamelles avant cuisson. C'est le cas de l'émincé de veau, découpé dans de la noix de veau, dont les tranches sont sautées rapidement par petites quantités, puis réunies dans le plat à sauter et mouillées de fond ou de demi-glace, parfois de crème fraîche, et accompagnées de champignons sautés.

▶ **Recette** : VEAU.

ÉMINCER Couper en tranches, en lamelles ou en rondelles plus ou moins fines, mais d'égale épaisseur, des légumes, des fruits ou de la viande. L'opération se fait au couteau à émincer sur une planche à découper (concombre, poireau, champignon, poire, pomme), mais aussi à la mandoline (carotte et navet, pomme de terre) ou au robot universel, équipé du disque à émincer (pomme de terre). En restauration, il existe un instrument spécial pour émincer les tomates en tranches de 5 mm d'épaisseur, sans les écraser, ou les couper « en éventail » (les tranches restant liées par la base).

ÉMISSOLE Petit requin de la famille des triakidés, qui vit en profondeur et se rapproche parfois des côtes en été. On distingue l'espèce tachetée, au dos taché de blanc, l'espèce pointillée, à la nageoire dorsale postérieure bordée de noir, et l'espèce lisse. Assez rare, l'émissole, vendue dépouillée sous le nom de saumonette, a une chair très appréciée, surtout en Normandie, où elle est cuisinée à la crème.

EMMENTAL Fromage français (voir tableau des fromages français page 496) et suisse de lait de vache (45 % de matières grasses) à pâte pressée cuite, et à croûte brossée, dure et sèche. Né dans la vallée de l'Emme (canton de Berne), d'où son nom (*Tal* signifie « vallée » en allemand), l'emmental suisse se présente sous la forme d'une meule à talon convexe de 80 à 85 cm de diamètre et de 22 cm d'épaisseur, pesant de 80 à 100 kg ; son talon porte le mot « Switzerland » estampillé en rouge et une plaque label. Il a eu de nombreuses imitations dans le monde entier. Il a été introduit en France au XIXᵉ siècle par des Suisses alémaniques. Affiné de six à douze mois en cave fraîche, ferme et gras, jamais suintant ni sec, jaune ivoire, l'emmental suisse présente des trous dont la grosseur va de celle d'une cerise à celle d'une noix. Sa saveur est fruitée, de douce à relevée.

L'emmental français grand cru, au lait cru de vache (48 % de matières grasses), et l'emmental de Savoie lui sont apparentés par l'aspect et la saveur. Affinés six semaines en cave chaude, ils bénéficient tous deux d'un label rouge. Le fromage français le plus gros (meules de 60 à 130 kg) est aussi le plus fabriqué ; il s'utilise essentiellement en cuisine, surtout râpé.

EMPANADA En Espagne et en Amérique du Sud, tourte, pâté en croûte ou chausson farci à la viande ou au poisson. Cette spécialité est originaire de Galice, où l'empanada classique est une tourte au poulet, à l'oignon et au poivron, qu'on prépare aussi aux fruits de mer, ou encore aux sardines, à l'anguille ou à la lamproie. Autrefois réalisée en pâte à pain (d'où son nom), l'empanada se fait très souvent aujourd'hui en pâte à frire et se sert en général chaude.

Au Chili et en Argentine, les empanadas sont des petits pâtés en croûte (non moulés) ou, plus souvent, des petits chaussons au rebord festonné. Ils sont fourrés de viande hachée, de raisins secs, d'olives et d'oignons, épicés de piment, de paprika et de cumin. On les sert en hors-d'œuvre ou comme amuse-gueule, toujours brûlants, très souvent avec du vin.

RECETTE DU RESTAURANT *ANAHI*, À PARIS

empanada

« Couper 500 g de viande de bœuf dégraissée en petits dés et les faire mijoter avec 100 g d'oignon haché, 20 g de piment doux et de piment en feuille *(ignara)*, 1 cuillerée à café de cumin et 1 gousse d'ail écrasée. Quand la viande est cuite, ajouter 30 g de raisins secs préalablement trempés et 1 œuf dur concassé. Garnir de cette préparation une pâte à tarte, en faisant de petits pâtés. Cuire 30 min au four préchauffé à 180 °C et servir très chaud. »

EMPEREUR Poisson de la famille des béryciformes, qui vit à grande profondeur dans l'Atlantique, de l'Irlande à l'Espagne, et dans le Pacifique, aux abords de la Nouvelle-Zélande. L'empereur, long de 60 cm environ, se reconnaît à sa couleur rouge et à sa nageoire dorsale plus longue que l'anale. Vendu en filets, il a une chair excellente proche de celle de la lotte, et s'apprête de la même façon.

EMPORTE-PIÈCE Ustensile en fer-blanc ou en acier inoxydable, rond, demi-circulaire, ovale ou triangulaire, lisse ou cannelé, permettant de découper rapidement et régulièrement des abaisses de pâte de forme et de dimension variables (barquettes, petits sablés, vol-au-vent, etc.). L'emporte-pièce à colonne est une boîte cylindrique contenant une série d'emporte-pièces à bords hauts, de diamètre décroissant, emboîtés les uns dans les autres.

ÉMULSIFIANT Additif alimentaire (voir ce mot), employé pour faciliter la prise et la stabilisation des émulsions. Les émulsifiants naturels comprennent essentiellement les lécithines (E 322), extraites soit d'amandes ou de graines, notamment celles du soja, pour la chocolaterie, soit du jaune d'œuf pour les laits en poudre, et les mono- et diglycérides d'acides gras alimentaires (oléique, palmitique, etc.), qui interviennent dans la margarine et la mayonnaise toute prête.

ÉMULSION Préparation obtenue en dispersant un liquide dans un autre avec lequel il ne se mélange pas. La dispersion en minuscules gouttelettes d'un corps gras (huile, beurre) dans du vinaigre, de l'eau ou du jus de citron donne une émulsion opaque, qui, même fouettée énergiquement, ne restera pas stable si on ne lui ajoute pas un émulsifiant. Le plus utilisé en cuisine est le jaune d'œuf, additionné parfois de moutarde. Ce principe est la base des sauces émulsionnées froides (mayonnaise et ses dérivés) et chaudes (hollandaise, mousseline et leurs dérivés). Le lait est une émulsion naturelle, formée de globules de crème en suspension dans un sérum qui contient des substances albumineuses jouant le rôle d'émulsifiant.

EN-CAS Collation légère, le plus souvent froide, préparée en prévision du désir ou du besoin de se restaurer en dehors des heures de repas. Autrefois, dans les demeures aisées, l'en-cas de nuit, destiné notamment au retour éventuel d'un voyageur, était dressé sur un guéridon, le plus souvent avec du fromage, des fruits et de la viande froide.

ENCHAUD Spécialité du Périgord, faite d'un morceau de filet de porc désossé, roulé sur lui-même, ficelé et cuit au four en cocotte. Il peut aussi être farci. L'enchaud servi froid est particulièrement apprécié.

enchaud

Désosser un morceau de filet de porc de 1,5 kg environ et conserver l'os. Étaler le filet sur le plan de travail. Saler, poivrer, le parsemer légèrement de thym émietté et le piquer d'éclats d'ail. Rouler étroitement la viande, la ficeler et la mettre au frais. Le lendemain, faire chauffer 2 cuillerées de saindoux dans une cocotte et y dorer le filet sur toutes ses faces. Ajouter 1 petit verre d'eau tiède, 1 branche de thym et l'os. Saler et poivrer. Couvrir et luter le couvercle. Cuire 2 heures au four préchauffé à 180 °C. Quand l'enchaud est cuit, l'égoutter et le tenir au chaud. Retirer de la cocotte l'os et le thym, dégraisser la cuisson au maximum, ajouter 1 petit verre de bouillon et faire réduire. Présenter l'enchaud avec sa sauce et des pommes de terre sautées assaisonnées à l'ail.

ENCORNET Mollusque de la famille des céphalopodes, très apprécié dans les pays méditerranéens. Il est également appelé «calmar», «chipiron» ou «supion». Sur les marchés français, on trouve l'encornet blanc, à grandes nageoires triangulaires, et le rouge, plus allongé, tous deux avec une petite tête portant une dizaine de tentacules et une poche à encre. Les encornets se cuisinent farcis à la tomate, en sauce à l'américaine ou au vin blanc, frits, froids avec un aïoli ou dans une sauce noire faite avec leur encre.

ENDAUBAGE Ensemble des ingrédients employés pour réaliser un braisé, variables selon les recettes : lard, carottes, échalotes et oignons, bouquet garni, vin, alcool, huile, vinaigre, ail, poivre, sel, aromates, etc.

ENDIVE Légume d'hiver aux feuilles blanches et serrées, obtenu par forçage dans l'obscurité d'une racine de chicorée, qui forme une pomme allongée, ferme et régulière (voir planche des chicorées page 263). Appelée « chicon » ou « witloof » (« feuille blanche » en flamand) en Belgique, « chicorée de Bruxelles » en Allemagne et « chicorée belge » en Grande-Bretagne, l'endive est digeste et peu calorique (20 Kcal pour 100 g) ; riche en eau, elle apporte du potassium, des vitamines C, B1, B2, PP et des provitamines A. Elle est disponible d'octobre à mai et provient du nord de la France, de Belgique ou des Pays-Bas.

■ **Emplois.** Les endives sont débarrassées de leurs feuilles abîmées, passées sous l'eau rapidement car elle les rend amères, et essuyées. Il faut enlever la base où se concentre l'amertume, mais ne pas les blanchir.

Ce légume s'apprête cru, en salade (à la vinaigrette, avec les éléments variés qui entrent dans les salades d'hiver : betterave, fromage cuit, noix, pomme, quartiers d'orange ou de pamplemousse). Les endives connaissent en outre de nombreux apprêts cuits : nappées de béchamel, arrosées de beurre noisette ou de jus brun de veau, servies avec du beurre frais et des fines herbes, gratinées, ou réduites en purée. Elles accompagnent rôtis et volailles. On peut les braiser, les préparer en chiffonnade ou en fritots. Enfin, elles constituent un plat principal : elles sont étuvées puis roulées dans du jambon et nappées d'une sauce au porto et aux raisins secs, ou encore farcies et gratinées.

chiffonnade d'endives à la crème → CHIFFONNADE
crème d'endive → CRÈME-POTAGE

endives à l'étuvée

Parer et laver 1 kg d'endives. Les mettre dans une casserole avec 30 g de beurre, 1 pincée de sel, le jus de 1/4 de citron et 1/2 dl d'eau. Porter à ébullition sur feu vif, à couvert, puis baisser et cuire 35 min.

endives au jambon

Cuire des endives à l'étuvée. Préparer une béchamel très réduite (de 2 à 4 cuillerées à soupe de sauce par endive) et l'additionner de gruyère (60 g pour 1/2 litre de sauce). Beurrer un plat à gratin. Égoutter les endives, les enrouler séparément dans des tranches de jambon de Paris, les ranger côte à côte dans le plat. Les napper de béchamel bouillante ; parsemer de gruyère râpé et de noisettes de beurre. Mettre au four préchauffé à 275 °C.

ENRICHI Qualificatif désignant un produit alimentaire auquel on a ajouté une quantité importante de nutriments, de vitamines ou de minéraux. Il s'agit essentiellement de produits à prédominance glucidique, lipidique ou protidique (destinés aux sportifs, aux personnes dénutries ou accidentées). Aujourd'hui, le lait, les yaourts, les céréales, les jus de fruits sont parfois « complémentés en », « supplémentés en » ou « à teneur garantie en » vitamines et sels minéraux, bien qu'ils n'aient pas droit à la mention « enrichis en » (voir COMPLÉMENTATION).

ENROBER Tremper dans de la pâte à frire un aliment relativement riche en eau, pour l'isoler pendant sa cuisson dans un bain de friture (beignets de légumes ou d'abats, notamment). Enrober signifie également recouvrir un apprêt de sauce (chaud-froid, par exemple) ou de gelée. Enfin, les confits doivent toujours être parfaitement enrobés de graisse pour une meilleure conservation.

En pâtisserie, on enrobe de chocolat, de fondant ou de sucre cuit gâteaux, petits-fours, sucreries ou bouchées. Les crèmes glacées présentées sur un bâtonnet sont enrobées de chocolat ou de praliné, ce qui assure leur rigidité.

En chocolaterie, on enrobe de chocolat au lait, blanc ou noir, des formes (carré, rectangle, rond) de différentes épaisseurs, composées de ganache, de praliné, de pâte d'amande ou d'autres garnitures, pour faire les bonbons de chocolat dont sont remplis les ballotins et les boîtes.

Dans l'industrie alimentaire, l'enrobage consiste à envelopper un aliment d'une substance neutre, qui en améliore la présentation et en allonge la durée de conservation (notamment pour les saucissons). Le café « enrobé » a subi un traitement qui rend les grains noirs et brillants.

ENTONNOIR Ustensile destiné à faciliter le transvasement des liquides dans des bouteilles ou des récipients à goulot étroit. Généralement conique (mais ovale pour l'eau-de-vie) et plus ou moins évasé, l'entonnoir est en verre, en acier inoxydable, en tôle étamée ou émaillée, ou en plastique.

En confiserie, l'entonnoir à fondant, muni d'une baguette de bois qui obstrue à volonté l'orifice, sert à couler certains bonbons dans les moules.

En charcuterie, l'entonnoir à saucisse, à boudin ou à cervelas, ou « embossoir », est utilisé pour remplir les boyaux à l'aide d'un poussoir de bois.

ENTRECÔTE Morceau de bœuf qui correspond à la région dorsale antérieure de l'animal et qui est prélevé dans le train de côtes désossé, et non pas, « entre deux côtes », comme c'était le cas autrefois (voir planche de la découpe du bœuf pages 128 et 129). L'entrecôte est une viande souvent persillée de graisse, donc savoureuse, et destinée à être grillée ou poêlée. On taille aussi des entrecôtes dans les basses côtes ; elles s'acommodent de la même manière, mais sont plus fermes. L'entrecôte doit avoir 1,5 cm d'épaisseur environ pour garder une bonne tenue et toute sa saveur. Elle est généralement parée, partiellement dégraissée, entaillée sur le pourtour pour l'empêcher de se rétracter à la cuisson. Si l'on retire de l'entrecôte la partie la moins épaisse, on obtient la noix d'entrecôte.

► **Recette** : BŒUF.

ENTRE-DEUX-MERS Vin AOC blanc sec, frais et léger, produit dans une vaste région délimitée par deux fleuves : la Garonne et la Dordogne (voir BORDELAIS).

ENTRÉE Premier plat d'un menu, qui vient en fait dans l'ordonnance classique en troisième position, après le hors-d'œuvre (ou le potage) et le poisson (ou le mets qui en tient lieu) : il précède donc le rôti. Dans un grand dîner, l'entrée est soit un apprêt chaud en sauce, soit un plat froid ; on appelle entrées « mixtes » les croustades, timbales et petits pâtés. Lorsque plusieurs entrées sont servies, elles doivent être nettement différentes.

La tendance étant actuellement à la simplification et à la réduction du nombre des mets, le menu s'articule le plus souvent autour d'un plat central, précédé d'un hors-d'œuvre ou d'un potage, parfois d'une entrée, et suivi classiquement de la salade, du fromage et du dessert. Au Moyen Âge, on trouvait parmi les entrées des écorces de melon confites, des tourtes d'huîtres, des andouillettes, des godiveaux, des ramequins au fromage, etc.

Aujourd'hui, elles comprennent des poissons, des fruits de mer, du caviar, du foie gras, des pâtes et des farinages (gnocchis, macaronis, spaghettis, raviolis, quenelles), de la pâtisserie salée (bouchées, croustades, pâtés chauds, quiches, tartes salées, timbales, tourtes et vol-au-vent), des apprêts d'œufs ou des soufflés, voire des légumes (artichauts, asperges). Les charcuteries froides, crudités, melon, poissons marinés ou à l'huile, radis, salades composées, etc., relèvent du domaine des hors-d'œuvre.

ENTREMETS Ensemble des mets servis autrefois après le rôti, c'est-à-dire légumes et « plats de douceur ». Au Moyen Âge, à la cour des rois et des princes, l'entremets était un véritable spectacle, les plats étant accompagnés de musique, de numéros de jonglerie et de danses.

Si, dans le langage courant, l'entremets est aujourd'hui un plat sucré servi après le fromage, le mot désigne toujours, en restauration, tous les apprêts de légumes (qui, dans une brigade, sont à la charge de l'« entremettier »), ainsi que les « entremets de cuisine » (crêpes et beignets salés, croquettes, croûtes, omelettes, soufflés) et enfin les « douceurs », subdivisées en entremets chauds (beignets, crêpes, fruits flambés, omelettes sucrées et soufflés), entremets froids (bavarois, blancs-mangers, charlottes, compotes, croûtes, crèmes, desserts au riz ou à la semoule, flans, fruits rafraîchis, fruits au riz ou à la semoule, meringues, œufs à la neige, puddings, timbales) et entremets glacés (biscuits glacés, bombes et mousses, coupes glacées, fruits givrés, glaces aux fruits, parfaits, sorbets, soufflés et vacherins).

■ **Histoire.** Au XIVᵉ siècle, Taillevent proposait comme entremets la fromentée, le brouet, le civet d'huîtres, le riz au lait, la gelée de poisson, la « poulaille » farcie, le lait d'amande aux figues, etc., donc des mets servis tout au long du repas, alternant avec les rôtis et les poissons, et mêlant le salé et le sucré. Une mention particulière revient à certains entremets « de prestige », tels le « cygne revêtu en sa peau et toute sa plume » et autres apprêts, qui étaient plutôt des pièces montées, uniquement décoratives, présentées en grande pompe et en musique.

En 1655, Nicolas de Bonnefons conseille des apprêts « au beurre et au lard de toutes sortes d'œufs, tant au jus de gigot qu'à la poêle, et d'autres au sucre, froids et chauds ; avec des gelées de toutes couleurs et des blancs-mangers, mettant les artichauts, les cardons et céleris au poivre dans le milieu ». Sous Louis XIV et jusqu'au XIXᵉ siècle, les entremets continuèrent d'associer plats sucrés et plats de légumes.

Dans les années 1850 encore, la carte du célèbre restaurant *Véry* proposait, sous la rubrique « entremets », toute une gamme de plats de légumes chauds, mais aussi : croûtes aux champignons, omelette aux fines herbes, œufs brouillés au verjus, macaronis d'Italie. Et, comme « entremets de sucre » : petits pots de gelée au rhum, meringues garnies à la crème, omelette aux confitures, beignets d'abricot, tourte aux cerises, charlotte aux abricots, omelette soufflée au riz.

▶ **Recettes** : COLLE, ORANGE, SUBRIC.

ÉPAISSISSANT Additif alimentaire destiné à augmenter la viscosité d'un produit (lait gélifié chocolaté, crème glacée, plat cuisiné). La plupart des épaississants (E) sont extraits des végétaux : algues (400 à 405), graines de caroube (410), guar (412), fruits (440 a). Les doses autorisées varient selon les aliments.

ÉPAULE Partie supérieure du membre antérieur d'un animal de boucherie.

L'épaule de bœuf est désossée, sauf le jarret, qui garde souvent son os. Détaillée, elle fournit des morceaux à braiser ou à bouillir, et à rôtir ou à griller.

L'épaule de veau est aussi désossée, au contraire du jarret, qui est vendu avec son os. Elle donne des morceaux à braiser, à poêler, à sauter, des rôtis et des ragoûts, et même des escalopes ; elle peut aussi se préparer farcie et roulée, braisée ou rôtie.

L'épaule de mouton ou d'agneau se cuisine désossée en rôti, piquée d'ail, farcie ou non, ou partiellement désossée, « façon gigot ».

L'épaule de porc est rarement proposée entière : on distingue la palette (elle peut être rôtie, salée ou fumée) et la partie supérieure appelée « épaule » (souvent traitée en charcuterie). Dans la venaison, l'épaule s'apprête comme la gigue ou le cuissot, mais le plus souvent en civet.

épaule d'agneau braisée et ses garnitures,
épaule d'agneau farcie à l'albigeoise → AGNEAU
épaule de mouton en ballon (ou en musette),
épaule de mouton en gelée → MOUTON

épaule de mouton en pistache

Rouler en ballottine une épaule de mouton désossée et la mettre dans une cocotte foncée d'une large tranche de jambon cru, non fumé, de 1 oignon et de 1 carotte, émincés. Saler, poivrer et arroser de 2 cuillerées à soupe de graisse d'oie ou de saindoux. Faire suer le tout sur le feu de 20 à 25 min. Retirer l'épaule et le jambon et verser dans la cocotte 2 cuillerées à soupe de farine ; cuire quelques minutes, puis mouiller de 2 dl de vin blanc et de 4 dl de bouillon. Bien mélanger, puis passer ce fond au chinois et le réserver. Remettre l'épaule dans la cocotte, ainsi que le jambon, coupé en dés ; ajouter 50 gousses d'ail épluchées et blanchies à l'eau bouillante et 1 bouquet garni avec 1 morceau d'écorce d'orange sèche. Mouiller avec le fond de cuisson passé, couvrir et cuire 1 heure au four préchauffé à 220 °C. Égoutter l'épaule, la déficeler et la dresser dans un plat chaud. Napper de la sauce et servir les gousses d'ail en garniture.

épaule de porc au cinq-épices → PORC
épaule de veau farcie à l'anglaise → VEAU

ÉPEAUTRE Variété de blé dont les petits grains bruns adhèrent fortement à la balle, comme dans l'orge et l'avoine, contrairement aux autres sortes de blé. Couramment cultivé jusqu'au début du XXᵉ siècle, notamment en Allemagne, en Suisse, en France (Alpes et Massif central surtout), mais aussi en Belgique (où ses grains servent à la fabrication de la bière), l'épeautre a tendance à disparaître, bien que sa valeur nutritive soit la même que celle du blé tendre et qu'il se contente de sols pauvres. Une fois décortiqués, les grains d'épeautre se cuisinent comme le riz, et on les emploie encore dans certaines soupes campagnardes, notamment en Provence.

RECETTE DE PIERRE ET JANY GLEIZE,
LA BONNE ÉTAPE, À CHÂTEAU-ARNOUX

soupe rustique d'épeautre du Contadour

« Faites tremper dans de l'eau, dans deux récipients différents, 200 g d'épeautre et 40 g de pois chiches. Le lendemain, coupez en gros dés 60 g de courge, 40 g de carotte, 20 g de céleri et 40 g de poitrine salée. Mettez-les dans une cocotte avec un murçon (saucisse cuite), 4 dl de bouillon de canard bien dégraissé et 4 dl d'eau. Portez doucement à ébullition, salez et poivrez légèrement. Cuisez 2 heures à feu très doux, puis ajoutez 6 cuisses de canard colvert et poursuivez la cuisson 1 heure encore. Servez très chaud, avec une goutte d'huile d'olive dans chaque assiette et éventuellement un peu de persil haché. »

▶
Épaule de mouton en pistache



ÉPÉE DE BOIS (L') Taverne située autrefois rue Quincampoix, à Paris, dans une maison du XVIe siècle, qui fut détruite en 1958. En 1658, cet établissement devint le lieu de réunion de maîtres à danser et de maîtres de violon, qui allaient constituer l'Académie de danse, futur noyau de l'Opéra de Paris. En 1719, le financier Law installa sa banque dans la même rue, et *l'Épée de bois* fut alors le rendez-vous des spéculateurs et des usuriers. Enfin, on raconte que le cabaret fut fréquenté par l'abbé Prévost, qui y aurait écrit une grande partie de *Manon Lescaut*.

ÉPÉPINER Retirer les pépins de certains légumes ou de fruits. On épépine une tomate mondée avec une petite cuillère, un grain de raisin pelé avec une aiguille ou un petit trombone déplié.

ÉPERLAN Petit poisson marin de la famille des osméridés, voisin du saumon, à chair fine et délicate. Long de 20 cm au plus, de couleur argentée, il porte une seconde nageoire dorsale adipeuse, qui permet de le distinguer de poissons d'aspect voisin, moins fins mais plus courants.

L'éperlan vient pondre dans les estuaires, notamment en Normandie, à Caudebec-en-Caux (il figure dans les armoiries de cette ville), où on le surnomme « caille de la Manche » ou « becfigue des eaux ».

Au Canada, une espèce proche, l'éperlan arc-en-ciel, a le ventre argenté et le dos olive ou vert foncé ; certaines populations passent leur vie dans l'eau douce des grands lacs, où l'on en fait une pêche commerciale importante.

L'apprêt le plus classique de l'éperlan est la friture (les poissons, vidés, lavés et essuyés, peuvent être conservés dans le réfrigérateur jusqu'à leur emploi et ils se congèlent très bien), mais on le consomme aussi mariné, grillé, cuit au vin blanc, à la meunière ou au gratin. Dans les pays nordiques, l'éperlan entre dans la fabrication d'huiles et de farines de poisson.

éperlans marinés

Préparer les éperlans, les rouler dans la farine, les secouer pour en ôter l'excédent. Les dorer à l'huile dans une poêle. Les égoutter, les saler, les poivrer et les ranger dans un plat creux. Peler des oignons, les émincer, les blanchir 1 min à l'eau bouillante ; les rafraîchir, les éponger et les répartir sur les éperlans. Ajouter des grains de poivre, 2 ou 3 clous de girofle, du thym, du laurier. Arroser de vinaigre et laisser macérer 24 heures au moins. Dresser dans un ravier et servir avec d'autres hors-d'œuvre froids.

ÉPERONS BACHIQUES Métaphore créée par Rabelais pour désigner les salaisons épicées, andouilles et saucissons qui poussent à boire, comme les éperons poussent le cheval à prendre le galop. L'usage de servir des aliments salés (des tranches de lard grillées, dites « charbonnées », notamment) était répandu dans les auberges du Moyen Âge et il se poursuit avec les amuse-gueule et les hors-d'œuvre froids. L'expression ne s'emploie plus qu'à l'occasion de banquets ou de réunions bachiques, où l'on veut faire revivre le climat des « franches lippées » d'autrefois. « Éperon bachique » se disait aussi du fromage, que Grimod de La Reynière appelait le « biscuit de l'ivrogne », et Saint-Amand, le « cotignac de Bacchus ».

ÉPICE Substance aromatique végétale, dont la saveur plus ou moins parfumée ou piquante sert à assaisonner les mets. L'épice se distingue de l'aromate dans la mesure où son goût l'emporte sur son parfum.

■ **Histoire**. La plupart des épices viennent d'Orient. La première épice connue en Occident fut le poivre des Indes et elle demeura, pendant des siècles, la plus rare et la plus chère. Les Romains appréciaient beaucoup le gingembre, et leurs préparations culinaires étaient toujours abondamment épicées, pratique qui marqua toute la cuisine du Moyen Âge.

L'usage des épices en Europe fut introduit par les Byzantins. Leur diffusion fut ensuite entravée par les invasions arabes, mais leur utilisation était entrée dans les mœurs. Les épices permettaient de conserver les aliments dans des sauces condimentées, parfois pour masquer l'excès de faisandage des viandes, parfois pour leur donner du goût quand, après avoir longuement bouilli, celles-ci se trouvaient affadies.

L'approvisionnement fut renouvelé au XIIe siècle grâce aux croisades, et le contrôle de la « route des épices » suscita d'âpres rivalités. Venise parvint à s'attribuer le quasi-monopole de la distribution, et c'est pour tenter de trouver d'autres matières premières que furent entrepris les voyages des « grandes découvertes » du XVIe siècle.

Progressivement, les épices devinrent plus courantes et donc moins chères, les compagnies anglaises et hollandaises, surtout, en assurant le commerce. À cause de leur prix, elles furent pendant longtemps des présents de grande valeur. Il arrivait parfois que les taxes, les rançons ou les droits de douane fussent payés en épices. D'où un sens particulier du mot « épices », qui désignait, sous l'Ancien Régime, le présent que les plaideurs, surtout les gagnants, faisaient au juge. Par la suite, les « épices » devinrent une taxe obligatoire, versée au juge à titre de rétribution ; cette pratique fut abolie par la Révolution.

■ **Cuisine et épices.** Le mot « épice », signifiant « espèce » puis « marchandise », s'appliquait à l'origine aussi bien au sucre qu'à une épice particulière. On distinguait alors les « épices de chambre » (confitures et fruits confits, dragées au fenouil ou à l'anis, massepains, nougats) des « épices de cuisine ». Parmi ces dernières figuraient des produits qui ne sont plus considérés comme des épices aujourd'hui (lait, miel, sucre), d'autres qui ont disparu (ambre, garingal, musc) et certains qui ont changé de nom (espic pour la lavande, graine de paradis pour la cardamome).

Au XIVe siècle, Taillevent donne, dans son *Viandier*, la liste des épices qu'il juge nécessaires : « gingembre, cannelle, girofle, graine de paradis, poivre long et poivre rond, nard, fleur de cannelle, safran, noix, muguettes, laurier, garingal, mastic, lores, cumin, sucre, amandes, ail, oignon, ciboule, échalote », auxquels

s'ajoutaient des « épices pour verdir » (persil, salmonde, oseille, feuilles de vigne, groseillier, blé vert) et des « épices pour détremper » (vin blanc, verjus, vinaigre, bouillon gras, lait de vache, lait d'amande).

Dans un sens plus moderne, Taillevent parle aussi de « poudres », sans en donner la composition. Au Moyen Âge et jusqu'au XVII[e] siècle, il s'agissait de poudres « faites d'épices moulues » (on distinguait alors les poudres « fortes » des poudres « douces », selon que leurs composants étaient piquants ou non).

Antonin Carême, lui, voit dans l'abus d'épices l'un des ennemis de la bonne cuisine, et il précise, dans ses *Mémoires*, que, avant son arrivée à la cour du futur George IV d'Angleterre, la cuisine était « tellement forte, aromatisée, que le prince éprouvait fréquemment des douleurs qui duraient des jours et des nuits ».

Néanmoins, les épices furent souvent considérées comme la marque d'une cuisine raffinée et élitiste. Au Pécuchet de Flaubert, qui craignait les épices « comme pouvant lui incendier le corps », Baudelaire répond que celles-ci « anoblissent la nourriture » ; il dédaigne les « viandes niaises et les poissons fades », et appelle « toute la pharmacie de la nature au secours de la cuisine ». « Piments, poudres anglaises, safraniques substances coloniales, poussières exotiques » lui semblent indispensables pour donner de l'élégance aux mets.

■ **Emplois.** En Europe, les épices s'emploient beaucoup plus modérément que jadis et, surtout, l'assaisonnement se fait en fonction des mets : clous de girofle et poivre en grains pour les marinades ; muscade et cannelle pour les sauces au vin ; safran pour la bouillabaisse et la paella ; cumin et anis en biscuiterie ; genièvre et coriandre pour le gibier, etc. Elles sont aussi nettement moins fortes, sauf le piment en Espagne et en Amérique latine et le paprika en Hongrie. Les épices sont surtout vendues en graines ou en poudre, en vrac ou en flacons. Il est conseillé de les conserver dans des pots assez grands pour ménager une certaine aération (voir CINQ-ÉPICES, PAIN D'ÉPICE, QUATRE-ÉPICES).

Dans le reste du monde, des traditions culinaires parfois très anciennes donnent souvent aux épices un rôle beaucoup plus important. C'est le cas en Inde, où leur préparation est aussi complexe que celle des sauces dans la gastronomie française. En Chine, on en fait également une grande consommation, en les choisissant toujours en fonction d'accords de saveurs très élaborés : il faut citer notamment l'anis, la coriandre, le gingembre, le piment séché, le sésame. Les cuisines antillaise et africaine utilisent des épices inconnues en Europe (fleurs, graines et racines, mais aussi insectes et poissons séchés), tandis que, dans les pays arabes, on apprécie le salé, le piquant et le sucré, le safran et l'eau de rose, le poivre et le piment.

▶ **Recettes** : COCKTAIL, POTIRON, THÉ, THON.

ÉPICERIE Magasin qui regroupe et propose une vaste gamme de produits alimentaires. Aux ingrédients de base tels que le sucre, la farine, le café, le thé, le sel, le riz, les pâtes, les biscuits, les biscottes et le chocolat s'ajoutent les fruits et légumes frais ou en conserve, les boissons, les produits laitiers, voire des denrées exotiques et des aliments diététiques. L'apparition des produits préemballés et la diversification des méthodes de conservation ont fait de l'épicerie un magasin d'alimentation très diversifié.

■ **Histoire.** La corporation autrefois importante et très considérée de l'épicerie réunissait les marchands d'épices, les confiseurs, les fabricants de cierges et les apothicaires. Ceux-ci détenaient également le monopole du contrôle des poids et mesures. Ils vendaient donc aussi bien des épices et des vins cuits que de l'eau de rose, des préparations médicinales, de la cire, du sucre et du miel. Au XV[e] siècle, la corporation se divisa en apothicaires et épiciers, et ces derniers en droguistes, confiseurs et ciriers. Tout homme qui voulait devenir membre de l'Épicerie devait prêter serment chez le procureur du roi. Dans la première moitié du XVIII[e] siècle, les épiciers furent successivement autorisés à vendre des parfums et des fruits à l'eau-de-vie, du café non torréfié et du thé en feuilles, des légumes secs (moyennant l'obligation d'en porter un tiers aux Halles), du jambon et de la viande de porc (mais à la tonne et non au détail). Sous la monarchie de Juillet (1830-1848), l'épicier devint un personnage caricatural, symbole du petit-bourgeois conformiste.

■ **Évolution.** Autrefois, l'épicier conditionnait lui-même des produits en vrac, sans marque de fabrique ou de distribution (légumes secs, confiserie, pains de sucre, café torréfié à la demande, etc.). Il existait alors de fortes relations entre vendeur et consommateur, qui se traduisaient par un débit à très petit détail ; on faisait souvent des achats journaliers. Ce commerce traditionnel a été de plus en plus remplacé par des magasins en libre-service (produits conditionnés et non plus vendus au poids, étiquetage normalisé), et par des boutiques de comestibles « de luxe », proposant des produits rares, étrangers ou exotiques, de la charcuterie fine, des fromages, etc.

ÉPIGRAMME Apprêt de la poitrine et du haut de côtelettes d'agneau (voir planche de la découpe de l'agneau page 22), désossés, parés et coupés en gros morceaux. Ceux-ci sont ensuite grillés ou sautés. On peut aussi cuire la poitrine et le haut de côtelettes dans un bouillon avant de les préparer. Les épigrammes sont panés, souvent parsemés d'herbes aromatiques ou encore légèrement badigeonnés de moutarde avant la cuisson

Cette appellation est aussi donnée à divers apprêts de poisson (barbue, sole) et de petit gibier à plume.

épigrammes d'agneau

Braiser une poitrine d'agneau ou la pocher dans un fond blanc, à court mouillement. L'égoutter, la désosser, la faire refroidir sous presse. La détailler en morceaux égaux et les paner à l'œuf et à la mie de pain. Paner autant de côtelettes d'agneau. Cuire sur le gril, ou sauter au beurre ou à l'huile, les côtelettes et les morceaux de poitrine. Les dresser dans un plat rond. Garnir de papillotes les manches des côtelettes. Verser autour des épigrammes quelques cuillerées du fond de braisage réduit et passé.

ÉPINARD Plante potagère, de la famille des chénopodiacées, aux feuilles vert foncé, cloquées ou lisses, que l'on mange généralement cuites, en légume, mais aussi crues, en salade, lorsqu'elles sont jeunes et tendres. Riches en eau et pauvres en calories (de 20 à 32 Kcal pour 100 g), les épinards sont très digestes et recèlent beaucoup d'éléments minéraux (fer surtout) et de vitamines. Originaires de Perse, inconnus des Anciens, ils se vendaient au Moyen Âge soit frais, soit cuits, hachés et pressés en boulettes, sous le nom d'« espinoche ». Au XVIIe siècle, on les cuisinait au sucre et on en cultivait plus de dix variétés, dont le « monstrueux de Viroflay » et la « merveille de Versailles ».

■ **Emplois.** Aujourd'hui, les épinards s'achètent toute l'année, mais surtout de mars à mai ; les variétés d'hiver ont des feuilles plus grandes que celles d'été. Les épinards sont également disponibles en conserve (en branches, hachés ou en purée) et surgelés – ce qui représente 80 % de la consommation totale.

À cause de leur saveur affirmée, ils ont autant de détracteurs que d'amateurs. Ainsi, Guy de Maupassant les détestait vraiment, et l'on rapporte que son valet de chambre parvenait à les lui faire manger en les baptisant « épinards de Tétragonie » (en réalité, la tétragone est une variété d'épinard d'Australie et de Nouvelle-Zélande).

En branches (c'est-à-dire juste blanchis, égouttés et servis avec du beurre frais), ils sont un accompagnement classique du veau et de la volaille, ainsi que des œufs, mais ils interviennent aussi dans des plats régionaux, tels que tartes et tians, rissoles et pâtés. Ils entrent dans la composition de farces (mélangés avec d'autres herbes, notamment l'oseille) et servent à confectionner des soufflés, des purées et des gratins. C'est le légume des apprêts « à la florentine ».

cervelas farcis aux épinards → CERVELAS
crêpes gratinées aux épinards → CRÊPE

RECETTE DE PAUL BOCUSE

épinards : préparation et cuisson

« Enlever les tiges, laver à grande eau, éliminer les feuilles jaunies ou flétries. (La saveur et les qualités nutritives des épinards sont préservées si la cuisson est très rapide et s'il n'y a pas d'attente entre l'accommodement et le service.) Faire bouillir une grande quantité d'eau dans une bassine en cuivre non étamé ; y plonger les épinards lavés et égouttés ; après 8 min de gros bouillons, vérifier si les feuilles sont cuites en en écrasant une entre les doigts (si les épinards ne sont pas nouveaux, prolonger de quelques minutes) ; égoutter dans une passoire ou un tamis. Remplir la bassine d'eau froide et y replonger les épinards ; répéter cette opération plusieurs fois pour refroidir rapidement les feuilles. Les presser ensuite fortement par poignées pour en extraire l'eau. Si les épinards ne sont pas accommodés immédiatement, les réserver dans un plat en faïence, dans le réfrigérateur ou au frais. »

épinards au gratin

Nettoyer, blanchir et éponger des épinards. Beurrer légèrement un plat à gratin ; y étaler les épinards en branche. Masquer d'une béchamel légère, aromatisée à la muscade et fromagée. Parsemer de fromage râpé. Arroser de beurre fondu et gratiner au four préchauffé à 275-300 °C. On peut disposer sur la béchamel des demi-œufs durs avant de parsemer de fromage.

pain d'épinard à la romaine → PAIN DE CUISINE
salade d'épinards → SALADE
subrics d'épinards → SUBRIC

ÉPINARD GÉANT DU MEXIQUE Nom donné aux feuilles d'un arbuste mexicain dont la saveur est intermédiaire entre celle de l'oseille et celle des épinards, et que l'on apprête comme eux.

ÉPINE-VINETTE Arbrisseau épineux des sols secs et ensoleillés, de la famille des berbéridacées, dont les petites baies rouge vif, charnues et allongées, apparaissent en octobre. Ces fruits sont riches en acides tartrique et malique. Cueillis verts, ils sont confits au vinaigre comme des câpres. Bien mûrs, ils servent à préparer des gelées et des sirops. Cuits, puis séchés et réduits en poudre fine, ils étaient autrefois utilisés comme assaisonnement. On en faisait également une boisson aigrelette, qui, fermentée, donnait du vinaigre.

ÉPLUCHER Débarrasser les fruits et les légumes de leurs parties non comestibles. Éplucher n'est pas toujours synonyme de peler : on épluche la salade, les épinards, le chou et les radis en leur ôtant les tiges, les racines, les côtes, les feuilles flétries. On « écosse » les petits pois ; on « effile » les haricots verts ; on « monde » les tomates et les amandes. Certains produits demandent des manipulations particulières : châtaignes que l'on « cerne », asperges dont on ne pèle que la tige, crosnes que l'on « sasse », artichauts que l'on débarrasse de leur foin, etc.

L'épluchage se fait généralement à la main, à l'aide du couteau éplucheur, ou économe. En restauration, pour les grandes quantités, notamment pour les pommes de terre, on se sert d'une éplucheuse électrique (qui réduit les déchets à 5 %, alors qu'ils atteignent 25 % dans l'épluchage à la main), mais il faut reprendre ensuite chaque pomme de terre pour retirer les « yeux ». Les épluchures ne sont pas toujours jetées : les côtes de chou sont conservées pour des potages ; la pelure du concombre sert parfois à décorer les verres à cocktail ; quant aux épluchures (ou pelures) de truffe, elles portent mal leur nom, car elles sont aussi précieuses que le champignon lui-même.

Par extension, on dit « éplucher » un poulet quand on l'épile pour le débarrasser de tous les bouts de plume qui restent fichés dans sa peau.

ÉPOISSES Fromage bourguignon AOC de lait de vache (45 % de matières grasses), à pâte molle et à croûte lavée (d'abord à la sauge, puis au marc de Bourgogne), de couleur orangée (voir tableau des

fromages français page 495). L'époisses se présente sous la forme d'un disque de 10 cm de diamètre sur 3 à 6 cm d'épaisseur, avec une légère dépression au centre. Généralement présenté nu, il est parfois entouré de feuilles de vigne ou mis en boîte. Sa pâte peut être aromatisée au girofle, au fenouil et au poivre noir. Souple et onctueux, jaune clair à jaune-brun selon l'affinage, il a une saveur très relevée. Considéré par Brillat-Savarin comme le « roi des fromages », il était très apprécié par Napoléon I[er], qui le dégustait avec du chambertin.

ÉQUATEUR La cuisine équatorienne est très proche de celle du Pérou. Le plat populaire par excellence est le ceviche. Sur tous les marchés, des « restaurants » proposent ce poisson cru mariné dans du jus de citron. Les Équatoriens sont aussi très friands de tamales, de galettes de maïs, de pâtés farcis et de soupes colorées et copieuses, servies avec de délicieux petits pains. Les variétés de bananes, fort nombreuses, figurent dans toutes les recettes, salées ou sucrées, comme les haricots, le riz, le maïs et la pomme de terre. La Toussaint est l'occasion de préparer des centaines de petits gâteaux en sucre décorés que les familles iront manger sur les tombes de leurs morts.

ÉQUILLE Petit poisson argenté, de la famille des ammodytidés, très commun dans l'Atlantique, la mer du Nord et la Manche (voir planche des poissons de mer pages 820 et 821). L'équille mesure au maximum 25 cm de long et se pêche dans le sable, à marée basse. Appelée aussi « lançon » – et commercialisée comme telle au Canada –, elle ne se prépare qu'en friture.

ÉRABLE Arbre des régions tempérées, de la famille des acéracées, dont une variété, l'érable à sucre, pousse au nord-ouest de l'Amérique du Nord et principalement au Québec (70 % de la production totale). Sa sève incolore, recueillie par incision des troncs au printemps, est réduite par ébullition de trente à quarante fois son volume pour donner, selon le degré de cuisson, un sirop limpide et doré, à saveur herbacée, ou un sucre pur, qui se présente en blocs (pains) ou en granulés. L'érable fut à peu près l'unique source de sucre des premiers pionniers ; avec le temps, le sirop d'érable l'a supplanté dans la faveur populaire. On l'utilise aujourd'hui pour napper des crêpes et des glaces ou parfumer des mousses et des soufflés. Pour confectionner la « tire d'érable », on prolonge un peu la cuisson du sirop et on le verse sur de la neige, ce qui le transforme en caramel mou. Le sirop d'érable épaissi peut être fouetté et rapidement refroidi pour donner le « beurre d'érable ». De nombreux autres produits sont dérivés de l'érable : apéritif, digestif, gelée, bonbons, etc. L'appellation « érable pur » est strictement contrôlée.

▶ **Recette** : TOURTE.

ÉSAÜ Nom donné, en cuisine classique, à un potage lié, fait d'une purée de lentilles détendue avec un fond blanc ou du consommé, qui sert aussi de base à d'autres potages, Conti ou Choiseul. Ésaü était un personnage biblique qui céda son droit d'aînesse à son frère Jacob contre un plat de lentilles. Les œufs mollets ou pochés Ésaü sont dressés sur de la purée de lentilles (présentée sur des tartelettes cuites à blanc ou dans des croustades de pain de mie frit et évidé) ; ils sont nappés de fond de veau réduit et beurré.

ESCABÈCHE Marinade froide très corsée, destinée à conserver des aliments cuits. Ce mode de préparation, originaire d'Espagne, s'applique essentiellement aux petits poissons. Le nom de ce plat, qui s'est répandu dans tout le bassin méditerranéen, varie selon les pays : *scabetche* en Afrique du Nord, *escabecio* ou *scavece* en Italie, et même *escavèche* en Belgique (souvenir de l'occupation espagnole des XVI[e] et XVII[e] siècles). Dans le Berry enfin, on trouve une préparation très voisine de goujons frits « à la cascamèche ».

L'escabèche sert aussi à cuisiner la volaille et le gibier à plume. Ainsi, en Espagne, c'est surtout la perdrix qui est saisie à l'huile avec de l'ail, puis égouttée, recouverte de son mouillement avec des aromates, mise à mariner et servie froide ; au Chili, le poulet en escabèche s'apprête de la même façon et se sert froid avec du citron et des oignons.

RECETTE DE CHRISTIAN GUILLERAND

escabèche de sardines

« Vider, écailler, étêter les sardines et les essuyer complètement. Faire chauffer de l'huile d'olive dans une poêle et y ranger les sardines pour qu'elles y baignent à demi. Quand elles ont doré, les retourner, les égoutter et les placer dans un plat creux. Ajouter à l'huile de cuisson une quantité égale d'huile fraîche et faire chauffer. Ajouter à ce mélange un quart de son volume de vinaigre et un huitième d'eau, des gousses d'ail épluchées, du thym, du romarin, du laurier, du persil, du piment d'Espagne, du sel et du poivre. Après 15 min d'ébullition, retirer du feu et laisser refroidir. Verser sur les sardines et laisser celles-ci 24 heures au moins dans leur marinade avant de les servir. »

ESCALOPE Tranche mince de veau. Prélevée dans la noix ou la noix pâtissière (voir planche de la découpe du veau page 1083), l'escalope est tendre et maigre ; dans la sous-noix, l'épaule ou le quasi, elle est plus ferme et plus nerveuse. Les petites *scaloppine* italiennes, préparées en saltimbocca ou en piccata, sont taillées dans le filet. Par extension, « escalope » désigne également une tranche régulière taillée dans un filet de gros poisson (le saumon notamment) ou dans la chair de homard (voir ces mots).

Les escalopes de veau sont de forme ovale et régulière ; aplaties, souvent ciselées sur un côté pour qu'elles ne se rétractent pas à la cuisson, elles sont poêlées ou sautées. Un peu sèches et de saveur discrète, elles sont souvent cuisinées en sauce, à la crème et aux champignons. Un apprêt classique consiste à les

paner (à la milanaise ou à la viennoise). Elles permettent également de préparer les paupiettes. Les tranches minces de jambon ou d'épaule de porc sont aussi appelées « escalopes ». On trouve enfin sur le marché des escalopes de dinde, taillées dans la poitrine, qui reçoivent les mêmes apprêts que celles de veau.

escalopes à l'anversoise
Tailler dans du pain de mie rond des tranches de 1,5 cm d'épaisseur et les frire au beurre. Dorer dans du beurre de toutes petites pommes de terre nouvelles et préparer des jets de houblon à la crème. Aplatir des escalopes rondes, les saler, les poivrer, les faire sauter dans une poêle avec du beurre clarifié. Les égoutter, les dresser au chaud sur les croûtons frits. Ajouter dans la poêle un peu de vin blanc ou de bière et un peu de consommé très concentré ; faire réduire. Napper les escalopes de cette sauce et servir aussitôt, brûlant, avec les pommes de terre et les jets de houblon.

escalopes Casimir
Étuver au beurre autant de fonds d'artichaut qu'il y a d'escalopes, puis 4 cuillerées à soupe de julienne de carotte et, à part, un peu de julienne de truffe. Tailler des escalopes dans le filet, les aplatir, les saler, les poivrer, les poudrer de paprika, les faire sauter dans du beurre clarifié en ajoutant, à mi-cuisson, 1 cuillerée à soupe d'oignon haché. Disposer les fonds d'artichaut dans le plat de service, les couronner d'une escalope et garnir de julienne de carotte. Déglacer la cuisson à la crème et faire réduire. Napper les escalopes de cette sauce. Décorer de julienne de truffe.

escalopes de foie gras de canard aux pommes, escalopes froides de foie gras au raisin et aux truffes → FOIE GRAS
escalopes de saumon cru aux deux poivres, escalopes de saumon à l'oseille Troisgros au gigondas → SAUMON
ris de veau en escalopes au gratin, ris de veau escalopés à la viennoise → VEAU

ESCALOPER Détailler en tranches plus ou moins fines, taillées en biais, une pièce de viande, un gros filet de poisson, de la chair de homard ou certains légumes (têtes de champignon, fonds d'artichaut).

ESCARGOT Gastropode terrestre à coquille spiralée, très apprécié en gastronomie. Deux espèces françaises sont couramment consommées.

• ESCARGOT DE BOURGOGNE. Appelé aussi « escargot des vignes » ou « gros blanc » (de 40 à 45 mm), il a le corps légèrement tacheté ou veiné et une coquille jaune fauve striée de brun, au bord lisse ou à peine ourlé. Sa croissance est lente (de deux à trois ans) et son élevage aléatoire. Il se ramasse en Bourgogne, en Franche-Comté, en Savoie et en Champagne.

• PETIT-GRIS. Il a le corps uni et une coquille brunâtre (de 26 à 30 mm), spiralée de gris fauve, au bord ourlé ; on le trouve surtout en Provence et en Languedoc, mais aussi en Charente et en Bretagne. Sa chair est fine et fruitée, un peu ferme. Ces escargots sont vendus soit vivants, soit cuisinés frais (chez les charcutiers-traiteurs et les poissonniers), ou surgelés.

Les espèces françaises se faisant de plus en plus rares (seule l'héliciculture du petit-gris donne des résultats satisfaisants, mais limités), les importations ont considérablement augmenté. On trouve de gros escargots d'Algérie et de Turquie, à coquille rayée, et des escargots d'Europe centrale, importés vivants ou congelés. Quant aux escargots « achatines », moins fins et vendus en conserve, ils viennent de Chine, d'Indonésie ou d'Afrique.

La vente des escargots vivants est liée aux périodes de ramassage : printemps et automne pour les « coureurs » ; été et hiver lorsqu'ils sont « operculés » (obturés pour passer l'hiver) ou « voilés » ; ce sont les meilleurs et les plus fins, parce qu'ils ont jeûné, mais aussi les plus maigres. Le ramassage des escargots de Bourgogne et des petits-gris est réglementé.

■ **Histoire.** L'escargot est l'un des premiers animaux consommés par les hommes, si l'on en juge par les monceaux de coquilles retrouvés dans les sites préhistoriques. Ce sont les Romains qui, les premiers, en firent des apprêts cuisinés ; ils les engraissaient dans des « escargotières » (avec du vin et du son). Les Gaulois, semble-t-il, les appréciaient en dessert. Au Moyen Âge, l'escargot était considéré comme une viande maigre, et l'on en mangeait beaucoup, frits, à l'huile et à l'oignon, en brochettes ou bouillis.

Au XVII[e] siècle, la consommation des escargots s'était sensiblement réduite. C'est Talleyrand qui les remit à la mode au tout début du XIX[e] siècle en demandant à Antonin Carême d'en préparer pour le dîner qu'il offrit au tsar de Russie. Aujourd'hui, l'escargot possède autant de noms que d'apprêts régionaux.

Dans le Sud, on le prépare souvent au vin, avec du lard ou du jambon, des aromates, de l'ail et de l'huile d'olive, mais il entre aussi dans la composition de tourtes, de feuilletés et de chaussons, se cuisine en bouillon ou en fricassée, en brochettes ou grillé sur un feu de bois.

Farci de beurre à la bourguignonne, dit « beurre d'escargot », et servi brûlant dans sa coquille (ou dans un godet en faïence), présenté par six ou par douze sur un plat spécial à encoches (l'escargotière), il constitue une entrée classique.

Parmi les apprêts régionaux, la « suçarelle » est l'un des plus typiques du Sud-Est : on cuit de petits escargots au court-bouillon avec du fenouil et du romarin, puis on les fait revenir dans de l'huile d'olive avec oignon, tomate, laurier, ail et poivre ; ils sont ensuite farinés, mouillés de bouillon et de jus de citron, puis longuement mijotés ; on les déguste en perçant le fond de la coquille et en aspirant la chair. Dans les rues de Bruxelles, des vendeurs ambulants proposent des caricoles (voir ce mot), petits escargots au court-bouillon.

▶
Profiteroles de petits-gris à l'oie fumée
Recette voir page 434.



Les escargots « beurrés » et servis en coquille peuvent aussi être préparés à l'alsacienne (gelée aromatisée, beurre d'ail et anis), à la dijonnaise (beurre maître d'hôtel), à l'italienne (beurre maître d'hôtel et parmesan) ou à la valaisane (jus de rôti pimenté, beurre d'ail et de ciboulette). En sauce, on peut, outre l'apprêt à la poulette, les cuisiner à l'aïoli, à la béarnaise, au vin rouge, au vin blanc, éventuellement flambés à l'armagnac, ou encore poêlés.

Les œufs d'escargot petit-gris sont comestibles. D'une texture très délicate, ils se marient parfaitement avec les mets les plus divers, et supportent bien la cuisson. Utilisés aromatisés ou nature, ils apportent aux plats une rare originalité.

■ **Emplois.** Au tout début du XIXe siècle, Alexandre Grimod de La Reynière donne déjà des recettes qui n'utilisent que les coquilles, et qui sont toujours d'actualité : « On fait une excellente farce fine, soit de gibier, soit de poisson, avec des filets d'anchois, muscade, épices fines, fines herbes et liaison de jaunes d'œuf. On a des coquilles d'escargot bien lavées et bien chaudes. On remplit chacune d'elles avec la farce et on les sert brûlantes. »

Quant aux « escargots simulés comtesse Riguidi », la recette consiste à mettre « dans de grosses coquilles d'escargot bien lavées [...] des noix de ris d'agneau sautées au beurre. Remplissez le vide des coquilles avec une farce fine de volaille à la crème, additionnée de truffe blanche hachée ». Il ne reste plus qu'à cuire les faux escargots au four.

escargots : préparation

Utiliser de préférence des escargots de vigne ou des petits-gris déjà operculés ; à défaut, les faire jeûner une dizaine de jours. Pour les faire dégorger – ce que certains déconseillent, affirmant que cela nuit à leur qualité gastronomique –, leur ajouter une petite poignée de gros sel (pour 4 douzaines), un demi-verre de vinaigre et une pincée de farine. Couvrir le récipient et poser un poids dessus. Laisser dégorger ainsi pendant 3 heures, en remuant de temps en temps. Laver ensuite les escargots dans plusieurs eaux pour éliminer toutes les mucosités, puis les blanchir 5 min dans de l'eau bouillante. Les égoutter, les passer à l'eau fraîche. Les décoquiller et supprimer l'extrémité noire (le « cloaque »). En revanche, ne pas ôter le « tortillon », qui, formé du foie et des glandes, représente le quart du poids total de l'animal (c'est la partie la plus savoureuse, où se concentrent les substances nutritives).

beurre pour escargots → BEURRE COMPOSÉ
bouillon d'escargot → BOUILLON

RECETTE DE RICHARD COUTANCEAU

cagouilles à la charentaise

« Cuire 64 petits-gris charentais 15 min dans un court-bouillon bien corsé. Dorer 5 min à la poêle, dans un peu d'huile, 2 oignons et 1 échalote, finement émincés, 2 gousses d'ail hachées et 200 g de chair à saucisse. Y mettre alors 500 g de tomates concassées et poursuivre la cuisson de 8 à 10 min. Ajouter les escargots et laisser mijoter 12 min. Au moment de servir, parsemer de persil plat ciselé. Bien remuer et garnir de dés de pain de mie dorés au four. »

RECETTE DU RESTAURANT *JACQUES CAGNA*

escargots en pommes de terre

« Hacher finement au mixeur 1 tomate, 1 échalote, 2 gousses d'ail, 1/2 botte de ciboulette, 20 g de persil. Incorporer ce mélange à 125 g de beurre et parfumer avec 1 cl de pastis. Laver 400 g de pommes de terre de Noirmoutier et les cuire 15 min à l'eau salée. Vérifier la cuisson en les piquant avec une fourchette. Les égoutter, les laisser refroidir et les creuser à l'aide d'une cuillère à café. Saler et poivrer. Mettre un peu de beurre au fond des pommes de terre, puis 3 petits-gris frais ou en boîte, et recouvrir de beurre. Disposer dans des petits plats à rôtir et cuire de 5 à 8 min au four préchauffé à 180-200 °C. Décorer de ciboulette hachée et de quelques dés de tomate. »

profiteroles de petits-gris à l'oie fumée

Préparer 250 g de pâte à choux non sucrée. Coucher 12 choux sur une plaque. Les dorer et les cuire au four jusqu'à ce qu'ils soient dorés et croustillants. Éplucher 6 belles asperges vertes et les cuire à l'eau salée en les tenant un peu fermes. Les rafraîchir. Couper les pointes à 5 cm, les fendre en deux dans la longueur. Détailler les tiges en rondelles moyennes. Prélever dans un magret de foie d'oie fumée, sans la peau, 6 tranches de 2 mm d'épaisseur et les recouper en lanières de 8 mm. Cuire nature 48 escargots moyens. Étuver dans une cocotte, au beurre, 1 belle échalote hachée. Mettre les escargots, poivrer et saler. Remuer 1 min. Verser 1,5 dl de vin blanc sec et réduire de moitié. Ajouter un trait d'anis et une pincée d'herbes de Provence. Incorporer 300 g de crème fraîche. Laisser mijoter 2 à 3 min. Retirer du feu et additionner de 50 g de beurre d'escargot. Ajouter les lanières d'oie fumée. Plonger les pointes d'asperge dans de l'eau très chaude. Ôter les chapeaux des choux. En dresser 3 sur chaque assiette. Garnir chacun d'eux de 2 escargots avec leur garniture, et disposer au centre 6 escargots et des pointes et des rondelles d'asperge. Napper de la sauce. (Voir photographie page 433.)

ESCARGOT AUX RAISINS Brioche suisse faite d'un boudin de pâte roulé à plat en colimaçon, agrémenté de crème pâtissière et de raisins, et parfois parfumé avec du kirsch. L'escargot est ensuite glacé au fondant blanc.

ESCOFFIER (AUGUSTE) Cuisinier français (Villeneuve-Loubet 1846 - Monte-Carlo 1935). Il fit ses débuts à l'âge de treize ans chez son oncle, qui dirigeait à Nice un restaurant renommé, poursuivit son apprentissage à Paris, puis à Nice, à Lucerne et à

Monte-Carlo. Sa carrière, qui dura soixante-trois ans, se déroula surtout en Angleterre, où, en 1892, Escoffier assura l'ouverture du *Savoy*, que venait de reprendre César Ritz ; en 1898, Ritz lui confia la direction des cuisines du *Carlton* de Londres, qu'il assura jusqu'à sa retraite, en 1921. Pendant la guerre de 1870, il avait tenu les cuisines du maréchal Bazaine. En outre, il eut l'occasion de diriger le service de bouche de l'empereur d'Allemagne Guillaume II (lors d'une croisière sur le paquebot *Imperator*), qui lui décerna le titre d'« empereur des cuisiniers ».

Décoré de la Légion d'honneur (le ruban en 1920 et la rosette huit ans plus tard), il fut l'un des chefs qui œuvra le plus pour le renom mondial de la cuisine française. Son œuvre écrite reste une référence de base pour les professionnels, notamment *le Guide culinaire* (avec Philéas Gilbert et Émile Fétu, 1903), *le Livre des menus* (avec les mêmes collaborateurs, 1912) et *Ma cuisine* (1934). Il est surtout connu pour l'invention de la pêche Melba.

Escoffier fut un créateur, mais il réforma aussi les méthodes de travail en cuisine, en rationalisant la répartition des tâches dans la brigade et en veillant à l'image de marque du cuisinier. Il remit également en cause certaines recettes traditionnelles, en particulier dans le domaine des sauces, où il remplaça l'espagnole et l'allemande, « abâtardies » selon lui, par des fumets, des jus naturels, des concentrés.

ESPADON Très grand poisson de mer (de 2 à 5 m et de 100 à 500 kg), de la famille des xiphiidés, abondant dans toutes les mers chaudes. L'« épée » qui prolonge sa mâchoire supérieure lui vaut le surnom de « sabre » ou « épée de mer ». Recherché par les amateurs de pêche sportive, il possède une chair excellente, qui rappelle celle du thon. Sur la côte atlantique du Canada et des États-Unis, on le commercialise parfois frais, mais surtout congelé. En Europe, on le trouve de plus en plus souvent frais sur les marchés, et on commence à l'élever en aquaculture. Pour le préparer, il vaut mieux le pocher de dix à quinze minutes pour le rendre plus digeste, puis le griller, le braiser ou le cuire au four.

ESPAGNE La cuisine espagnole a été bien souvent considérée comme une cuisine estivale mêlant à l'infini poissons et coquillages à la fraîcheur d'une table potagère. Ce pays peut s'enorgueillir de posséder un remarquable patrimoine culinaire né de la fusion de diverses cultures, maure, juive et chrétienne. Cet héritage, chaque terroir le revendique différemment par nombre de plats traditionnels.

■ **Plats ensoleillés.** La diversité des apports régionaux est une garantie de variété : porc et riz dans le Sud, bœuf et pommes de terre dans le Nord, mouton et pois chiches dans le Centre, poissons et fruits de mer sur les côtes. Honneur à la *olla*, cette légendaire marmite évoquée par l'écrivain espagnol Cervantès, creuset originel de la gastronomie espagnole.

Cette cuisine, c'est le triomphe de cette olla podrida et de ses cousins non moins truculents, le cocido et le puchero, qui sont de plantureuses potées. Le cochon de lait rôti, les agneaux *(asados)* de Castille, les empanadas, tourtes aux farces aussi variées que les terroirs, les soupes épaisses (aux poissons, aux légumes, à la charcuterie) témoignent de la luxuriance et de la solidité de la gastronomie espagnole. Quelques classiques bien colorés sont très représentatifs de l'art culinaire hispanique, qui associe dans le même plat les produits les plus divers : œufs à la *flamenca* (cuits au four sur un hachis de viande et de légumes épicé, et garnis de petits pois, d'asperges et de poivron), gaspacho andalou, appelé encore *galiano* dans les régions de Castille et de La Manche, modèle de tous les potages froids aux ingrédients multiples, et la paella valencienne, vêtue « de sang et d'or » (piment doux et safran).

■ **Produits authentiques.** Les Espagnols ont appris des Maures l'art d'accommoder le riz, découvert en Amérique, celui d'utiliser le cacao et le piment, et introduit en Europe toutes les combinaisons à base de tomate.

La cuisine espagnole sait tirer parti des produits les plus simples : les œufs sont frits, cuisinés en omelettes garnies, froides ou chaudes, mêlés de jambon sec, farcis d'anchois et de piment ; les légumes secs interviennent dans un plat tel que la *fabada* des Asturies aux haricots blancs, chorizo, lard et boudin, ou dans la soupe aux pois chiches, épinards et morue ; le poulet se mijote, se fricasse, se frit, au piment doux, à l'ail et à la tomate ; mais c'est encore la morue *(bacalao)* qui se diversifie le plus : à la biscaïenne (avec tomates, oignons, poivrons et œufs durs), à la madrilène, ou en soupe ou en croquettes. Poissons et fruits de mer sont d'ailleurs une vraie passion, dont témoignent les escabèches, les ragoûts et les soupes (*caldereta* d'Estrémadure, avec des langoustes aux Baléares, zarzuela catalane, soupes verte et rouge d'Ibiza), les calmars à l'encre, les sardines et les gambas grillées « sur la planche », le thon blanc à la tomate ou aux pommes de terre dans le *marmitako* du Pays basque et le merlu frit.

■ **Raffinements et subtilités.** Mais la cuisine espagnole connaît aussi les délicatesses de la cuisine au vin, notamment au xérès (rognons). Le gibier, très apprécié, donne des plats de grande cuisine (en particulier la perdrix, le faisan et le sanglier).

En revanche, les saveurs les plus authentiques continuent de marquer les apprêts régionaux, notamment dans le domaine de la charcuterie : jambon serrano, saucisses, chorizo, longaniza, boutifar… La plus réputée étant la charcuterie tirée du porc ibérique.

Les fromages méritent une mention : ils sont le plus souvent faits de lait de chèvre ou de brebis (manchego, roncal, entre autres), parfois de vache ou de mélange.

Dans les rues trépidantes des villes espagnoles flottent des parfums appétissants où se mêlent les fleurs des orangers qui poussent en pleine cité, les churros que l'on déguste le matin, le chocolat chaud relevé de cannelle, le digestif à l'anis… Dans les bars, on grignote des tapas, amuse-gueules très variés qui commencent avec les lichettes de jambon, les olives « maison » et l'incontournable *tortilla de patatas,* omelette aux pommes de terre nationale. Selon la région et les envies, on les arrose de *fino de Jerez* mais aussi de vin blanc du coin, ou encore, très souvent, de bière bien fraîche, souvent remplacée, dans les

Asturies et au Pays basque, par un cidre brut, rustique et désaltérant. Quant à la sangria, elle n'est là que pour les touristes qui prennent plaisir à découvrir une boisson rafraîchissante et plus authentique : la *horchata de chufa* (souchet). On retrouve cette exubérance avec des pâtisseries riches en sucre et en crème fouettée, des flans, des beignets, des feuilletés, des gâteaux roulés à la confiture, des biscuits à la cannelle et à l'anis, de la pâte de coing, ou *membrillo*, que l'on sert avec le *manchego* et une curieuse spécialité d'Ávila, les *yemas* de Santa Teresa, boules onctueuses à base de jaune d'œuf et de sucre. Sans oublier le célèbre *turrón*, composé d'amandes et de miel, qui bénéficie de deux appellations d'origine : le turrón d'Alicante, ressemblant un peu à notre nougat blanc, et le turrón de Jijona, sous forme d'une pâte blonde, tendre et suave.

■ **Vins.** Aujourd'hui, l'Espagne compte plusieurs appellations d'origine, connues dans le monde entier : Xérès (ou Jerez) en Andalousie, qui produit du fino et de la manzanilla, vins secs couleur d'or pâle, mais aussi de l'amontillado et de l'oloroso, plus coloré et plus doux ; la célèbre Rioja, au nord-est de Madrid dans la haute vallée de l'Èbre, dont les vins rouges sont très appréciés des amateurs ; la Ribera del Duero dont certains crus sont parmi les plus grands d'Europe ; la Navarre, pour ses rosés et, depuis quelque temps, pour ses rouges veloutés et puissants ; la Galice, le Penedès et Rueda pour leurs blancs vifs et aromatiques.

Mais le vignoble espagnol s'étend sur d'autres nombreuses régions : le Valdepeñas au sud de Madrid, Alicante, la Catalogne avec ses mousseux classiques (cava). On trouve également des vins de liqueur comme le montilla moriles et le málaga, qui viennent s'ajouter aux xérès pour enchanter le palais et envoûter les esprits.

▶ ***Espagne. Une charcuterie à Valence.***
Sous les jambons pendus s'alignent saucissons, salamis et chorizos.




600
150
600
P.V.P.
Pts. Kilo
150
Pts.
1/4
P.V.P PTAS
100 GMS
KILO
P.V.P PTAS
100 GMS
KILO
LEVANTE

ESPAGNOLE (À L') Se dit de divers apprêts inspirés de la cuisine espagnole, le plus souvent frits à l'huile, dans lesquels figurent surtout la tomate, le poivron, l'oignon et l'ail. La garniture à l'espagnole (pour petites pièces sautées ou poêlées) comprend des tomates farcies de riz tomaté, des poivrons et des petits oignons braisés, et une sauce madère. La mayonnaise à l'espagnole est additionnée de jambon haché, de moutarde, d'une pointe d'ail et de poivre rouge.

Ce sont les œufs qui bénéficient de la plus grande variété d'apprêts à l'espagnole : mollets ou pochés, sur des tomates cuites remplies d'un salpicon de poivron, nappés de sauce tomate et garnis de rondelles d'oignon frites ; au plat, sur un lit d'oignons émincés, garnis de fondue de tomate et de dés de poivrons frits, dressés en couronne avec des moitiés de tomate et des rondelles d'oignon frites, avec une sauce tomate additionnée d'un salpicon de poivron ; brouillés, avec des tomates et des poivrons coupés en dés, toujours servis avec des rondelles d'oignon frites.

▶ **Recette** : SAUCE.

ESPRIT Ancienne appellation de l'alcoolat (**voir** ce mot), obtenu par distillation d'un produit aromatique macéré dans l'alcool : l'esprit de cassis est utilisé comme composant dans diverses liqueurs et boissons. L'esprit-de-vin est une eau-de-vie titrant généralement plus de 80 % Vol., obtenue par une triple distillation, qui peut être utilisée dans la fabrication des liqueurs.

ESSAI Épreuve de dégustation à laquelle étaient soumis, sous l'Ancien Régime, les mets et les boissons destinés au roi, aux princes et aux particuliers de haut rang, pour éviter tout risque d'empoisonnement.

Jusqu'au XVIIe siècle, l'essai était fait par un écuyer de la bouche du roi, soit par dégustation proprement dite, soit par attouchement avec un objet censé changer de couleur en présence de poison. On « essayait » même, en y frottant un morceau de pain que l'on devait manger ensuite, la serviette mouillée dont le roi se servait pour s'essuyer les mains, ainsi que ses assiettes et ustensiles de table, pourtant enfermés dans sa « nef ».

Pour l'essai de la boisson, le cérémonial était encore plus complexe. Lorsque le roi était reçu chez l'un de ses sujets, c'était à ce dernier qu'incombaient les formalités de l'essai, et c'était une marque de faveur toute particulière si le souverain l'en dispensait.

ESSENCE Substance aromatique concentrée, utilisée pour corser le goût d'une préparation culinaire (beurre composé, farce, potage, salade, sauce) ou pour l'aromatiser (crème sucrée). Les essences naturelles s'obtiennent de trois façons : par extraction de l'huile essentielle d'un fruit ou d'un aromate (amande amère, cannelle, citron, orange, rose) ; par réduction d'une infusion ou d'une cuisson (carcasse de gibier, cerfeuil, champignon, estragon, parures de poisson, tomate) ; par infusion ou macération d'un produit (ail, anchois, oignon, truffe) dans du vin ou du vinaigre. Les essences vendues dans le commerce sont parfois corsées par des arômes et des colorants artificiels.

consommé à l'essence de céleri ou d'estragon → CONSOMMÉ

essence d'ail
Peler 12 gousses d'ail et les écraser. Porter à ébullition 1/2 verre de vinaigre ou 1 verre de vin blanc. Le verser sur l'ail et laisser macérer ainsi 5 ou 6 heures, puis passer et faire réduire des deux tiers.

essence de café
Verser de l'eau bouillante à 4 reprises sur une mouture de café fine (500 g de café pour 1 litre d'eau) ; renforcer la couleur avec un peu de caramel.

essence de cerfeuil
Faire infuser du cerfeuil frais dans du vin blanc ou du vinaigre, selon l'utilisation, puis passer et faire réduire.

essence de champignon
Porter à ébullition dans une casserole 1/2 litre d'eau, 40 g de beurre, le jus de 1/2 citron et 6 g de sel. Mettre 50 g de champignons nettoyés dans ce mélange et cuire 10 min. Sortir les champignons. Faire réduire la cuisson de moitié et conserver l'essence au réfrigérateur.

essence de truffe
Faire infuser 24 heures à couvert des pelures de truffe dans du madère et quelques gouttes d'armagnac. Passer à travers une mousseline, mettre en bouteille, boucher.

ESTAMINET Cabaret où, jusqu'au XVIIIe siècle, l'on buvait de la bière et du vin, et où l'on fumait. Le terme « estaminet » n'est plus usité aujourd'hui que dans le Nord et en Belgique, où il désigne un bistrot ou, plus spécifiquement, une salle de café réservée aux fumeurs, ou la partie de la salle donnant sur la rue.

ESTOFINADO Apprêt de la morue à la provençale. Son nom (on trouve aussi *stoficado, estoficado* et *stocaficado*) est une transcription en provençal du mot stockfisch (morue de Norvège séchée). À Marseille et à Saint-Tropez, notamment, il s'agit d'un ragoût de morue bien relevé, avec des tomates, des oignons, de l'ail, de l'huile d'olive et des aromates divers.

Le « stoficado » est également une spécialité aveyronnaise : la morue est pochée, mélangée avec des pommes de terre, et l'on écrase le tout avec de l'huile de noix très chaude, du beurre, de l'ail, du persil, des œufs crus battus et de la crème fraîche.

RECETTE D'ALAIN DUCASSE

estofinado
« Faites tremper du stockfish (*stokafi* en provençal) dans de l'eau pour le dessaler. Grattez soigneusement la peau et coupez-le en petits morceaux de 5 cm de côté. Dans un gros poêlon de terre, colorez légèrement 1 ou 2 oignons. Dorez le poisson dans un verre d'huile d'olive, puis joignez-y 2 ou

3 tomates pelées, épépinées et concassées. Cuire sur petit feu 4 ou 5 min, en remuant avec une cuillère de bois, et ajouter 2 ou 3 gousses d'ail épluchées et hachées, 1 bouquet garni bien ficelé composé de céleri, de persil, de basilic, de laurier et de thym, et une pincée de piment de Cayenne. Aromatisez éventuellement avec un anchois pilé, une râpure de noix de muscade, ou un peu de poivron jaune. Dans un poêlon plus grand, disposez les morceaux de poisson, ajouter 1 dl de vin blanc, la préparation d'aromates et suffisamment d'eau pour mouiller largement à hauteur. Cuire 30 min à petit feu. Jetez alors dans le poêlon 1 pomme de terre par convive, coupée en tranches très épaisses. Ajoutez, 5 min avant qu'elles ne soient cuites, un bon coup de cognac et 8 olives noires par convive. Ôtez le bouquet garni et servez. »

ESTOUFFADE Plat préparé à l'étouffée (ou à l'étuvée). Il s'agit de viande de bœuf ou de veau, cuite avec beaucoup de légumes, et parfumée au vin. (Dans plusieurs régions méridionales, on ajoute de la sauce tomate ou de la tomate fraîche.)

estouffade de bœuf

Couper en dés 300 g de lard maigre et les blanchir. Les dorer au beurre dans un plat à sauter, puis les égoutter et les réserver. Faire bien rissoler dans le même beurre 1,5 kg de viande de bœuf (prise moitié dans le paleron, moitié dans les côtes couvertes), détaillée en cubes de 100 g. Couper en quartiers 3 oignons moyens, les ajouter au bœuf en les faisant revenir. Poudrer de sel, de poivre, de thym et de laurier en poudre ; ajouter 1 gousse d'ail écrasée. Lorsque bœuf et oignons sont bien dorés, les poudrer de 2 cuillerées à soupe de farine. Faire légèrement roussir en remuant. Mouiller de 1 litre de vin rouge et d'autant de bouillon. Mélanger, ajouter 1 bouquet garni, porter à ébullition sur le feu. Couvrir. Cuire de 2 h 30 à 3 heures au four préchauffé à 180 °C. Égoutter le ragoût sur un tamis placé sur une terrine. Mettre les morceaux de bœuf et les lardons dans une cocotte, y ajouter 300 g de champignons (de préférence sauvages), escalopés ou coupés en quartiers et sautés au beurre. Dégraisser la sauce, la passer et la faire réduire. La verser dans la cocotte et cuire 25 min à couvert, à petite ébullition. Dresser dans un plat creux.

ESTOUFFAT Préparation languedocienne de haricots blancs frais, compotés avec du lard, de l'ail, des oignons et des tomates. Dans le Sud-Ouest, le mot désigne aussi diverses daubes ou estouffades : estouffat de perdrix aux lentilles dans le sud de l'Auvergne ; estouffat de porc dans le Béarn ; estouffat de lièvre à Agen ; estouffat de bœuf dans le Roussillon et en Auvergne ; estouffat de tripes dans le Languedoc.

estouffat de haricots à l'occitane

Peler 1 carotte et 1 oignon et les couper en dés ; les dorer à la graisse d'oie ou au saindoux. Mouiller de 1,5 litre d'eau, ajouter 1 bouquet garni. Cuire 20 min, puis ajouter 1,5 litre de haricots blancs frais et les cuire aux trois quarts seulement. Les égoutter. Éplucher et hacher 150 g d'oignon. Monder et concasser 2 grosses tomates. Peler et écraser 1 gousse d'ail. Couper en cubes 250 g de lard de poitrine demi-sel, les blanchir, les éponger et les dorer à la graisse d'oie ou au saindoux. Quand ils commencent à rissoler, incorporer l'oignon, les tomates et l'ail, et cuire 10 min. Verser alors les haricots égouttés et achever la cuisson, à couvert, à petits frémissements. On peut ajouter 200 g de couennes de porc confites ; quand elles sont cuites, les couper en carrés et les disposer avec les haricots dans le plat de service.

ESTRAGON Plante aromatique, de la famille des composacées, originaire de l'Asie centrale (voir planche des herbes aromatiques page 561). L'estragon était jadis réputé pour ses vertus curatives contre les morsures d'animaux venimeux, et ses propriétés thérapeutiques ont de tout temps été reconnues. On en faisait aussi une liqueur.

■ **Emplois.** D'une saveur très fine et délicate, les feuilles lancéolées et vert vif de l'estragon, utilisées en cuisine depuis le XVI[e] siècle, ont de multiples emplois : fraîches, elles parfument les salades, les mets en gelée, les sauces (béarnaise, gribiche, ravigote, tartare, Vincent) et un beurre composé ; cuites, elles participent à des apprêts du poulet, de l'anguille (au vert), des œufs, des salades cuites. L'estragon aromatise également la moutarde et le vinaigre. En purée ou en crème, il sert à farcir ou à garnir des bouchées, des barquettes, des canapés, des champignons ou des fonds d'artichaut. Il se conserve bien par divers procédés (bouilli, congelé, séché).

L'estragon russe, plus clair et plus piquant, n'a pas la même finesse que le véritable estragon.

▶ **Recettes** : CONSOMMÉ, CRÈME-POTAGE, POULARDE, SAUCE, TERRINE, VINAIGRE.

ESTURGEON Grand poisson migrateur, de la famille des acipenséridés, vivant en mer et remontant les fleuves à l'époque du frai. En voie de disparition en France – bien que les premiers essais d'élevage en aquaculture semblent prometteurs –, il se pêchait couramment au Moyen Âge dans la Seine, le Rhône et la Gironde (dans cette rivière, on le trouvait encore récemment sous le nom de « créat »). Actuellement, l'esturgeon se rencontre surtout dans la mer Noire et la mer Caspienne, où il est essentiellement recherché pour ses œufs (voir CAVIAR), et au Canada.

Long de 1 à 9 m et pesant jusqu'à 1 400 kg, l'esturgeon a un corps fuselé recouvert de grosses écailles et une bouche sans dents. Il est très apprécié en Russie (sous le nom de *sterlet*), où on le mange nature, salé ou fumé, et où l'on utilise également la moelle épinière *(vesiga)*, notamment dans les farces de pâtés (voir KOULIBIAC). Sa chair est ferme et assez

grasse. Au XIVe siècle, ce « manger royal » se préparait à la broche ou au court-bouillon et se servait avec une sauce épicée, au verjus ou à la moutarde. Sous Napoléon III, c'était toujours un mets de choix, alors que le caviar – c'est ainsi qu'on appelle ses œufs – n'avait pas encore séduit les gourmets.

■ **Emplois.** En cuisine, l'esturgeon s'apprête comme le veau braisé (fricandeau piqué, tranches grillées comme des côtelettes ou sautées comme des escalopes, en matelote ou en rôti). L'apprêt classique de l'esturgeon à la russe est dit « en attente » : le poisson, cuit longuement au court-bouillon avec une garniture aromatique, dans un mélange d'eau, de vin blanc et de jus de cornichons à l'aigre-doux, est servi froid avec du persil cuit, des olives, des champignons, des queues d'écrevisse, du raifort, du citron et des cornichons molossol, ou chaud avec une sauce tomate finie au beurre d'écrevisse. On le sert également fumé.

esturgeon à la Brimont

Lever les filets d'un petit esturgeon. Les parer, les piquer de filets d'anchois et les disposer dans un plat à rôtir, tapissé d'une fondue de légumes. Recouvrir de 2 tomates pelées, épépinées et concassées, mélangées avec 4 cuillerées de champignons coupés en gros dés. Entourer de petites pommes de terre nouvelles, à moitié cuites à l'eau salée et égouttées. Arroser de 1 dl de vin blanc sec ; parsemer de 50 g de beurre en morceaux. Cuire 15 min au four préchauffé à 180 °C, en arrosant souvent. Sortir le poisson du four 5 min avant la fin de la cuisson, poudrer de chapelure et faire gratiner légèrement.

fricandeau d'esturgeon à la hongroise → FRICANDEAU

ÉTAIN Métal blanc très malléable, inaltérable à l'air, couramment employé sous forme de feuilles pour envelopper des produits alimentaires (chocolat, confiseries, fromages, saucissons, thé). L'étain sert également à recouvrir la tôle (fer-blanc) et le cuivre dont sont faits certains ustensiles de cuisine, pour préserver ceux-ci de l'oxydation (étamage). Très fusible – il fond à 225 °C – et malléable, il intervient dans divers alliages (avec le cuivre dans le bronze, avec l'antimoine dans le « métal anglais », et surtout avec le plomb).

L'étain servait autrefois à fabriquer la plupart des pots et des pièces de vaisselle courante ; ceux-ci se reconnaissent à leur style régional et à leur poinçon.

Les pièces modernes comportent un pourcentage minimal de 82 % d'étain (97 % pour les objets destinés au contact alimentaire). Ce métal n'altérant pas le goût du vin, de la bière ou du thé, on l'utilise surtout aujourd'hui pour fabriquer pichets, chopes et théières.

ÉTAMINE Tissu peu serré employé pour passer un coulis, une gelée, une sauce épaisse ou une purée de fruit. Le produit est soit foulé avec une spatule, à travers un tamis ou une passoire qui sert de support, soit emprisonné dans le tissu dont on tord les deux extrémités en sens inverse. L'étamine était autrefois en crin, en laine, en soie ou en fil ; on s'en servait pour tamiser, bluter ou filtrer. Aujourd'hui, elle est le plus souvent en fil de lin, en coton ou en Nylon, et est surtout utilisée en confiserie, sous le nom de « blanchet », pour la préparation des gelées et des sirops de fruits.

ÉTATS-UNIS La cuisine des États-Unis ne se limite pas, loin de là, à celle des fast-foods et des snack-bars. Les apports culinaires des pionniers européens se sont enrichis d'influences italienne, chinoise, africaine, juive, etc. ; mais quelques ingrédients de base sont restés solidement ancrés dans les traditions américaines.

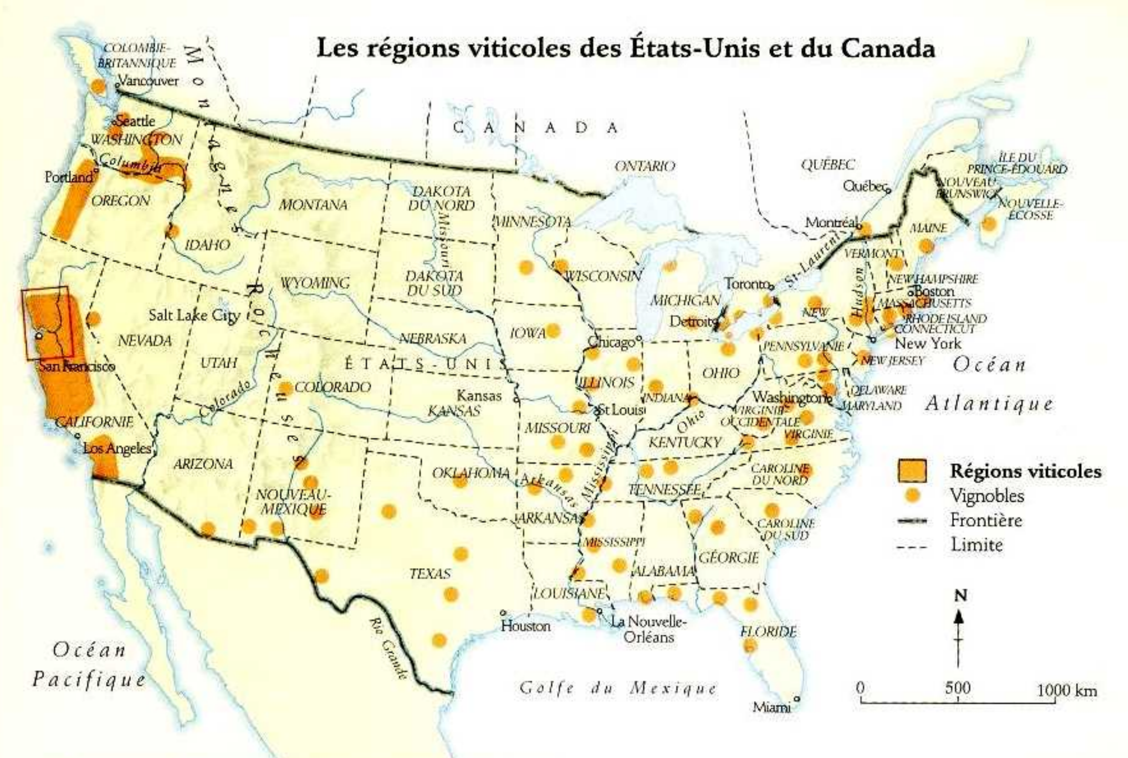
Le maïs en est un des meilleurs exemples : consommé sous forme de grains soufflés (pop-corn) ou d'épis arrosés de beurre fondu *(corn on the cob)*, il se cuisine aussi en bouillies *(hominy grits)* et se mélange aux haricots dans le *succotash*. La farine de maïs sert à préparer les tortillas du Nouveau-Mexique, des pains et des gâteaux. Le potiron, lui aussi très répandu, se mange en soupe, en tarte, en gâteau, en purée. Quant au riz, il est à la base du jambalaya de La Nouvelle-Orléans, des apprêts créoles, du *dirty rice* (riz aux abattis) et du *hoppin'john* (riz, bacon et doliques à œil noir).

■ **Potées et fritures.** Les westerns n'ont-ils pas montré cent fois l'image traditionnelle de la femme du pionnier toujours accompagnée de sa marmite et de sa poêle ? De très nombreuses recettes, en effet, sont des potées et des fritures. Le *New-England boiled dinner* (pot-au-feu), les *Boston baked beans* (petit salé aux haricots à la tomate), le chili con carne du Texas, le *Philadelphia pepperpot* (très épicé), le *burgoo* du Kentucky (porridge à la viande et aux légumes) et le *gumbo* créole (ragoût de viandes et de coquillages), sans oublier les soupes, notamment celles à base de poissons *(chowders)* ou de fruits (chaudes ou froides) : tous ces plats mijotent dans la marmite. Quant à la poêle, on y fait frire bien sûr le bacon et les œufs, mais aussi les croquettes de morue *(codballs)*, les *fanny dodies* (clams) et le *hangtown fry* (huîtres et œufs frits).

Le rituel du barbecue et du *planked meat* (viande ou poisson cuit au four sur une planche de chêne ou de hickory qui sert de plat de service) reflète le goût toujours affirmé pour la cuisine rustique : poissons, coquillages, viandes (spareribs – hauts de côtelettes –, hamburgers et T-bone steaks) se grillent en plein air.

Les plats classiques des fêtes et du Thanksgiving appartiennent aussi à la tradition : dindon sauvage garni de pain de maïs, servi avec des airelles et une sauce à l'orange, jambon aux clous de girofle et au whisky, *fried chicken* (poulet frit) et *pecan pie* (tourte aux noix de pécan).

Les tendances de la cuisine contemporaine apparaissent dans deux apprêts caractéristiques : l'éventail des salades composées, dont la salade César (romaine, œufs durs, croûtons, anchois et parmesan), et la gamme des *dips*, sauces épaisses (au fromage blanc, aux clams, au thon, au céleri, à l'avocat, etc.) qui relèvent les crudités, et des *spreads*, sauces plus consistantes qui garnissent les sandwichs.





■ **Pâtisseries.** Elles se fondent encore sur la tradition du *home made* (fait maison) : petits pains (buns et *rolls*), biscuits (cookies, brownies), que complètent les pancakes (crêpes), les doughnuts (beignets) et tous les gâteaux et entremets : *apple pandowdy* (tourte aux pommes), *pound cake* (quatre-quarts), *strawberry short-cake* (biscuit mousseline aux fraises), *upside down cake* (gâteau renversé à l'ananas), *lemon chiffon pie* (tarte au citron meringuée), *gingerbread* (pain d'épice), *Brown Betty* (pudding aux pommes) et cheesecake (au fromage blanc et aux miettes de biscuits secs). Sans oublier les desserts glacés, sundaes, banana split et soufflés glacés aux multiples parfums.

■ **Spécialités régionales.** La Nouvelle-Angleterre a conservé en héritage les soupes, les rôtis et les tourtes de la mère patrie. Les produits de la mer (clams, homard, morue) y sont largement consommés. En Pennsylvanie et dans le Wisconsin, la tradition allemande est nettement dominante avec la cuisine aigre-douce *(sweet and sour)*, les viandes marinées et les produits laitiers, tandis que la présence scandinave est sensible dans le Minnesota (où l'on retrouve le smörgasbord, les harengs et la pâtisserie danoise). Dans le Michigan, l'influence hollandaise se fait sentir (gaufres et potées). Dans l'Oklahoma, la survivance indienne est notable avec le *squaw bread* et le *jerky*, viande fumée. Dans tout le Middle-East, les ressources des lacs et des rivières sont largement utilisées. Le Sud demeure marqué par les Français en Louisiane avec, en particulier, la pâtisserie ; en Floride, on cuisine les tortues, les crabes et les crevettes, tandis que la Virginie est réputée pour ses jambons et ses poulets. Le Sud-Ouest est dominé par l'influence espagnole et mexicaine (poulet au riz, tamales, *picadillo* et tacos). Sur la côte ouest, en Californie, les produits de la mer

sont rois (cioppino) et la production fruitière est très abondante. L'Oregon alimente tout le pays en gibier, et l'État de Washington est célèbre pour son saumon et ses écrevisses.

■ **Vins.** Les États-Unis produisent 85 % des vins qui sont consommés sur le territoire, et dont les quatre cinquièmes proviennent de Californie. La viticulture, introduite par Cortés au début du XVIe siècle, ne se développa que dans la seconde moitié du XIXe siècle, lorsque la Californie devint un État de l'Union.

Aujourd'hui, deux grandes zones viticoles se distinguent : la côte nord, relativement froide, produit des vins de table, parfois excellents ; les vallées de l'intérieur, beaucoup plus chaudes, donnent des vins doux et des vins de liqueur très alcoolisés et, dans l'ensemble, d'assez piètre qualité.

Bien organisées et remarquablement outillées, les *wineries* californiennes commercialisent trois catégories de vins de table. Les vins ordinaires proviennent souvent de raisins de table tels que le *thompson seedless*. Les vins de meilleure qualité portent les noms de vins européens dont ils utilisent partiellement le cépage : le « chablis de Californie » contient du chardonnay, et le « bourgogne de Californie » du pinot noir, mais aucune réglementation ne fixe leur pourcentage ; ils ne peuvent cependant rivaliser avec leurs « parrains involontaires ». Enfin, les vins purs, dits *varietal wines*, car ils portent le nom du cépage entrant pour 51 % au moins dans leur élaboration – gamay (rouge), grenache (rosé), riesling (blanc), etc. –, n'ont parfois rien à envier à certains crus européens.

Apéritifs ou vins de dessert portent en principe le nom du vin européen dont ils utilisent la méthode de vinification. Mais les prétendus xérès (sherry), portos, tokays et autres frontignans sont bien loin des produits authentiques. En revanche, les champagnes et bourgognes mousseux obtenus par la méthode champenoise sont généralement de qualité, notamment lorsqu'ils sont bruts, ce qui est rare.

ÉTIQUETAGE ALIMENTAIRE Mention écrite, sur l'emballage d'un produit alimentaire, d'un certain nombre de renseignements sur la nature de ce dernier.

■ **France.** L'étiquetage (décret du 7 décembre 1984) concerne notamment l'identité du produit (appellation, lot de fabrication et pays d'origine, désormais indiqués sous forme de code-barres) ; le nom et l'adresse du fabricant ou du conditionneur ; la composition du produit (ingrédients et additifs par ordre d'importance décroissante, avec le pourcentage pour les plus caractéristiques d'entre eux) ; son poids ou son volume net (éventuellement le prix au kilo) ; sa date limite de vente (produits frais) ou sa date d'utilisation optimale (conserves, surgelés) ; et, parfois, sa composition chimique ainsi que sa valeur nutritionnelle.

Les huîtres, moules et coquillages sont commercialisés avec une étiquette de salubrité, délivrée par l'Institut scientifique et technique des pêches maritimes.

Les fruits et légumes, dont l'origine et parfois la variété doivent apparaître, sont classés en quatre catégories avec une étiquette de couleur : rouge-extra, correspondant à une qualité supérieure, exempte de tout défaut ; verte-catégorie I, correspondant à une bonne qualité, tolérant de légers défauts quant à la forme ou à la couleur ; jaune-catégorie II, correspondant à une qualité marchande, présentant les caractères minimaux de la variété ; grise-catégorie III, correspondant à une qualité très inférieure, qui n'existe plus que pour les asperges et les endives.

■ **Pays francophones.** La législation y est assez semblable à celle de la France.

En Belgique, l'étiquetage des produits préemballés doit préciser la dénomination de vente – avec mention d'un éventuel traitement par ionisation –, la liste des divers ingrédients, la date de durabilité minimale ou la date limite de consommation, les conditions particulières de conservation et d'utilisation, le nom ou la raison sociale et l'adresse du fabricant ou du conditionneur, parfois le mode d'emploi et le lieu de provenance, la quantité nette, le titre alcoolométrique quand il dépasse 1,2 % Vol.

Les fruits et légumes sont classés en trois catégories (I, II et III, cette dernière étant rarement vendue en magasin) qui déterminent leur prix dans les criées, mais pas nécessairement leur qualité.

Au Canada, les normes en vigueur depuis 1975 sont en substance les mêmes qu'en France, mais elles sont soumises à des réglementations fédérales et provinciales. La classification se fait selon des critères de taille ou d'apparence. Ainsi, la volaille classée A (étiquette rouge) a une apparence parfaite et une chair charnue ; classée « utilité » (étiquette bleue), elle entrera dans la fabrication d'autres produits. La viande doit être approuvée par un organisme provincial ou fédéral ; elle est classée A, B, C ou D. Les œufs sont eux aussi répartis en A, B ou C. Quant aux fruits et légumes, pour lesquels on mentionne toujours l'espèce et l'origine, ils ne bénéficient pas de classification de qualité.

En Suisse, les produits préemballés doivent porter les indications suivantes : la dénomination spécifique ; la composition ; le datage ; le nom ou la raison sociale et l'adresse du fabricant, du conditionneur ou de l'importateur ; le pays de production ; le titre alcoolométrique pour les produits nutritifs et les boissons s'il dépasse 0,5 % Vol. ; la mention d'un éventuel traitement ionisant ; la mention « produit OGM » si ses composants ont été génétiquement modifiés ; éventuellement le mode d'emploi, la présence d'additifs et la valeur nutritionnelle.

ÉTIQUETTE Vignette de papier apposée sur un produit ou sur son emballage, portant à la connaissance de l'acheteur un certain nombre d'informations. L'étiquette joue un rôle important dans la vente de plusieurs produits tels que les fromages, les vins et les alcools, dont la qualité est fonction de l'origine, ou les confitures et le chocolat, dont les composants obéissent à des pourcentages souvent précis.

■ **Fromages.** À la fin du XIXe siècle, l'industrie fromagère connut un tel développement qu'il fallut revêtir d'une marque spécifique les fromages vendus emballés sur les marchés. Les boîtes en bois furent d'abord pyrogravées, puis une image fut collée sur la boîte

ou imprimée sur le papier d'emballage. Néanmoins, de nombreux fromages présentés à nu continuent d'être vendus sans étiquette (bries, chèvres, pâtes cuites). L'étiquette d'un fromage peut comporter la mention « au lait cru », la teneur en matières grasses (maigre : moins de 20 % de matières grasses ; allégé : de 20 à 30 %), le poids, la région de fabrication (s'il s'agit d'une appellation d'origine contrôlée), voire le nom de la fromagerie, le label éventuel ou le poinçon du syndicat, et diverses mentions spécifiques (« pur chèvre », « affiné dans nos caves », « étuvé », ...).

La situation dans les pays francophones est à peu près la même. Les Suisses notamment fabriquent des fromages très proches de ceux des Français. Au Canada, cependant, les associations de consommateurs ont essayé, sans grand succès, d'encourager la vente de produits « sans étiquette », espérant ainsi supprimer les frais de publicité qu'elle représente.

■ **Vins.** L'étiquette remplit une fonction esthétique et utilitaire. Parfois surmontée d'une collerette ou doublée d'une contre-étiquette, elle révèle l'identité du contenu de la bouteille ; elle est obligatoire lors de la mise en vente du vin. La rédaction des différentes mentions qui y figurent est strictement réglementée.

L'étiquette ne fait pas le vin, mais elle représente le seul moyen de sélection et d'information avant la dégustation, et elle est conçue de façon que même le néophyte soit renseigné, au premier coup d'œil, sur la nature du vin qu'il s'apprête à acheter : vin de table ou vin d'une origine définie. Les mentions qui y apparaissent sont rigoureusement codifiées. Les illustrations (facultatives) ne doivent jamais prêter à confusion sur la provenance et les qualités.

La législation européenne distingue les vins de qualité produits dans des régions déterminées (parmi ces derniers sont classés les vins français AOC et VDQS) et les vins de table (où l'on retrouve les vins de table et les vins de pays originaires de France).

ÉTRILLE Petit crabe brun, de la famille des portunidés, doté de pattes postérieures spatulées, particulièrement répandu sur les rivages de l'Atlantique et de la Manche (voir planche des crustacés pages 368 et 369). Recouverte de poils courts et raides, l'étrille, appelée aussi « crabe laineux », « crabe nageur », « crabe cerise » ou « chèvre » en Bretagne, mesure environ 10 cm. Difficile à décortiquer, elle possède en revanche une chair fine et savoureuse ; on la cuit au court-bouillon (10 min). Ajoutée à une bisque ou à un coulis, elle communique à l'apprêt un parfum apprécié.

ÉTUVE Sorte de four hermétique à température constante (150 °C environ), destiné à la déshydratation industrielle des fruits, des légumes et de certains produits comme les saucissons secs et le riz paddy.

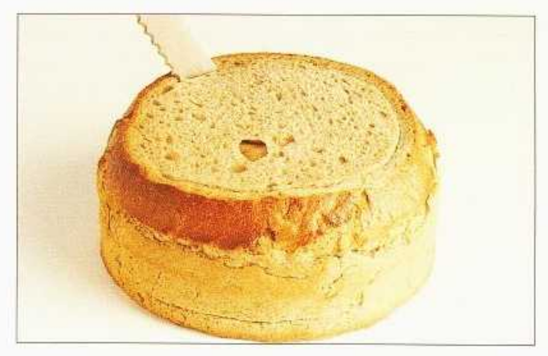
ÉTUVER Cuire un aliment à chaleur douce, à couvert, avec très peu de matière grasse et de liquide, ou uniquement dans son eau de végétation. La cuisson à l'étuvée (ou à l'étouffée) s'applique en particulier aux brunoises et aux juliennes de légume, aux oignons et aux échalotes ciselés, aux tomates, aux champignons et aux courgettes (légumes qui « rendent » de l'eau), ainsi qu'aux viandes et aux poissons à braiser (voir FONDRE, FONDUE). On emploie parfois ce mode de cuisson pour les pommes et les poires en tranches.

ÉVIDER Retirer une partie plus ou moins importante de la pulpe d'un fruit ou d'un légume cru avant d'utiliser celui-ci pour une préparation particulière. On peut alors farcir la cavité avec certains légumes.

Évider un pain surprise



1. *Une fois le pain décalotté, enfoncer la lame à la base, parallèlement au fond, sur la moitié de la circonférence. Imprimer au couteau un mouvement circulaire pour détacher la base sur une assez faible épaisseur.*



2. *Poser le pain à plat et enfoncer la lame verticalement, à 1 cm de la paroi. Glisser le couteau le long du bloc de mie et détacher complètement celui-ci.*



3. *Couper le bloc de mie, horizontalement, à l'aide d'un couteau-scie, en fines tranches régulières. Garnir les tranches, découper le bloc de pain en triangles égaux et replacer les piles de sandwichs à l'intérieur de la croûte.*

L'évidage du melon permet d'abord de retirer les graines, puis d'extraire la pulpe avec une cuillère parisienne pour servir les boules rafraîchies. Dans la préparation des fruits givrés, le principe est le même, mais on confectionne un sorbet avec la chair du fruit ; une fois reconstitué, celui-ci est servi glacé. On évide les pommes à l'aide d'un vide-pomme, pour les cuire au four dans leur peau, ou, après les avoir pelées, pour les détailler en rondelles et en faire des beignets.

ÉVISCÉRER Retirer, manuellement ou mécaniquement, les entrailles – dont les abats – d'un animal de boucherie, d'une volaille, d'un poisson, d'un gibier.

EXCELSIOR Nom d'une garniture pour tournedos et noisettes d'agneau, associant laitue braisée et pommes fondantes, coupées en petits morceaux et cuites au beurre à couvert.

L'appellation concerne aussi un apprêt de filet de sole en paupiettes, pochées, dressées en couronne autour d'un salpicon de homard à la Newburg, nappées de sauce normande et décorées de lames de truffe et de queues de crevette.

EXCELSIOR (FROMAGE) Fromage normand de lait de vache (72 % de matières grasses), à pâte molle et à croûte fleurie, blanche, légèrement tachetée de rouille (**voir** tableau des fromages français page 496). L'Excelsior se présente sous la forme d'un petit cylindre plat irrégulier de 225 g. De texture onctueuse, il a une saveur douce, légèrement noisetée. Créé en 1890, l'Excelsior (dont le nom est déposé) est le plus ancien des fromages double- ou triple-crème (avec le fin-de-siècle, l'explorateur, le lucullus et le brillat-savarin).

EXHAUSTEUR DE GOÛT Additif alimentaire (**voir** ce mot) destiné à rehausser le goût et/ou l'odeur des aliments. Les exhausteurs de goût sont aussi appelés « agents de sapidité ». Le plus connu est le glutamate, très utilisé dans la cuisine asiatique, mais dont l'ajout dans les plats est soumis à la réglementation des additifs.

EXPLORATEUR Fromage francilien de lait de vache cru et enrichi (75 % de matières grasses), à pâte molle triple-crème et à croûte fleurie (**voir** tableau des fromages français page 496). Il se présente sous la forme d'un cylindre de 8 cm de diamètre et de 6 cm d'épaisseur. Créé après la Seconde Guerre mondiale, il a une texture ferme et pourtant crémeuse.

EXPRIMER Éliminer par pression le jus, l'eau de végétation ou le liquide en excès d'un aliment (on dit aussi « essorer »). On exprime les tomates mondées et coupées en deux en les pressant avec une cuillère au-dessus d'une passoire, pour en faire sortir l'eau (et les graines) avant de concasser la pulpe. Les épinards blanchis et égouttés sont pressés en boules, à la main.

Pour assécher une duxelles de champignon avant de la cuire, ou pour rendre du persil haché plus « poudreux », on se sert d'un torchon ou d'un linge replié en forme de poche.

Pour exprimer le jus des agrumes (citron, orange, pamplemousse), on utilise un presse-agrume ou un presse-citron. Pour préparer certaines sauces, on exprime les ingrédients en foulant la préparation dans un chinois avec une petite louche.

EXTRA Qualificatif appliqué, dans des conditions réglementées, à des produits présentant des caractères particuliers. Les œufs « extra », signalés par une étiquette spéciale (lettres blanches sur fond rouge), sont les plus frais : emballés dans les trois jours suivant la ponte, ils ont le droit de conserver cette mention pendant sept jours. Les fruits et légumes « extra », signalés par une étiquette rouge, sont de qualité supérieure. Un champagne « extra-sec » est un champagne assez sec (le champagne vraiment sec est étiqueté « brut »). Un fromage « extra-gras » a un taux de matières grasses compris entre 45 % et 60 % (il est également dit « crème »). En Belgique, seuls les œufs peuvent être « extra » au sens français de ce qualificatif ; au Canada, « extra » signifie particulièrement gros, et rien d'autre.

EXTRAIT Produit concentré, obtenu par réduction plus ou moins poussée d'un fond de viande ou d'une cuisson de poisson ou de légume. On obtient ainsi des glaces et des fumets, qui permettent de corser sauces, coulis et ragoûts. Lorsque l'évaporation est poussée assez loin, l'extrait devient solide ; c'est sous cette forme que se présentent les extraits de viande ou de poisson (petits cubes ou tablettes, dont l'arôme est souvent renforcé par de l'oignon ou du soja).

Les extraits d'aromates et de fruits utilisés dans la fabrication des sirops sont soumis à une réglementation : un extrait « pur fruit » pour sirop ne doit pas contenir d'acide citrique ni de colorant synthétique.

En boulangerie et en pâtisserie, on utilise de l'extrait de malt pour favoriser la fermentation des pâtes levées (biscuits, brioches, cakes, feuilletages), leur donner plus de légèreté et améliorer leur saveur.

EXTRAIT SEC Matière résultant de la dessiccation complète d'un produit, notamment des fromages. Pour ces derniers, le taux d'extrait sec est fixé à 23 % maximum ; si ce taux n'est pas respecté, il est obligatoire de le mentionner. Le taux de matières grasses se calcule toujours sur l'extrait sec. Ainsi, dans 100 g de comté, de camembert ou de fromage blanc, titrant tous 45 % de matières grasses, il n'y a, respectivement, que 28 g, 20 g et 9 g de matières grasses.

En matière de vin et de bière, l'extrait sec est l'ensemble des constituants solides qui donnent à la boisson sa couleur, son arôme et son goût. On le dose par évaporation totale de l'eau et de l'alcool. C'est la partie « noble » du vin, alors que la lie n'est qu'un dépôt qui peut être préjudiciable à une bonne conservation.

EXTRUDÉ Qualificatif désignant un produit de type apéritif obtenu à partir d'une pâte homogène soufflée ou gonflée à la chaleur. N'étant ni des biscuits, ni des graines, ces produits extrudés (chips, flocons, soufflés, tortillons, etc.) deviennent très légers, rappelant dans leur aspect le polystyrène, qui est lui-même extrudé.



FAÏENCE Céramique recouverte d'un émail incolore ou coloré qui la rend imperméable, très utilisée pour les services de table.

Les faïences traditionnelles, à base d'argile mêlée de marnes et de sables, sont recouvertes d'un émail opaque. Nées en Asie, elles gagnèrent l'Italie et se répandirent ensuite en Europe (Nevers, Rouen, Strasbourg, Delft, etc.). Au XVIe siècle, Bernard Palissy perfectionna la technique de la cuisson, et chaque école inventa un style particulier, caractérisé par la forme et le décor.

Les faïences « fines », créées au XVIIIe siècle par l'Anglais Josiah Wedgwood, sont faites de mélanges spéciaux, permettant d'obtenir des produits très blancs, qui reçoivent ensuite un émail transparent (**voir** PORCELAINE).

« Communes » ou « fines », toutes les faïences subissent deux cuissons, parfois trois : la première est faite pour assurer la solidité du matériau ; la deuxième, pour durcir l'émail ; la troisième, après le décor lorsque celui-ci n'est pas appliqué sur l'émail cru. Les grandes manufactures (Gien, Sarreguemines, Digoin) reproduisent aujourd'hui des modèles anciens, en tenant compte des exigences modernes (passage en lave-vaisselle ou bonne résistance à la chaleur, par exemple).

FAINE Fruit du hêtre, arbre de la famille des fagacées, ressemblant à une petite châtaigne pyramidale. Les faines, qui se récoltent en octobre, sont enfermées par deux ou trois dans une capsule brunâtre. La saveur de leur amande blanche, riche en corps gras, rappelle celle de la noisette. Les faines peuvent se consommer crues, mais on les préfère grillées, car elles sont assez astringentes. On en extrait une huile de table.

FAISAN Gibier à plume originaire d'Asie, de la famille des phasianidés, acclimaté en Europe dès le haut Moyen Âge (**voir** tableau des gibiers page 523). En France, la chasse a considérablement réduit les populations, en dépit des apports périodiques de faisans d'élevage. Ceux-ci sont mis en liberté en janvier et se reproduisent sur le terrain, ou bien ils ne sont lâchés qu'au moment de la chasse : dans ce cas, ils sont beaucoup moins savoureux. La poule a toujours une chair plus fine que le mâle. Seuls les très vieux oiseaux doivent subir une maturation de deux ou trois jours au frais et au sec (sauf si leurs blessures sont importantes) ; on ne laisse pas faisander les bêtes d'élevage, leur viande risquant de se putréfier.

Le faisan a aussi été naturalisé en Amérique du Nord, où, en certains endroits, il est retourné à l'état sauvage. Au Canada, il existe des « fermes de tir », où l'on relâche les oiseaux entre août et décembre pour les chasseurs, qui les abattent sur-le-champ.

■ **Emplois.** Le faisan jeune est rôti, de préférence « à point » (chair de l'aile légèrement rose), ou cuit farci en cocotte, souvent parfumé à l'alcool ou au vin ; on ne sert en général que les ailes et les cuisses. La carcasse permet de préparer un fumet pour cuisiner la sauce ou confectionner un consommé. Le faisan s'accommode également sauté, en fricassée, préalablement découpé en quatre (deux suprêmes et deux cuisses) ou en six (deux ailes, deux cuisses, deux morceaux de poitrine). Quand il est plus âgé, on l'apprête en chartreuse ou en salmis, accompagné de chou braisé, de cèpes, de pâtes fraîches ou de pommes au lard et aux oignons. Les vieux sujets se cuisinent en daube, en pâté ou en terrine. Mais l'apprêt le plus prestigieux est le faisan Sainte-Alliance, dressé sur un canapé masqué de purée de bécasse et entouré d'oranges amères.

faisan : préparation

Mettre le faisan quelques heures dans le réfrigérateur : il sera ainsi plus facile à plumer. Commencer par retirer les grosses plumes des ailes en les tordant ; plumer ensuite, dans l'ordre, le corps, le cou et les ailes. Vider l'oiseau comme un poulet, en fendant légèrement le côté droit du ventre. Saler et poivrer l'intérieur. Barder le faisan si nécessaire et le brider en le ramassant le plus possible sur lui-même (surtout s'il doit être rôti).

ballottine de faisan à la gelée → BALLOTTINE
chaud-froid de faisan → CHAUD-FROID

faisan au chou

Piquer de bâtonnets de lard gras la poitrine et les cuisses d'un vieux faisan, après l'avoir fait un peu maturer ; le brider et le faire colorer en cocotte au four préchauffé à 250 °C. Cuire à moitié dans une autre cocotte 1 gros chou avec 200 g de lard frais de poitrine de porc, 2 carottes épluchées et coupées en dés, 1 gros bouquet garni, du sel et du poivre du moulin. Loger le faisan dans le chou, couvrir et cuire 1 heure sur feu doux. Ajouter 1 petit saucisson à cuire et poursuivre la cuisson 1 heure. Débrider le faisan et le découper. Jeter le bouquet garni. Détailler le lard en tranches et le saucisson en rondelles. Dresser dans un plat creux.

RECETTE DE *MA CUISINIÈRE ISABEAU* (1796)

faisan en filets au jus d'orange

« Lever la chair d'un faisan. Concasser et piler la carcasse et la mettre en casserole avec du fond de veau et une bouteille de champagne nature, sel et poivre. Laisser réduire à petit feu, tamiser, remettre sur le feu. Ajouter le cœur et le foie hachés ; cuire encore 10 min. Couper en languettes longues et minces la chair du faisan. Faire sauter ces filets 10 min au beurre, avec une poignée de persil, cerfeuil et ciboulette, hachés. Disposer les filets sur un plat. Verser dans la sauce le jus de cuisson des filets et le jus d'une orange. Remuer. Napper. »

faisan à la normande

Colorer uniformément un faisan dans une cocotte. Peler 4 belles pommes, les émincer et les dorer vivement au beurre. Les disposer au fond de la cocotte, avec le faisan ; couvrir et cuire 45 min au four préchauffé à 240 °C. Arroser le faisan de 1 dl de crème fraîche et de 1 cuillerée à soupe de calvados 5 min avant de servir. Débrider, découper et servir très chaud avec les pommes.

RECETTE DE PAUL HAEBERLIN

faisan au porto

« Découper en 4 ou en 6 morceaux 2 jeunes faisans, ou, mieux, 2 jeunes faisanes. Saler et poivrer. Faire colorer dans une poêle avec 50 g de beurre. Peler et hacher 4 échalotes ; les faire fondre dans une cocotte avec 20 g de beurre. Ajouter les morceaux de faisan et mouiller avec 1/4 de litre de porto. Couvrir et laisser mijoter 20 min. Nettoyer 300 g de girolles et les faire cuire au beurre. Sortir les morceaux de faisan et déglacer la cocotte avec 1/4 de litre de crème. Ajouter un peu de cuisson des girolles et laisser réduire. Lier la sauce avec 60 g de beurre coupé en petits morceaux. Rectifier éventuellement l'assaisonnement. Remettre le faisan et les girolles dans la sauce et donner quelques petits bouillons. Servir avec des Spätzles au beurre. »

RECETTE DE JEAN FLEURY,
RESTAURANT *PAUL BOCUSE*

salmis de faisan

« Plumer, vider, parer et brider un joli faisan. Le rôtir 20 min afin de le garder saignant. Réserver le plat de cuisson. Découper le faisan en six morceaux de la façon suivante : lever les deux cuisses ; lever les deux ailes en prenant soin de laisser suffisamment de blanc sur le bréchet. Découper la poitrine en deux morceaux en la coupant dans sa largeur. Bien parer chaque morceau et enlever la peau. Replacer les six morceaux dans un sautoir préalablement beurré, arroser de quelques gouttes d'un bon cognac, assaisonner de quelques tours de moulin à poivre ; couvrir d'un couvercle et réserver au chaud. Concasser les os de la carcasse, les peaux, les parures, et les faire revenir vivement dans le sautoir de première cuisson avec 1 gousse d'ail en chemise. Retirer du feu et ajouter 3 échalotes ciselées finement ; les laisser suer et dégraisser le sautoir. Déglacer d'un trait de cognac. Mouiller avec 1/2 litre d'un bon vin rouge. Parfumer cette cuisson avec un bouquet garni (branches de persil, thym et laurier). Cuire le vin quelques minutes à découvert et ajouter une bonne louche de fond de gibier. Laisser mijoter 30 min à découvert. Bien écumer. Passer la sauce au chinois en extrayant le maximum de sucs. Faire réduire à nouveau en écumant soigneusement. Rectifier l'assaisonnement. Parfumer avec un peu de jus de truffe et passer au chinois étamine. Monter la sauce ainsi terminée avec 50 grammes de foie gras tamisé et la verser sur les morceaux de faisan ; garnir de quelques petites têtes de champignons de Paris sautées au beurre. Laisser quelques minutes sur le coin du fourneau et dresser en timbale ou en cocotte avec quelques belles lames de truffe. Décorer avec des croûtons dorés au beurre clarifié, frottés à l'ail, garnis d'une farce à gratin et persillés. »

▶
Salmis de faisan
Recette de Jean Fleury, restaurant Paul Bocuse



FAISANDAGE Opération consistant à laisser un gibier dans un endroit frais pendant un temps variable (jusqu'à huit jours, et même davantage pour certains amateurs) afin d'attendrir sa chair et d'obtenir une saveur particulière sous l'effet de la mortification.

Ce fumet est produit par des germes de l'intestin, qui envahissent les tissus et décomposent les protéines, en engendrant des substances qui, à la longue, deviennent toxiques. Une viande faisandée est donc peu digeste.

Un gibier blessé au ventre ou abîmé par les plombs ne doit jamais être faisandé, car il se putréfie.

La bécasse et certains oiseaux ne s'éviscèrent pas. En revanche, le gros gibier (cerf, sanglier) doit être vidé dès que possible ; il est en général simplement mortifié (de un à trois jours d'attente) et non pas faisandé. Le faisandage du gibier à plume se pratique en enveloppant l'oiseau dans une mousseline ou un linge, en le suspendant au frais et au sec, si possible dans un courant d'air.

C'est la bécasse qui peut attendre le plus longtemps, suivie par le canard, le faisan et le perdreau. Les petits oiseaux se mangent généralement « à la pointe du fusil ». Le gibier à poil se laisse « rassir » de deux à quatre jours.

On ne pousse plus le faisandage jusqu'à « l'altération de la senteur », comme le préconisaient l'écrivain Michel de Montaigne, au XVIe siècle, ou Anthelme Brillat-Savarin, à propos duquel Charles Monselet notait : « Magistrat aimable qui, les jours d'audience, incommodait tous ses collègues par l'odeur du gibier qu'il apportait dans ses poches pour le faire faisander. »

De nos jours, un faisandage poussé est rarement considéré comme une qualité gastronomique.

FAISSELLE Récipient à parois perforées, dans lequel on fait égoutter le fromage frais. Suivant les régions et le type de fabrication, la forme et le matériau de la faisselle varient, celle-ci pouvant être carrée, cylindrique ou en forme de cœur, en bois, en grès, en faïence, en osier, en jonc tressé, en fer-blanc ou en matière plastique. Certains fromages frais sont toujours vendus dans la faisselle où ils ont été moulés (c'est notamment le cas du fontainebleau).

FAIT-TOUT Marmite cylindrique demi-haute, en aluminium, en acier inoxydable, en tôle émaillée ou en fonte, munie de deux anses et d'un couvercle. Comme son nom l'indique, le fait-tout (ou faitout) est destiné aux cuissons à l'eau ou à l'étuvée, et même, s'il est lourd et bien clos, aux mijotages.

FALAFEL Purée de pois chiches d'origine israélienne, roulée en petites boulettes que l'on fait frire dans de l'huile. Traditionnellement, on mange ensuite celles-ci dans un pain pita.

FALETTE Spécialité auvergnate, particulièrement réputée à Espalion. C'est une poitrine de mouton, farcie, revenue avec des carottes et des oignons, puis mijotée longuement au four et servie en tranches avec des haricots blancs.

RECETTE DU RESTAURANT
L'AMBASSADE D'AUVERGNE, À PARIS

falettes

« Désosser 2 poitrines de mouton et les assaisonner. Hacher 300 g de vert de bette, 200 g d'épinards, 50 g de persil, 2 gousses d'ail et 1 gros oignon ; mélanger avec 100 g de mie de pain trempée dans du lait et 100 g de chair à saucisse ; saler et poivrer. Poser les poitrines désossées à plat sur de la barde de lard (500 g), les garnir de farce sur toute la longueur, refermer en rouleau et ficeler. Faire revenir les deux falettes avec 200 g de gros oignons et 100 g de carottes coupées en rondelles. Déglacer la cocotte au vin blanc et mouiller à hauteur, de préférence avec du fond de mouton. Ajouter une demi-tête d'ail et 1 bouquet garni, et faire cuire à couvert, à four moyen, pendant 2 h 30. Faire blanchir 500 g de haricots écossés (cocos) que l'on aura fait gonfler pendant 2 heures dans l'eau froide. Les rafraîchir. Faire suer 100 g de gros oignons, 100 g de jambon d'Auvergne et 100 g de tomates, coupés en dés. Ajouter les cocos, 1 bouquet garni, mouiller à hauteur avec du fond de mouton et faire cuire à couvert, à frémissements, pendant 1 h 30 environ. Retirer les falettes, les laisser un peu refroidir, les déficeler, ôter la barde et couper en tranches. Napper avec le jus de cuisson passé et réduit, et servir avec les haricots fondants à part. »

FAR BRETON Flan aux pruneaux, qui se mange tiède ou froid. À l'origine, le far, très populaire dans toute la Bretagne, désignait une bouillie de farine de blé dur, de froment ou de sarrasin, salée ou sucrée, à laquelle on ajoutait des fruits secs.

Les fars se servaient en tranches, le plus souvent nature, en entremets, ou en accompagnement de viande ou de légumes.

far breton

Faire gonfler dans du thé léger tiède 125 g de raisins de Corinthe et 400 g de pruneaux. Les égoutter et dénoyauter les pruneaux. Disposer en fontaine 250 g de farine et y incorporer 1 grosse pincée de sel, 2 cuillerées à soupe de sucre semoule et 4 œufs battus en omelette. Délayer la pâte avec 4 dl de lait, incorporer les raisins et les pruneaux, en garnir un moule beurré et cuire 1 heure au four préchauffé à 200 °C (le dessus doit être brun). Poudrer de sucre glace.

FARCE Mélange d'éléments crus ou cuits, hachés plus ou moins finement et assaisonnés, utilisé pour farcir gibiers, légumes, œufs, pâtes, poissons, viandes de boucherie et volailles. La farce est aussi la base de nombre de ballottines, friands, galantines, pâtés et terrines, sans parler de tous les saucissons et saucisses.

Elle sert également à masquer des croûtes, croûtons et canapés chauds (sous le nom de « farce à gratin »), à confectionner les godiveaux, les quenelles, certaines bordures, et à garnir des barquettes, des bouchées et des tartelettes.

On distingue trois grandes familles de farces : les farces maigres à base de légumes ; les farces grasses à base de viandes et d'abats ; les farces de poisson.

Les farces dites « maigres » comportent souvent un élément gras qui leur donne un moelleux indispensable. C'est en général la chair hachée (de viande ou de poisson) qui constitue la base d'une farce, et les ingrédients annexes lui donnent son caractère et sa consistance. L'assaisonnement est déterminant : épices, aromates, fines herbes, alcool, fumet, essence de truffe, sel et poivre, parfois aussi fruits secs.

La farce d'un mets à bouillir sera toujours plus relevée, celle d'un mets à rôtir le sera un peu moins ; en revanche, cette dernière farce doit être suffisamment grasse pour que le mets ne se dessèche pas, surtout si c'est une volaille.

bordure de farce de poisson aux médaillons de homard à l'américaine, bordure de farce de veau aux amourettes ou à la cervelle de veau → BORDURE
chair à saucisse fine ou farce fine de porc → CHAIR À SAUCISSE

FARCES GRASSES

farce américaine
Faire revenir de tout petits dés de poitrine de porc fumée, ajouter des oignons finement hachés, et laisser suer sans coloration. Hors du feu, incorporer de la mie de pain fraîche jusqu'à l'absorption totale de la graisse. Saler, poivrer et assaisonner d'un peu de sauge en poudre et de fleur de thym. Cette farce est utilisée pour les coquelets, les pigeonneaux, les pintades, les poussins.

farce de foie
Détailler 250 g de lard frais de poitrine en tout petits dés. Couper en cubes 300 g de foie (de porc, de veau, de gibier ou de volaille). Dorer le lard dans une sauteuse avec 30 g de beurre, égoutter et faire sauter le foie dans la même sauteuse. Éplucher 40 g d'échalotes et 75 g de pieds de champignon de couche ; les hacher ensemble. Remettre tous les éléments dans la sauteuse avec 12 g de sel fin, 4 g de poivre blanc, 2 g de quatre-épices, 1 brindille de thym et une demi-feuille de laurier ; chauffer 2 min à feu vif en remuant. Retirer les cubes de foie. Bien déglacer la sauteuse avec 1,5 dl de vin blanc, en grattant les sucs à la spatule de bois, verser sur les cubes de foie et passer le tout au mixeur avec 70 g de beurre et 3 jaunes d'œuf, de façon à obtenir une purée très fine. Passer celle-ci au tamis, la travailler à la spatule de bois, puis la mettre dans le réfrigérateur. Cette farce est utilisée pour les pains de cuisine, pâtés et terrines.

farce à gratin
Râper 150 g de lard frais. Éplucher et émincer 2 échalotes. Nettoyer et hacher 50 g de champignons. Chauffer le lard dans une sauteuse. Quand il est fondu, ajouter 300 g de foies de volaille, les échalotes, les champignons, 1 brindille de thym, 1/2 feuille de laurier, 1 grosse pincée de sel, du poivre et 1 petite pincée de quatre-épices ; faire sauter à feu vif pour tenir les foies saignants. Flamber au cognac et débarrasser pour faire refroidir rapidement (la farce doit être rosée). Passer au mixeur, puis au tamis fin. Bien mélanger pour obtenir une farce très lisse. Couvrir d'un film alimentaire ou d'un papier sulfurisé beurré et réserver au réfrigérateur. Cette farce est utilisée pour les croûtons sur lesquels on place les petits gibiers à plume, ou pour recouvrir les croûtons à salmis ou à civet.

farce mousseline
Couper en menus morceaux 1 kg de chair de veau, de volaille ou de gibier parée et dénervée, et les réduire en purée. Passer au tamis. Battre légèrement 4 blancs d'œuf à la fourchette. Travailler la chair à la spatule de bois dans une terrine, en y incorporant peu à peu les blancs d'œuf, 20 g de sel et 3 g de poivre blanc. Passer à nouveau au tamis, puis mettre 2 heures dans le réfrigérateur, en même temps que 1,5 litre de crème fraîche épaisse. Placer la terrine dans une cuvette pleine de glace pilée et incorporer peu à peu la crème fraîche en travaillant le mélange vigoureusement, toujours à la spatule. Cette farce est utilisée pour les mousselines, les mousses et les quenelles fines.

farce de volaille
Détailler en dés 600 g de chair de volaille, 200 g de chair maigre de veau et 900 g de lard ; hacher très finement au mixeur. Ajouter 3 œufs, 18 g de sel, 2 dl de cognac et bien mélanger le tout. Passer au tamis. Réserver au réfrigérateur.

FARCES MAIGRES

farce aux champignons
Éplucher 2 échalotes et nettoyer 175 g de champignons de Paris (ou de champignons sauvages) ; hacher le tout. Faire sauter à feu vif dans une poêle avec 40 g de beurre et 1 pointe de muscade, jusqu'à ce que les champignons ne rendent plus d'eau. Laisser refroidir. Préparer 100 g de panade et la passer au mixeur avec le hachis. Incorporer enfin 3 jaunes d'œuf et bien mélanger. Cette farce est utilisée pour les gibiers, légumes, poissons, volailles.

farce pour terrine de légumes
Éplucher et couper en quartiers 500 g de céleri-rave. Le cuire à la vapeur. L'égoutter et le passer au mixeur. Faire dessécher légèrement au four, sans coloration. Dans le bol d'un mélangeur-batteur, travailler la purée avec 2 jaunes d'œuf, puis 150 g de crème UHT, et enfin 2 blancs d'œuf battus en neige ferme. Incorporer sel, poivre et muscade selon le goût. Ajouter

éventuellement à cette farce, en quantité égale, d'autres légumes : carottes en dés, petits pois, haricots verts blanchis ou cuits à la vapeur, pour obtenir une terrine de légumes à cuire au four, au bain-marie.

FARCES DE POISSON

farce de crevette

Cuire à l'eau salée 125 g de crevettes grises ou roses. Les piler dans un mortier avec 100 g de beurre, puis passer le mélange au tamis fin. Ajouter à cette préparation la moitié de son poids de jaunes d'œuf dur, également passés au tamis fin. Bien mélanger.

farce mousseline de poisson

Assaisonner de 20 g de sel, 2 g de poivre blanc et 1 g de muscade râpée 1 kg de chair de poisson crue (brochet, merlan, saumon, sole, turbot) et piler le tout dans une terrine. Ajouter 4 blancs d'œuf, un par un, et passer au mixeur, puis au tamis fin. Mettre dans une terrine, lisser à la spatule de bois, puis mettre 2 heures au moins dans le réfrigérateur. Placer alors la terrine dans une cuvette pleine de glace pilée et incorporer peu à peu 12,5 dl de crème, en travaillant doucement à la spatule. Réserver au réfrigérateur. Cette farce est utilisée pour les mousselines, les mousses, les quenelles fines, mais aussi pour les gros poissons braisés.

farce pour poisson

Émietter 250 g de mie de pain et l'arroser de lait. Hacher 1 petite poignée de persil. Éplucher et hacher séparément 75 g d'oignons et 3 échalotes. Nettoyer et hacher 150 g de champignons de Paris. Chauffer 30 g de beurre dans une cocotte. Ajouter le hachis de champignons, d'oignons et de persil, et cuire quelques minutes. Verser sur les échalotes 1/2 verre de vin blanc et faire réduire. Ajouter les échalotes au hachis et mélanger. Presser la mie de pain et la mettre dans une terrine. Incorporer la préparation et bien travailler le tout. Ajouter encore 2 jaunes d'œuf, du sel, du poivre et, éventuellement, 1 pointe de muscade râpée et 1/2 gousse d'ail hachée. Bien mélanger. Cette farce est utilisée pour les gros poissons d'eau douce.

godiveau à la graisse ou *farce de veau à la glace, godiveau lyonnais* ou *farce de brochet à la lyonnaise* → GODIVEAU

FARCI Spécialité périgourdine, faite d'un hachis enveloppé dans des feuilles de chou ou placé à l'intérieur d'une poule au pot, et cuit dans un bouillon de légumes ou de viande.

farci

Émietter 350 g de mie de pain rassis et arroser de bouillon non dégraissé (ou de lait). Hacher ensemble 350 g de porc frais (jambon ou lard), 2 gousses d'ail, 2 échalotes (ou 1 oignon) et 1 bouquet de persil, de l'estragon ou des fines herbes. Ajouter éventuellement le foie haché de la poule. Presser la mie de pain et l'incorporer au hachis en y ajoutant du sel, du poivre et 1 pointe de quatre-épices. Lier avec 2 ou 3 jaunes d'œuf. Bien mélanger la farce jusqu'à ce qu'elle soit homogène, puis la mettre au réfrigérateur. Détacher les grandes feuilles d'un gros chou, les blanchir 5 min à l'eau bouillante, les rafraîchir sous l'eau froide, les éponger et les disposer en rosace. Façonner la farce en boule ; la poser sur les feuilles de chou et rabattre celles-ci tout autour. Ficeler le farci ou l'enfermer dans une mousseline, et cuire 1 h 45 dans un bouillon de légumes ou de viande. Retirer la mousseline ou la ficelle. Découper le farci en tranches et le servir brûlant, avec, selon le cas, le bouillon ou la poule. On peut aussi le servir froid.

RECETTE DE JACQUES CHIBOIS

petits farcis provençaux

« Vider à l'aide d'une cuillère à café 6 oignons, 6 petites aubergines, 6 courgettes rondes, 6 petits poivrons et 6 tomates moyennes. Couper les oignons, les courgettes et les tomates aux trois quarts, les aubergines et les poivrons en deux. Faire dégorger les aubergines dans 3 litres d'eau additionnée de 3 cuillerées à soupe de gros sel. Dans une poêle, dorer légèrement et successivement les intérieurs des légumes. Laisser refroidir. Faire tremper dans 10 cl de lait 5 tranches de pain de mie coupé en petits dés. Les incorporer à la pulpe de légumes avec 400 g de chair à saucisse, 5 gousses d'ail haché, 10 cuillerées à soupe de persil ciselé, 3 cuillerées à soupe de basilic haché, 3 œufs entiers battus, 100 g de parmesan, du sel et du poivre. Bien lisser le mélange à la spatule de bois. Retirer les aubergines de l'eau et porter celle-ci à ébullition. Y cuire légèrement et séparément d'abord les oignons, puis les courgettes, les poivrons, les aubergines, puis les égoutter sur un linge ou du papier absorbant. Farcir tous les légumes, y compris les tomates, les disposer dans un plat à rôtir graissé à l'huile d'olive, et cuire 15 à 20 min au four préchauffé à 200 °C. Ôter délicatement les fleurs de 6 courgettes fleurs moyennes. Hacher celles-ci finement et les cuire de 5 à 8 min dans 3 cl d'huile d'olive, doucement et en remuant souvent. Hors du feu, ajouter 2 feuilles de basilic haché, 1 cuillerée à soupe de persil ciselé, 1 gousse d'ail finement hachée. Laisser refroidir, puis incorporer 1 cuillerée à soupe de chapelure et 1/2 œuf battu. Garnir avec une cuillère les fleurs de farce, rabattre les extrémités, et les placer côte à côte dans un plat à rôtir. Verser un mélange bouillant de 1,2 dl d'eau avec 1 plaquette de bouillon de volaille tout prêt et 3 cl d'huile d'olive. Couvrir de papier d'aluminium et cuire 20 min au four, toujours à 200 °C. Les farcis se mangent chauds ou froids. »

FARCIR Garnir l'intérieur de viandes, de poissons, de coquillages, de légumes, d'œufs, de fruits, d'une farce grasse ou maigre, d'un salpicon, d'une purée ou d'un appareil quelconque, le plus souvent avant cuisson, mais également pour des apprêts froids.

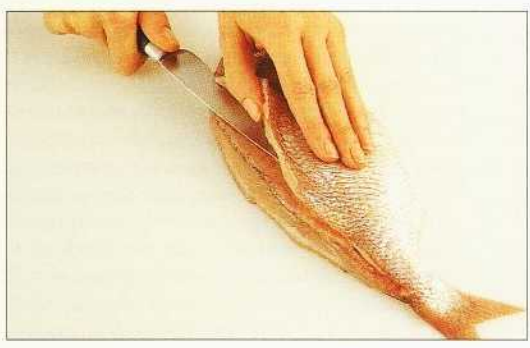
La plupart des volailles et des oiseaux peuvent se farcir ; en boucherie, on farcit notamment l'épaule désossée, la poitrine, mais aussi le cœur ou les pieds désossés, ainsi que les paupiettes, l'agneau ou le cochon de lait entier.

On farcit surtout les poissons ronds, qu'ils soient de mer ou de rivière ; les coquilles Saint-Jacques, les moules, les praires (ainsi que les escargots) s'apprêtent aussi de cette façon.

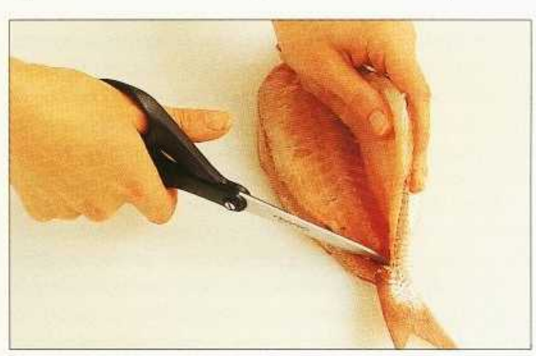
Aubergines, choux, courgettes, oignons, poivrons, pommes de terre, têtes de champignon, tomates, mais aussi cœurs de laitue, endives, feuilles de vigne, etc., sont des légumes couramment farcis.

Quant aux fruits, ce sont les avocats, les agrumes, le melon, les poires et les pommes.

Farcir un poisson par le dos



1. *En maintenant le poisson par le ventre, pratiquer avec un couteau à filets de sole une incision de la tête jusqu'à la nageoire caudale. Soulever un filet. Retourner le poisson vers soi et inciser pour soulever l'autre filet.*



2. *Ouvrir soigneusement le poisson en deux et, avec une paire de ciseaux, sectionner l'arête côté tête et côté queue.*



3. *Saler et poivrer l'intérieur du poisson. À l'aide d'une cuillère, déposer la farce en s'arrêtant à 1 cm pour que les deux bords du poisson se ressoudent à la cuisson.*

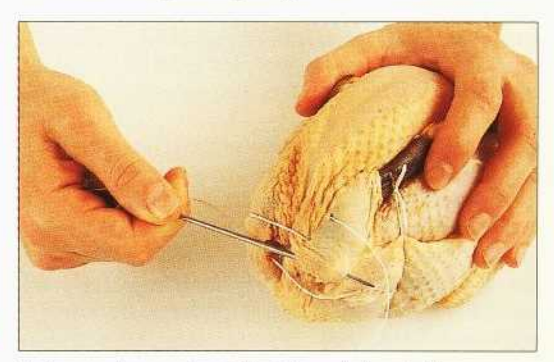
Farcir une volaille



1. *Rabattre la peau du cou contre la colonne vertébrale. Effectuer le premier bridage de la volaille, qui est réalisé côté ailerons.*



2. *Garnir la volaille de farce, en glissant celle-ci à la main à travers l'orifice anal dont on a juste ôté la bague. Veiller à bien la pousser pour garnir l'avant de la volaille.*



3. *Rentrer le croupion à l'intérieur de la volaille. À l'aide d'une aiguille et de ficelle de cuisine, coudre l'ouverture à points réguliers.*

FARINAGE Plat ou entremets à base de farine. On désigne généralement sous ce nom l'ensemble des apprêts de pâtes alimentaires servis en plat principal, ainsi que les floutes, les gnocchis, les knepfles, les Knödel, les quenelles, etc., particulièrement fréquents dans les cuisines italienne, autrichienne, allemande et alsacienne. On inclut aussi parmi les farinages les apprêts à base de farine de maïs (gaudes, miques, polenta) et de fécule (bouillies, panades), ainsi que les entremets de semoule. En revanche, on en exclut les pâtisseries et les crêpes.

FARINE Produit de la mouture des grains du blé ou d'une autre céréale (maïs, riz, sarrasin, seigle), ou de certains végétaux farineux (châtaignes, lentilles, pois chiches).

■ **Fabrication.** La mouture du froment, la céréale la plus employée en France, comporte le broyage et le blutage (ou tamisage). Le grain est criblé, épierré, trié, nettoyé, séparé des graines étrangères et parfois lavé avant d'être broyé. Cette opération se faisait autrefois dans un moulin, à l'aide de meules. Aujourd'hui, elle s'effectue le plus souvent dans de grandes minoteries, à l'aide de cylindres cannelés, puis lisses, de plus en plus rapprochés : les grains ne sont donc plus broyés, mais laminés, ce qui fait disparaître certains éléments essentiels du blé, notamment des protéines et des sels minéraux.

La qualité d'une farine s'apprécie d'abord au toucher. Les farines « rondes » sont un peu granuleuses et sèches. Les farines « plates » sont plus onctueuses et plus « fleurantes » : elles laissent une fine poussière (« fleur ») entre les doigts.

■ **Qualité.** La farine est utilisée en boulangerie, en pâtisserie et en cuisine. En meunerie, on distingue la farine « fleur » (très blanche, issue directement de la première mouture après élimination des semoules et des issues), la farine « première » (encore blanche, provenant des semoules), puis les farines « deuxième », « troisième » et « quatrième » (farines « basses »), de plus en plus teintées.

Dans le commerce, les différentes qualités de farine correspondent à des emplois spécifiques.

• **Farine ordinaire.** Elle est légèrement grisâtre, gonfle peu et est assez pauvre en protéines ; elle convient pour la pâtisserie simple (croûtes, pâte à pâté).

• **Farine pâtissière.** Elle est faite d'un blé plus riche en gluten, avec une bonne teneur en protéines ; elle gonfle davantage et elle renferme moins d'humidité ; elle convient pour les cakes, les génoises, les quatre-quarts, etc.

• **Farine supérieure.** Elle provient d'un blé de première qualité ; très pure, elle est peu humide et ne grumelle pas. Il peut s'agir de farine « de gruau » (pouvoir levant double de l'ordinaire), de farine « fluide » ou « tamisée » (faite avec des grains de blé moins écrasés, elle convient pour lier les sauces et faire des gaufres et des crêpes) ou de farine « à gâteaux » (contenant de la poudre levante).

• **Farine complète.** Elle est obtenue par mouture du blé avec le son et le germe ; elle permet de faire son pain soi-même « comme autrefois ».

• **Farine lactée.** Elle est préparée à partir d'un pain spécial ou d'un biscuit dans lequel le gluten est transformé en matières solubles, puis réduit en poudre fine après adjonction de lait, concentré sous vide et légèrement additionné de sucre. Elle est idéale pour préparer les biberons et les bouillies des jeunes enfants.

▶ **Recette** : PANADE.

FARINER Recouvrir un aliment de farine, ou poudrer de farine un moule ou un plan de travail. On farine un aliment avant de le faire frire ou sauter ; on le tapote ensuite du bout des doigts pour faire tomber l'excédent de farine. L'opération ne se fait jamais à l'avance, car la farine doit rester sèche. On farine aussi des éléments avant de les paner à l'anglaise. Enfin, on farine les morceaux d'un sauté de viande ou de volaille, une fois dorés, avant le mouillage (**voir** SINGER).

On farine également un marbre ou une planche à pâtisserie avant d'abaisser ou de travailler une pâte, pour éviter qu'elle ne colle. Certains moules et plaques à pâtisserie, enduits au pinceau de beurre clarifié, sont farinés avant qu'on y verse un appareil ou qu'on y étende une pâte, afin de faciliter le démoulage (ou de limiter l'étalement de l'appareil sur la plaque en début de cuisson).

FARINEUX Terme générique désignant les plantes alimentaires de la famille des légumineuses pouvant fournir une farine (fèves, haricots, lentilles, pois, etc.), qui peuvent être soit des légumes secs (mais pas nécessairement, au contraire des féculents), soit certains tubercules comme la pomme de terre, ou encore des fruits, comme la châtaigne ou le marron. Ce sont les aliments végétaux les plus riches en azote, et ils jouent un rôle essentiel dans la cuisine végétarienne. En France, la consommation des farineux a beaucoup diminué, comme dans tous les pays industrialisés, tandis que celle des produits carnés augmente parallèlement. Elle reste importante dans le bassin méditerranéen (pois chiches et fèves en Espagne et dans le Maghreb), en Amérique du Sud (haricots rouges et noirs) et surtout sur le continent indien.

FAUBONNE Nom d'un potage lié, préparé avec une purée de haricots blancs (ou de pois cassés, ou de petits pois), détendue soit avec du fond blanc, soit avec du consommé, auquel on ajoute une julienne de légumes (carotte, céleri, navet, poireau) fondue au beurre, un bouquet de persil et, pour finir, des pluches de cerfeuil. Autrefois, le potage Faubonne était également garni de chair de faisan rôti ou braisé, taillée en minces languettes.

FAUCHON (AUGUSTE FÉLIX) Épicier français (v. 1856 - Paris 1939). D'origine normande, il ouvrit en 1886, à Paris, place de la Madeleine, un magasin d'alimentation exclusivement consacré aux meilleurs produits français : biscuits, charcuterie, confiserie, épicerie, fromages, vins et liqueurs, volailles. Auguste Fauchon était hostile à l'« exotisme culinaire » et envoyait les clients qui en étaient friands chez son confrère Hédiard. Pendant l'entre-deux-guerres, son commerce s'agrandit

d'un salon de thé-pâtisserie et d'un service de traiteur. Depuis la mort de son fondateur, il s'est ouvert aux spécialités du monde entier, tout en conservant une sélection des produits de luxe français.

FAUX-FILET Partie de l'aloyau du bœuf située dans la région lombaire (voir planche de la découpe du bœuf pages 128 et 129). Souvent présenté avec la graisse de couverture, c'est un morceau noble quoique moins tendre que le filet, mais ayant davantage de goût. Le faux-filet (ou contre-filet) fournit, une fois désossé et paré, des rôtis ou des tranches à griller ou à poêler.
▶ **Recette** : BŒUF.

FAVART Nom d'une somptueuse garniture pour volaille ou ris de veau, dédiée à Charles Simon Favart, auteur dramatique et directeur de l'Opéra-Comique (XVIIIe siècle). Elle est composée de quenelles de volaille à l'estragon et de tartelettes emplies d'un salpicon de cèpes à la crème ; la sauce d'accompagnement est un velouté de volaille réduit, additionné de beurre d'écrevisse.

L'appellation concerne aussi un apprêt d'œufs mollets ou pochés, dressés dans des tartelettes garnies d'un salpicon de ris d'agneau, de truffes et de champignons, lié au velouté.

Elle s'applique également à un dessert appelé « timbale », qui est une brioche Richelieu, creusée et garnie de fruits entiers ou coupés en deux et de marrons vanillés, liés au sirop d'abricot au kirsch additionné de purée de marron glacé ; cette timbale est ensuite glacée à l'abricot cuit et à la purée de fruits confits.

FAVORITE (À LA) Se dit de divers apprêts créés au XIXe siècle. Le potage à la favorite est une crème d'asperge et de laitue, garnie de pointes d'asperge. C'est également un consommé lié au tapioca, garni d'une julienne de champignon et fond d'artichaut, et de petites boules de pomme de terre, le tout agrémenté de pluches de cerfeuil. On retrouve les pointes d'asperge dans une garniture pour petites pièces de boucherie sautées (avec des escalopes de foie gras surmontées de lames de truffe et nappées d'un déglaçage au madère et à la demi-glace), et dans une salade composée. Il existe aussi une garniture à la favorite pour grosses pièces de boucherie : quartiers de fond d'artichaut sautés, cœurs de céleri et pommes château.

FAVRE (JOSEPH) Cuisinier d'origine suisse (Vex 1849 - Paris 1903). Après avoir fait son apprentissage dans son pays natal, il vint à Paris, chez *Chevet*, pour se perfectionner, puis il exerça en Allemagne et en Angleterre, avant de revenir à Paris, chez *Bignon*. Il est surtout connu comme théoricien de la cuisine, et son expérience se retrouve à chaque page du *Dictionnaire universel de cuisine pratique ; encyclopédie illustrée d'hygiène alimentaire* (1re éd. 1889-1891, 2e éd. 1903). En 1877, il fonda à Genève une revue, *la Science culinaire*, dans l'espoir de voir naître une « émulation féconde parmi les cuisiniers » ; deux ans plus tard était créée l'Union universelle pour le progrès culinaire, qui allait devenir, en 1893, l'Académie de cuisine.

FÉCULE Poudre blanche tirée de toutes les parties (racines, tubercules, tiges, fruits, graines et feuilles) de certains végétaux. Il s'agit en fait d'amidon, mais on appelle généralement « fécule » l'amidon contenu dans les organes souterrains (igname, manioc, pomme de terre) et « amidon » le produit extrait des graines (blé, maïs, riz). On distingue les fécules de céréales (froment, riz, etc.), les fécules de pomme de terre, les fécules exotiques (arrow-root, igname, salep, tapioca, etc.), les fécules de fruits (châtaigne, gland doux, marron, etc.) et les fécules de légumes (haricot, lentille, pois, etc.).

La fécule de pomme de terre est très utilisée dans les industries alimentaires (charcuterie, entremets, farines diététiques, pâtisserie et puddings).

En cuisine, où la fécule sert d'abord d'épaississant pour les bouillies, les coulis, les crèmes et les liaisons, on emploie surtout la fécule de maïs, la fécule de pomme de terre, l'arrow-root et le tapioca.

FÉCULENT Légume ou fruit riche en fécule. Les féculents comprennent généralement tous les farineux (voir ce mot). Avec les céréales, ils constituent une des bases de l'alimentation ; ce sont les bananes, les châtaignes, les ignames, le manioc, les patates douces, les pommes de terre. Riches en vitamine C (qui fait défaut dans les céréales) et en glucides (amidon), mais pauvres en protéines et en sels minéraux, ce sont avant tout des aliments énergétiques.

FÉDORA Nom d'une garniture pour grosses pièces de boucherie, associant des barquettes aux pointes d'asperge, des carottes et des navets tournés et glacés, des quartiers d'orange et des marrons braisés.
▶ **Recette** : VOLAILLE.

FEIJOA Arbuste fruitier, de la famille des myrtacées, originaire d'Amérique du Sud et introduit en France au XXe siècle. Le fruit, long de 2 à 8 cm, apparaît à la fin de l'automne. Recouvert d'une mince peau verte, il a une chair riche en iode, un peu granuleuse, dont la saveur évoque à la fois la fraise et l'ananas. On le consomme frais, bien mûr, et il sert à préparer des sorbets, des confitures et des gelées. Poché, il entre dans les salades de fruits exotiques.

FEIJOADA Spécialité brésilienne qui doit son nom à l'ingrédient de base, le haricot noir *(feijao)*. Ce plat de fête complet n'est pas sans analogie avec le cassoulet.

feijoada

Mettre à tremper 12 heures dans l'eau froide 1 kg de haricots noirs et, dans un autre récipient, 1 queue de porc demi-sel et 500 g de lard fumé maigre, en renouvelant l'eau plusieurs fois. Peler 5 gousses d'ail. Égoutter les haricots et les mettre dans un grand fait-tout. Mouiller largement d'eau salée et ajouter 4 gousses d'ail et 3 feuilles de laurier. Porter à ébullition et cuire tout doucement 1 heure. Égoutter les viandes et les cuire 10 min à l'eau. Les réserver. Peler et hacher 1 oignon. Ôter le pédoncule et les graines de 2 poivrons et les détailler en lanières. Ébouillanter 500 g de tomates,

les peler, les épépiner et les concasser. Ciseler 1 petit bouquet de persil et 1 petit bouquet de ciboulette. Chauffer 3 cuillerées à soupe d'huile dans une poêle. Y faire blondir l'oignon, ajouter les poivrons, les tomates, la dernière gousse d'ail et le persil. Cuire 20 min à feu moyen en tournant. Saler. Quand les haricots s'écrasent entre les doigts, en retirer une louche avec une louche du liquide de cuisson, les écraser en purée et les rajouter dans la poêle. Parsemer de ciboulette et réserver. Couper en rondelles 6 petites saucisses fraîches, 6 petites saucisses fumées et 1 chorizo. Mettre les viandes dans le fait-tout, poivrer et pimenter. Cuire encore 1 heure, en ajoutant à mi-cuisson la purée de tomate aux oignons. Mélanger. Préparer la farofa. Faire tremper 100 g de raisins secs dans de l'eau tiède. Dans une poêle, chauffer 40 g de beurre et y dorer 1 gros oignon haché. Saler et ajouter 100 g de farine de manioc, puis 35 g de beurre, pour obtenir une sorte de sable blond. Incorporer 1 banane coupée en rondelles, les raisins égouttés et 50 g de noix de cajou grillées. Servir avec du riz additionné de rondelles d'orange et d'oignon, que chacun poudrera de farofa.

FENDANT Vin blanc suisse, principalement produit dans le Valais, sur la rive droite du Rhône, avec le cépage fendant, nom local du chasselas ; il est sec, élégant et rafraîchissant tant que son degré d'alcool reste modéré (de 10,5 à 11,8 % Vol.). Le fendant présente parfois un léger pétillement, dû à une mise en bouteilles précoce, qui ne fait qu'accentuer sa fraîcheur. Il est vendu sous le nom de la commune où il est récolté, plus rarement sous celui d'un vignoble.

FENDRE Ouvrir légèrement un poisson pour que la chaleur de cuisson pénètre plus vite les chairs (en évitant ainsi que celles-ci ne se dessèchent), ou une viande de boucherie détaillée, ou un suprême de volaille, pour y insérer une garniture.

FENOUIL Plante aromatique, de la famille des ombellifères, dont le bulbe (ou « pomme », ou « tête »), formé par la base large et charnue des feuilles qui s'imbriquent les unes dans les autres, est consommé comme légume (**voir** planche des herbes aromatiques page 561). Originaire d'Italie et disponible d'octobre à mai, le fenouil est aujourd'hui cultivé en Provence, en Italie et en Espagne ; il doit être bien blanc, ferme, arrondi, sans taches.

■ **Emplois.** Cuit, le fenouil s'accommode comme le céleri : braisé ou étuvé au beurre, parfois mijoté dans de la sauce ; au gratin (blanchi, poudré de fromage râpé, arrosé de beurre fondu, citronné ou non, et mis à four très chaud) ; au jus, mijoté dans un fond de veau brun corsé, ou à la moelle, comme les cardons. Cru et émincé en salade, il possède une odeur anisée qui se marie bien avec certains autres légumes et surtout avec la crème fraîche.

Il vaut mieux apprêter le loup au fenouil en le cuisant au four, avec quelques brins de fenouil dans le ventre pour aromatiser sa chair, plutôt que de le flamber sur des tiges de fenouil sèches.

dorade farcie au fenouil → DAURADE ROYALE ET DORADES

fenouil braisé au gras

Parer des bulbes de fenouil (les tiges, conservées finement hachées, pourront aromatiser une salade). Les blanchir 5 min à l'eau bouillante salée, les rafraîchir à l'eau froide ; égoutter et éponger. Diviser les bulbes en quartiers s'ils sont gros, les laisser entiers s'ils sont petits. Les mettre dans une sauteuse foncée de couennes de lard et de rouelles d'oignon et de carotte. Mouiller de quelques cuillerées de bouillon un peu gras. Porter à ébullition, couvrir et cuire 40 min au four préchauffé à 220 °C. Servir en accompagnement de viandes.

rouget au four au fenouil → ROUGET-BARBET

FENUGREC Plante aromatique, de la famille des papilionacées, originaire du Moyen-Orient. Cette légumineuse a une gousse allongée qui renferme des graines oblongues et aplaties, amères et riches en mucilage. Les feuilles séchées sont très odorantes ; en Turquie, en Arabie et en Inde, elles entrent dans la préparation de nombreux condiments.

Autrefois, dans les pays du Maghreb, les femmes consommaient régulièrement, afin de prendre du poids, un mélange de farine de fenugrec, d'huile d'olive et de sucre en poudre.

En Occident, cet aromate n'est guère utilisé que dans le vinaigre des pickles et des cornichons.

FER Élément essentiel de l'hémoglobine des globules rouges du sang. Les besoins en fer, estimés normalement à 10 ou 15 mg par jour, sont beaucoup plus élevés chez la femme enceinte (20 à 30 mg par jour) et chez l'enfant.

Les aliments les plus riches en fer sont les abats et les viandes (où il est plus facilement assimilable), les coquillages, les fruits oléagineux, le jaune d'œuf, les légumes secs, certains légumes verts (épinard, persil) et le pain, alors que les laitages, les fromages, les fruits et les légumes en contiennent très peu. Les tanins du café, du thé, des fruits, du vin, de la bière diminuent la capacité d'absorption du fer. Pour la santé, l'excès de fer est aussi nocif que sa carence.

FER-BLANC Feuille d'acier doux, recouverte sur ses deux faces d'une couche d'étain. Résistant à la corrosion des produits acides, imperméable à l'eau, aux graisses et aux gaz, et, en outre, très bon conducteur de la chaleur, le fer-blanc est le matériau qui convient le mieux à la fabrication des boîtes de conserve appertisées.

Il sert également à fabriquer de nombreux ustensiles de cuisine, tels que moules à pâtisserie, plaques à débarrasser, chinois, écumoires, etc. On lui préfère maintenant l'aluminium ou l'acier inoxydable pour les récipients de cuisson, car l'étamage risque de fondre à feu vif.

FERLOUCHE OU **FARLOUCHE** Garniture de tarte québécoise à base de mélasse. Elle se prépare en portant à ébullition une tasse de mélasse, une tasse de cassonade et trois tasses d'eau avec une pointe de muscade et un zeste d'orange. Hors du feu, on ajoute trois cuillerées à soupe de fécule de maïs délayée dans un peu d'eau froide, et on fait épaissir de nouveau sur le feu. La ferlouche tiède est versée sur un fond de tarte déjà cuit et on la garnit de noix hachées ou de raisins secs.

FERMENT Micro-organisme (bactérie, levure, moisissure) responsable de la fermentation des aliments (bière, charcuterie, fromages, vins, etc.). Dans la fabrication des fromages, les ferments lactiques (lactobacilles et streptocoques) transforment le lactose en acide lactique ; les ferments caséiques, eux, solubilisent les pâtes molles ; et les ferments propioniques dégradent les matières grasses des pâtes pressées cuites durant leur affinage.

FERMENTATION Transformation spontanée ou provoquée de certains constituants des aliments, sous l'influence de levures ou de bactéries. Ces micro-organismes sont soit présents naturellement dans les aliments, soit ajoutés pour les besoins d'une fabrication. Le type de fermentation varie selon l'aliment, le ferment et la durée du processus, qui aboutit à la formation d'acides ou d'alcools : fabrication du vinaigre, fermentation lactique (pour le lait, les céréales et les légumes) ou alcoolique.

Les principaux aliments fermentés sont les pâtes levées, les produits lactés (fromages, kéfir, koumis, lait caillé, yaourt), la viande (saucisson cru) et les boissons (bière, cidre, hydromel, kwas, poiré, vin), mais aussi certaines préparations de céréales (notamment en Inde et en Afrique) et des légumes fermentés (choucroute ; concombre et betterave rouge en Europe de l'Est ; mélange de légumes émincés en Chine). C'est en Extrême-Orient que l'on trouve la plus grande variété d'aliments fermentés, à base de soja, de riz et de légumineuses, voire de poisson (nuoc-mâm).

La fermentation est un excellent procédé de conservation, qui améliore en outre la valeur nutritive des aliments (plus grande digestibilité et plus grande efficacité des protéines).

FERMIÈRE (À LA) Se dit de divers apprêts (grosses pièces de boucherie, volailles à la casserole ou poêlées, petites pièces de boucherie sautées, poissons au four) servis avec des légumes étuvés au beurre et parfois incorporés à la cuisson.

Les légumes ainsi préparés garnissent aussi une omelette, ainsi qu'un potage auquel on ajoute des tranches très minces de pomme de terre ou des haricots blancs.

▶ **Recette** : RISSOLE.

FERVAL Nom d'une garniture pour entrées, composée de fonds d'artichaut étuvés et de pommes croquettes fourrées de petits dés de jambon.

FESTONNER Disposer en festons, sur la bordure d'un plat de service, des éléments décoratifs : croûtons de pain de mie ou dés de gelée, demi-tranches de citron cannelées, fleurons, selon que l'apprêt est chaud ou froid.

FETA Fromage frais de lait de brebis, parfois de chèvre (taux de matières grasses variable). C'est le plus connu des fromages grecs, dont l'origine remonte à l'Antiquité (**voir** tableau des fromages étrangers page 497). Aujourd'hui, sa fabrication suit le procédé traditionnel : le lait caillé est divisé, mis à égoutter dans un moule sans fond ou un sac de toile, puis découpé en grosses tranches, qui sont salées sur les deux faces et entassées dans des barils emplis de petit-lait ou de saumure.

Cette pâte fraîche au goût acidulé, célèbre dans tout le bassin oriental de la Méditerranée, est surtout utilisée en cuisine (feuilletés, gratins, salades composées) ou en petits hors-d'œuvre (mézès), accompagnés d'ouzo (**voir** ce mot).

FEUILLE D'AUTOMNE Gâteau rond à base de meringue et de mousse au chocolat, présenté dans une enveloppe de fines feuilles plissées de chocolat noir. Rendu populaire par le pâtissier Gaston Lenôtre, la feuille d'automne se compose de deux épaisseurs de meringue française parfumée à la vanille et d'une épaisseur de pâte meringuée aux amandes, fourrées d'une mousse au chocolat à base de beurre.

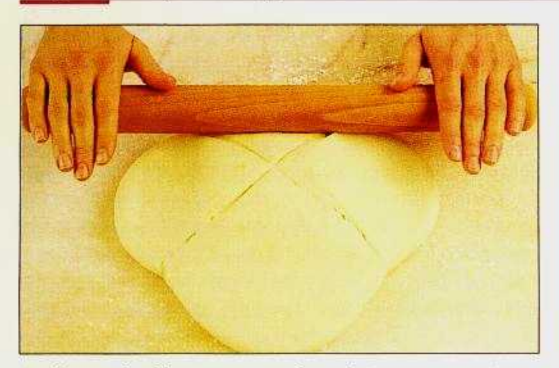
FEUILLE DE DREUX Fromage francilien de lait de vache partiellement écrémé (de 30 à 40 % de matières grasses), à pâte molle, jaune doré, et à croûte fleurie, gris bleuâtre, tachée de rouille (**voir** tableau des fromages français page 496). Il se présente sous la forme d'un disque plat de 18 cm de diamètre et de 2 ou 3 cm d'épaisseur, mais souvent plus petit, enveloppé de feuilles de châtaignier.

FEUILLET Troisième poche de l'estomac des ruminants, entrant, avec d'autres parties de cet estomac, dans la préparation des tripes. Appelé aussi « réseau », le feuillet a une paroi interne qui comporte de multiples plis, ou feuilles, entre lesquels les aliments sont malaxés.

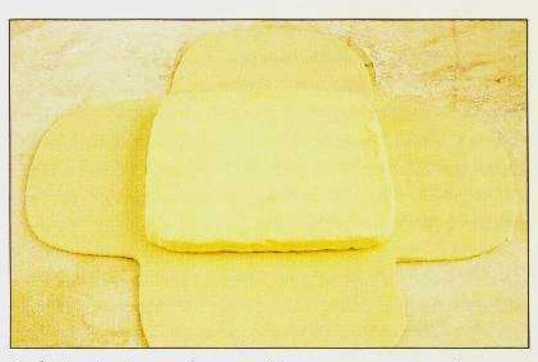
FEUILLETAGE Préparation de la pâte feuilletée. Le feuilletage consiste à travailler la pâte (détrempe) en lui incorporant du beurre par la technique du « tourage », c'est-à-dire en la pliant sur elle-même et en l'aplatissant au rouleau un certain nombre de fois, tout en la laissant reposer entre chaque opération. Plus on fait de tours (jusqu'à huit), plus les « feuillets » sont gonflés et nombreux. On donne également le nom de « feuilletage » à la pâtisserie ainsi réalisée.

■ **Histoire.** La pâte feuilletée était déjà connue des Grecs et des Arabes, qui la préparaient à l'huile. Les croisés l'introduisirent en France et en Autriche. Dans une charte de Robert d'Amiens (1311), il est fait mention de « gâteaux feuilletés ». À la même époque, la ville de Cahors créait une spécialité de pâte feuilletée

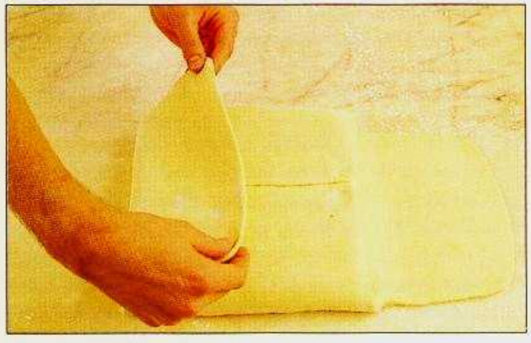
Préparer un feuilletage



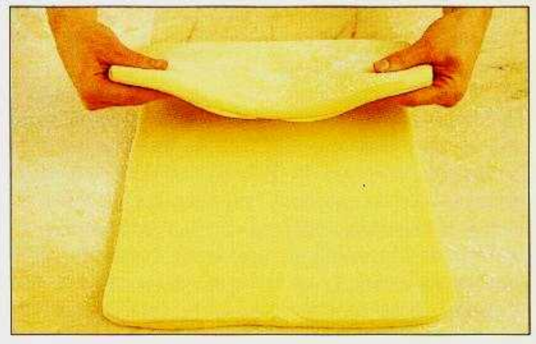
1. *Abaisser la détrempe en cercle en laissant une petite épaisseur au centre. Marquer le milieu d'une croix.*



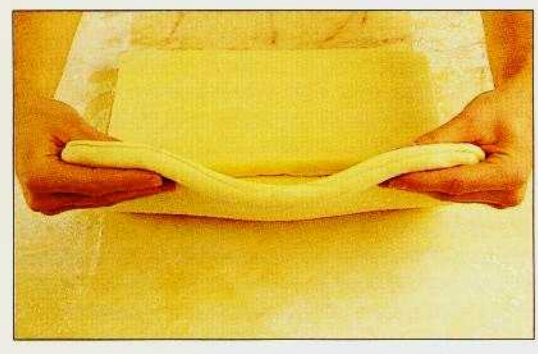
2. *Étaler la pâte en formant 4 languettes aux angles bien droits et poser le beurre au milieu de la détrempe.*



3. *Replier les languettes de pâte sur le beurre de manière à former un carré aux angles bien nets.*



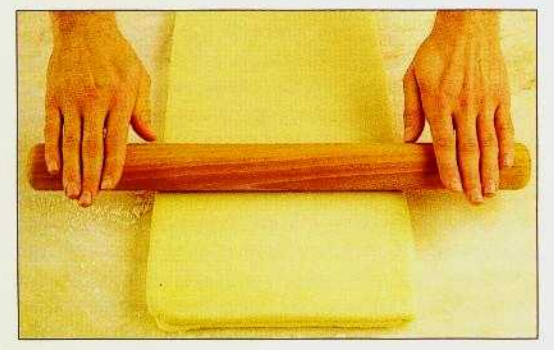
4. *Abaisser la pâte en rectangle et commencer par former un premier pli.*



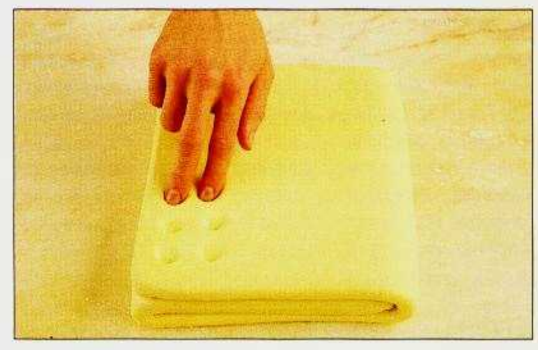
5. *Rabattre sur le deuxième tiers comme pour plier une lettre commerciale.*



6. *Faire faire un quart de tour à la pâte et l'étaler à nouveau pour recommencer le pliage.*



7. *Répéter 2 fois l'opération, qui porte le nom de « tourage » de la pâte, en marquant à chaque fois le tour effectué.*



8. *Envelopper la pâte et la laisser reposer. Les marques permettent de se souvenir du nombre de tours donnés.*

à l'huile, qu'elle conserva longtemps. Les fleurons de feuilletage s'employaient déjà au XVe siècle à la cour du grand-duc de Toscane, pour orner les apprêts d'épinards. Le peintre Claude Gellée, dit le Lorrain (1600-1682), qui avait débuté comme apprenti pâtissier, passa longtemps pour l'« inventeur » de la pâte feuilletée. Cette paternité lui fut disputée par un certain Feuillet, au nom prédestiné, pâtissier du prince de Condé, dont Antonin Carême parle élogieusement dans son *Pâtissier royal*.

■ **Emplois.** Le feuilletage, léger, doré et croustillant, presque jamais sucré quelle que soit sa destination, est le plus souvent farci, garni ou fourré. Ses emplois sont multiples en cuisine (allumettes, bouchées, fleurons, paillettes, pâtés, rissoles, tourtes, vol-au-vent) et en pâtisserie (barquettes, cornets, dartois, galettes, mille-feuilles, pithiviers, tartes, tartelettes). Plusieurs modes de préparation sont possibles, en fonction du nombre de tours et du corps gras (beurre, margarine spéciale enrichie de beurre, saindoux, graisse d'oie ou huile). On peut incorporer des jaunes d'œuf, du sucre, du rhum (pâte feuilletée à la viennoise).

Le feuilletage inverse consiste d'un côté à mélanger le beurre et une partie de la farine, de l'autre à faire une détrempe classique et à l'enchâsser dans la préparation beurre-farine, puis de donner les tours comme pour un feuilletage classique. Cette méthode permet d'obtenir une texture plus fondante et friable.

On appelle « demi-feuilletage » ce qui reste de la pâte feuilletée après la découpe des abaisses. Ces chutes sont appuyées les unes contre les autres sans malaxage, abaissées au rouleau et utilisées pour foncer barquettes ou tartelettes, ou pour réaliser fleurons et autres éléments de décor.

pâte feuilletée : préparation

Disposer 500 g de farine en fontaine sur un plan de travail. Poudrer de 10 g de sel fin et verser 2,5 dl d'eau froide au centre. Tourner à la main de l'intérieur vers l'extérieur, de façon que l'eau imprègne la farine progressivement, sans faire de grumeaux. Mélanger rapidement pour rendre cette détrempe homogène, la rassembler en boule, la déposer sur une assiette et la laisser reposer 30 min dans un endroit frais. Ramollir 500 g de beurre à la spatule de bois (il doit avoir exactement la même consistance que la détrempe). Fariner légèrement le plan de travail et y abaisser la détrempe en un carré de 20 cm de côté. Étaler le beurre sur la pâte, sans aller jusqu'aux bords ; replier la pâte en quatre (deux côtés opposés d'abord, puis les deux autres). Laisser reposer ce pâton 15 min au frais (mais pas au froid, qui durcirait le beurre). Fariner à nouveau le plan de travail, très légèrement ; y déposer le pâton et l'abaisser en un rectangle de 60 cm de long sur 20 cm de large environ, ayant partout la même épaisseur. Replier le rectangle en trois : c'est le premier « tour ». Le faire pivoter d'un quart de tour et, en plaçant le rouleau perpendiculairement aux plis, abaisser à nouveau la pâte, doucement, en un rectangle de la même taille que le précédent. Replier à nouveau la pâte en trois et laisser reposer 15 min. Recommencer l'opération (abaisser, tourner, plier) quatre fois encore, en laissant la pâte reposer 15 min entre chaque « tourage » et en marquant chaque fois la pâte du bout des doigts pour indiquer le nombre d'opérations effectuées. Au 6e tour, allonger la pâte dans les deux sens. Ainsi faite, la pâte feuilletée est dite « à six tours ».

pirojki feuilletés → PIROJKI
tourteaux en feuilleté → TOURTEAU

FEUILLETÉ Apprêt réalisé en pâte feuilletée, garni d'un appareil quelconque (fromage, jambon ou fruits de mer) et détaillé en allumettes ou en triangles, servi en entrée chaude.

Les feuilletés sont aussi des petits bâtonnets en pâte feuilletée, passés à la dorure et parsemés de cumin, de fromage ou de paprika, que l'on sert, chauds ou froids, en amuse-gueule.

bâtons feuilletés glacés → BÂTONNET

RECETTE D'ANDRÉ GUILLOT

feuilletés de coquilles Saint-Jacques

« Ouvrir, parer et nettoyer 16 coquilles Saint-Jacques. Les faire sauter à feu vif dans un plat à sauter épais avec 200 g de beurre et du poivre du moulin. Les retourner et les retirer au bout de 3 min. Faire réduire dans une poêle, jusqu'à une consistance sirupeuse, 2 cuillerées d'échalote écrasée et hachée avec 1/4 de litre de vermouth. Ajouter 7,5 dl de crème fraîche, 1 cuillerée à café de moutarde, du poivre du moulin et 200 g de têtes de champignon cru, émincées. Faire réduire à feu vif. Ajouter alors les coquilles et l'eau qu'elles ont rendue. Faire réduire à nouveau 2 min. Détailler 400 g de feuilletage en 8 abaisses rectangulaires de 2 mm d'épaisseur. Garnir 4 de ces abaisses de 4 coquilles chacune et d'un peu de sauce. Recouvrir avec la seconde série d'abaisses, dorer les bords à l'œuf pour bien les souder. Cuire à four chaud 12 min environ. Servir avec, à part, le reste de la sauce. »

feuilletés de foies de volaille

Préparer des croustades en pâte feuilletée. Nettoyer des foies de volaille (poulet ou canard) ; en éliminer soigneusement le fiel ; séparer les lobes, les détailler en escalopes très fines ; les saler, les poivrer, puis les faire sauter vivement au beurre brûlant, puis égoutter. Faire également sauter au beurre, avec un petit hachis d'échalotes, d'ail, de fines herbes des champignons (mousserons, champignons de Paris...), nettoyés et émincés. Saler et poivrer. Faire chauffer au four les croustades vides. Ajouter assez de sauce madère dans le récipient de cuisson des champignons pour que les éléments de garniture des croustades puissent en être enrobés et y joindre les foies, le temps de les réchauffer. Garnir les croustades avec



ce mélange et les servir brûlantes, décorées ou non de lames de truffe pochées au madère. On peut aussi déglacer la cuisson des foies et des champignons au madère, puis la laisser épaissir par réduction. (**Voir** photographie page ci-contre.)

FEUILLETON Apprêt fait de tranches de veau ou de porc très minces, aplaties, masquées de farce et superposées, puis enveloppées de bardes de lard ou de crépine et ficelées. Le feuilleton se réalise aussi avec une seule pièce de viande incisée en tranches parallèles mais non détachées, également masquées de farce et ficelées. Le feuilleton est étuvé ou braisé et servi avec une garniture bourgeoise ou des légumes braisés (céleri, endive, laitue, etc.).

feuilleton de veau à l'ancienne

Couper 10 tranches minces de noix ou de sous-noix de veau et les aplatir à la batte à côtelette pour obtenir des feuilles rectangulaires. Les saler, les poivrer et les poudrer de 1 pointe de quatre-épices. Préparer une farce fine de porc, additionnée du tiers de son volume de farce à gratin, d'autant de duxelles de champignon sèche et liée aux œufs. Poser une tranche sur un morceau de barde de lard gras légèrement plus grand qu'elle et la masquer d'une couche de farce. Poser une deuxième tranche sur la première et continuer ainsi en masquant chaque tranche d'une couche de farce. Terminer par une couche de farce. Enduire de la même farce les côtés du feuilleton. Recouvrir d'une barde de lard et la rabattre sur les quatre côtés. Ficeler le feuilleton pour lui donner une forme bien régulière. Le mettre dans une daubière beurrée, foncée de couennes de lard et de rouelles d'oignon et de carotte. Ajouter 1 bouquet garni. Faire suer 20 min à couvert, puis mouiller de 2,5 dl de vin blanc et faire réduire de moitié ; ajouter 2,5 dl de jus brun de veau et faire réduire à glace. Mouiller de 5 dl de jus. Couvrir et cuire 1 h 45 au four préchauffé à 190 °C, en arrosant plusieurs fois pendant la cuisson. Égoutter le feuilleton, le déficeler et le dresser sur un plat allant au four ; le napper de quelques cuillerées du fond de braisage et le glacer au four en l'arrosant trois ou quatre fois.

FÈVE Plante potagère de la famille des papilionacées, comme les haricots, cultivée pour ses grosses graines comestibles. Originaire de Perse et d'Afrique, la fève est connue et consommée dans le Bassin méditerranéen depuis la plus haute antiquité, notamment en Égypte.

Chez les Anciens, elle servait aussi de jeton de vote lors des saturnales, pour désigner le roi du banquet : la fève de la galette des Rois, souvent remplacée par une figurine, perpétue d'ailleurs cette coutume.

◀
Feuilleté de foies de volaille
Recette voir page 457.

■ **Emplois**. Particulièrement riche en protides et en vitamines, même à l'état sec, la fève est la plus nourrissante de toutes les légumineuses (64 Kcal pour 100 g quand elle est fraîche).

En France, où elle est cultivée dans le Sud-Est et le Sud-Ouest, elle fut jadis largement consommée. Elle était, avant le haricot, le légume du cassoulet. Elle reste une des bases de l'alimentation en Orient et en Afrique du Nord.

Les fèves fraîches du Midi apparaissent sur le marché en mai et en juin et y demeurent tout l'été. On les mange soit vertes, à la croque-au-sel, soit mûres, cuites à l'eau bouillante après avoir été « dérobées » (débarrassées de la pellicule blanche élastique qui les recouvre).

Les fèves sèches, disponibles toute l'année, sont plus caloriques (343 Kcal pour 100 g) ; avant cuisson, elles doivent tremper environ douze heures.

Si l'apprêt le plus classique des fèves est la purée, qui accompagne très bien le porc, l'apprêt le plus « gastronomique » est espagnol : c'est la *fabada* des Asturies, sorte de cassoulet aux fèves, garni de boudin, de chorizo, de palette de porc et de chou blanc.

Les premiers Européens installés en Amérique faisaient une importante consommation de légumineuses indigènes.

Au Québec, celles-ci ont gardé le nom de fèves («fayots» chez les Acadiens). Il est resté de cette époque un plat traditionnel, les fèves au lard, que l'on prépare avec des petits haricots blancs, ou d'autres haricots plus gros, voire des haricots rouges. On fait d'abord tremper, puis bouillir les fèves. Elles sont ensuite mises dans un récipient en grès et recouvertes de bardes de lard salé et de l'eau de cuisson, assaisonnée et additionnée de mélasse et de moutarde sèche ; elles cuisent ensuite à couvert de 6 à 10 heures à four doux ; on enlève le couvercle 30 min avant la fin de la cuisson pour dorer le lard (**voir** GOURGANE).

▶ **Recettes** : PURÉE, SALADE.

FIADONE Tartelette corse, préparée avec un mélange de sucre, de broccio frais et de zeste de citron. Il en existe plusieurs recettes, dont l'une consiste à incorporer les blancs battus en neige au mélange de jaunes, de fromage écrasé et de citron, que l'on parfume parfois avec un peu d'eau-de-vie.

FIASQUE Bouteille à goulot long et étroit, dont la panse ventrue est enveloppée de paille tressée. La fiasque (de l'italien *fiasco*, « bouteille ») est principalement utilisée pour le chianti.

FIBRE Partie d'un aliment végétal non absorbable par l'intestin humain, constituée de cellulose, d'hémicelluloses, de pectines et de lignine, qui, tous, influencent favorablement le transit intestinal. Les céréales complètes, les fruits et les légumes frais, le son de blé contiennent beaucoup de fibres.

FICELLE Fine cordelette de chanvre ou de lin, utilisée en boucherie pour ficeler les viandes à rôtir, à braiser ou à pocher, et en cuisine pour lier les abattis

des volailles (voir BRIDER). On s'en sert également pour recoudre les viandes et les volailles une fois farcies, et pour attacher les paupiettes, le chou farci, etc.

Le gigot « à la ficelle » est rôti devant un feu vif, suspendu par une ficelle qui permet au rôtisseur de lui imprimer un mouvement de rotation ; cet apprêt, plus pittoresque que gastronomique, est attribué à Alexandre Dumas. Quant au bœuf à la ficelle, il cuit dans une mousseline attachée par de la ficelle aux poignées du fait-tout, de façon à ne pas toucher le fond du récipient. Enfin, la ficelle permet de maintenir en place les bouchons que la pression pourrait faire sauter, lors de la mise en bouteilles de boissons ou de conserves ménagères.

En boulangerie, la ficelle est un pain de fantaisie long et mince, équivalant en poids à la demi-baguette.

▶ **Recette** : BŒUF.

FIEL Bile des animaux de boucherie, des volailles et du gibier, sécrétée par le foie et emmagasinée dans une poche (vésicule biliaire). Quand on vide une volaille ou un gibier à plume, il faut veiller à ne pas crever cette poche qui contient le fiel, car celui-ci modifierait le goût de la chair par son amertume.

FIGUE Fruit du figuier, piriforme ou globuleux, qui se consomme frais ou sec (voir tableau des fruits exotiques pages 502 et 503). Originaire d'Orient, répandue dans tout le bassin méditerranéen, la figue était déjà très appréciée des Anciens. Les Romains la dégustaient avec du jambon cuit et s'en servaient pour gaver les oies. Les Phéniciens la consommaient sèche, lors de leurs voyages en mer ; ils ont sans doute contribué à sa diffusion. C'est à la ruse des Corinthiens, qui mélangeaient des figues, moins chères, aux raisins que Venise leur achetait, que l'on doit l'expression « mi-figue, mi-raisin ».

■ **Figues fraîches.** Disponibles de fin juin à novembre, les figues sont des fruits fragiles, qui ne se conservent pas plus de 24 heures. Elles sont assez énergétiques (80 Kcal pour 100 g), riches en glucides, en potassium et en vitamines (A, B et C). Mûres, elles présentent de petites crevasses superficielles et résistent peu à la pression du doigt, mais elles ne doivent pas être trop molles. La fermeté de la queue est un bon indice de fraîcheur. On les cueille parfois un peu avant maturité complète pour pouvoir les transporter, mais elles sont alors moins juteuses. Il existe deux grandes variétés de figues : les blanches et les violettes, les premières étant généralement plus juteuses et plus savoureuses.

Les figues se distinguent aussi par leur taille, leur chair et leur peau :

– très grosse avec une peau fine, verte marbrée de jaune, et une chair juteuse et fruitée (juin et juillet) ;
– grosse avec une peau épaisse, violette, et une chair pas très juteuse mais savoureuse (violette de Solliès, en provenance du Var, à partir de la mi-août) ;
– moyenne, jaune, avec une chair un peu molle, moins savoureuse que la précédente (fin juin et juillet) ;
– petite et piriforme, avec une peau violacée très fine et une chair très juteuse (recherchée mais rare, à partir de la fin août) ;
– petite, à peau blanche très fine, à chair sucrée et fondante (la « marseillaise », rare, à partir de septembre).

Fruits de dessert par excellence, les figues sont consommées nature ou apprêtées comme les abricots. On les sert aussi en hors-d'œuvre froid, avec du jambon cru. Les violettes à peau épaisse accompagnent le canard, le lapin, la pintade et le porc (d'abord cuites au four, puis mijotées quelques minutes dans le jus de la viande ou de la volaille). Enfin, on fait avec les figues des confitures et diverses boissons fermentées, notamment la boukha tunisienne.

■ **Figues sèches.** Très nourrissantes (275 Kcal pour 100 g), les figues sèches, riches en sucre et en vitamines, proviennent le plus souvent de Turquie. Elles sont blanches, séchées d'abord au soleil, lavées à l'eau de mer, puis passées à l'étuve. Elles arrivent sur le marché français à partir d'octobre. Très parfumées, brunes et gonflées en début de saison, elles se dessèchent progressivement et deviennent plus claires.

Les meilleures figues sèches, présentées liées avec un brin de raphia, se dégustent crues, nature ou farcies d'amandes ou de noix. Les figues vendues agglomérées, en paquets plats et rectangulaires, ont été ouvertes en éventail et tassées.

Il vaut mieux choisir des figues vendues en vrac plutôt que celles qui se trouvent en barquettes ou en paniers, car leur origine figure sur la caisse : les italiennes sont considérées comme moins fines que les turques ; les grecques sont plus dures. On les mange en compotes, cuites au vin, accompagnées de riz au lait, de crème à la vanille, etc.

Les figues sèches accompagnent très bien le porc ou le lapin, tout comme les pruneaux ; gonflées au porto et ajoutées en fin de cuisson dans la cocotte, elles sont particulièrement savoureuses avec le faisan et la pintade braisés. On en fait également une boisson, la figuette.

compote de figue sèche → COMPOTE
confit de foie gras, quenelles de figues et noix → FOIE GRAS

figues au cabécou en coffret, salade de haricots verts aux raisins

Détailler 2 cabécous en quatre. Couper 8 figues à 1,5 cm du haut et les vider du tiers de leur pulpe. Hacher grossièrement 1/2 botte de ciboulette. Trier, laver et cuire à l'eau salée 400 g de haricots verts très fins, en les gardant al dente. Faire macérer 60 g de raisins secs dans 6 cl de vinaigrette, jusqu'à ce qu'ils soient bien ramollis. Farcir l'intérieur de chaque figue de 1/4 de cabécou. Découper à l'emporte-pièce cannelé des ronds de feuilletage très fins de 6 cm de diamètre et les dorer à l'œuf. Poser une figue farcie sur chaque carré de feuilletage et badigeonner d'œuf les bords et l'extérieur de celui-ci. Cuire 20 min au four

▶
Figues au cabécou en coffret, salade de haricots verts aux raisins



préchauffé à 210 °C. Au bout de 15 min, recouvrir les figues de leur chapeau. Assaisonner les haricots verts de vinaigrette aux raisins et incorporer la ciboulette. Dresser sur chaque assiette un lit de légumes, y déposer 2 figues en coffret et décorer d'amandes effilées.

figues à la mousse de framboise
Peler et couper en quartiers des figues blanches bien mûres, mais fermes. Préparer une mousse de framboise en additionnant de 2 dl de crème Chantilly 250 g de framboises sucrées au sucre glace et passées au tamis. Disposer les quartiers de figue dans une coupe, les masquer de mousse de framboise et mettre 30 min dans le réfrigérateur avant de servir.

RECETTE D'ALAIN SENDERENS

figues rôties et coulis de fruits rouges
« Faire fondre 50 g de beurre dans une poêle. Ajouter 16 belles figues fraîches et 3 cuillerées à soupe de sucre en poudre. Les dorer légèrement sur le feu, puis les cuire 8 à 10 min au four préchauffé à 210 °C. Les sortir et les ouvrir en fleur à l'aide de ciseaux. Remplir les figues avec 200 g de framboises fraîches. Répartir dans 4 assiettes 3 dl de coulis de fraise ou de framboise, et y disposer les figues. Placer 1 boule de glace à la vanille au centre de chaque assiette. Servir aussitôt. »

tarte aux figues → TARTE

FIGUE DE BARBARIE Fruit d'une plante grasse aux raquettes arrondies, originaire de l'Amérique tropicale, très répandue dans le Bassin méditerranéen. Rouge-orangé, ovale, couverte d'une peau épaisse hérissée de fines épines, la figue de Barbarie possède une chair jaune-orangé, fraîche et acidulée, parsemée de pépins craquants. Avant de l'utiliser, il faut toujours la débarrasser de ses piquants (en la frottant avec un torchon épais et rugueux, par exemple), puis la peler. On la consomme nature ou en compote, et elle entre dans la composition de sorbets ou de confitures.

FILET Morceau particulièrement tendre de la région lombaire des animaux de boucherie, et de la région pectorale des volailles (voir planches de la découpe des viandes pages 22, 128 et 129, 839 et 1083).

Le filet de bœuf ou de cheval, allongé, est constitué d'un ensemble de plusieurs muscles : on distingue la tête, le cœur (au milieu) et la queue. Paré, il ne représente qu'environ 2 % du poids de la carcasse. En rôti bardé, le filet peut être piqué de lard ; c'est une pièce de choix. On le détaille aussi en tranches assez épaisses (chateaubriand) ou en tournedos.

Le filet d'Anvers est le rond de gîte de bœuf, salé, fumé et séché. Il se consomme cru, en tranches fines.

Le filet américain est le nom belge du steak tartare.

Le filet de veau correspond au filet de bœuf. On le cuit entier ou détaillé en escalopes ou en tranches plus épaisses, appelées « mignons », « médaillons » ou « grenadins ». La côte filet correspond à toute la région lombaire ; on y prélève des côtes sans manche du même nom.

Le filet, ou côte filet, de mouton est souvent présenté avec une partie des muscles abdominaux ; on le détaille en côtelettes, simples ou doubles. Entier, il prend le nom de « selle anglaise », qui est rôtie.

Le filet d'agneau, désossé, paré, roulé et ficelé, est détaillé en « noisettes ».

Le filet de porc est détaillé en côtes, qui ne comportent pas de manche, en rôtis entiers, le plus souvent désossés.

Le filet de volaille ou de gibier à plume est un morceau long et effilé, qui correspond au blanc (il prend le nom de « magret » chez le canard élevé pour son foie gras).

Les filets de poisson sont constitués par la chair située le long de l'arête dorsale ; ils sont au nombre de quatre sur les poissons plats, de deux sur les ronds. On les lève à cru pour les apprêter pochés, poêlés, marinés, voire roulés en paupiette, ou sur le poisson cuit, désarêté, au moment du service.

▶ **Recettes** : BAR, BARBUE, BŒUF, BROCHETTE, CANARD SAUVAGE, DAURADE ROYALE ET DORADES, FAISAN, GRATIN, HARENG, LIÈVRE, LOUP, MAQUEREAU, ORLY, ROUGET-BARBET, SOLE, TURBOT.

FILET MIGNON Portion d'un petit muscle du bœuf, situé à l'intérieur de la cage thoracique, le long des premières vertèbres dorsales. Paré, le filet mignon fournit un ou deux biftecks ; non paré, il est utilisé en bourguignon.

Chez le porc, il correspond au filet de bœuf ; il peut être rôti ou poêlé, détaillé en médaillons ou coupé en petits morceaux pour brochettes (voir planche de la découpe du porc page 839).

▶ **Recette** : VEAU.

FILET DE SAXE Filet de porc salé, bardé ou non, emballé dans une baudruche ou une pellicule de Cellophane et fumé. Le filet de Saxe est proche du bacon, mais plus moelleux.

FILETER Lever les filets d'un poisson préalablement habillé. Cette opération (appelée « filetage ») s'effectue sur une planche réservée à la manipulation des poissons, à l'aide d'un couteau spécial appelé « couteau à filets de sole ».

FILTRE Récipient poreux ou percé de trous, permettant de débarrasser un liquide des matières solides qu'il contient. En cuisine, on filtre les liquides à travers une étamine ou une mousseline.

Le filtre à café contient le café moulu sur lequel on verse l'eau bouillante. Il peut être en métal, en terre ou en porcelaine perforés, ou en tissu (la « chaussette »). Dans de nombreuses cafetières modernes, le filtre est un cône en papier spécial, que l'on place dans un support.

Le café-filtre, ou filtre, est un café que l'on passe directement dans la tasse, au moyen d'un filtre individuel, généralement en métal.

FINANCIER Petit gâteau fait d'une pâte à biscuit enrichie de poudre d'amande, de beurre blond et de blancs d'œuf, de forme ovale ou rectangulaire. Le financier est également une grosse pièce de pâtisserie, faite avec la même pâte et agrémentée d'amandes effilées et de fruits confits. Les petits financiers servent parfois de fonds à des petits-fours glacés, et les gros financiers, cuits dans des moules de taille décroissante, à l'édification d'une pièce montée.

financiers aux amandes
Préchauffer le four à 200 °C. Beurrer 16 moules de 10 cm de long sur 5 cm de large. Tamiser 100 g de farine et la verser dans une terrine. Ajouter 100 g d'amandes en poudre, 300 g de sucre cristallisé fin, 2 ou 3 sachets de sucre vanillé et 1 pincée de sel ; bien mélanger le tout. Faire blondir 150 g de beurre. Fouetter 8 blancs d'œuf en neige très ferme avec 1 pincée de sel ; les incorporer délicatement au mélange contenu dans la terrine. Verser enfin rapidement le beurre fondu. Répartir la préparation entre les moules et cuire de 15 à 20 min au four : les financiers doivent dorer. Démouler et laisser refroidir sur une grille. On peut ensuite masquer les financiers de fondant au kirsch ou au chocolat.

FINANCIÈRE (À LA) Se dit d'une garniture classique très « riche », destinée soit à accompagner pièces de boucherie, ris de veau ou volailles poêlées, soit à garnir bouchées, croûtes, timbales ou vol-au-vent. C'est un ragoût associant crêtes de coq, quenelles de volaille, têtes de champignon, olives vertes et salpicon de truffes au madère, le tout lié d'une sauce au madère et à l'essence de truffe. Les mêmes éléments servent à confectionner les attereaux à la financière.
▶ **Recettes** : RIS, SAUCE, VOL-AU-VENT.

FINE CHAMPAGNE Cognac de qualité supérieure, provenant de vins récoltés dans les régions de Charente appelées Grande et Petite Champagne (avec au moins 50 % de vins de Grande Champagne). Légalement, le mot « fine » désigne une eau-de-vie naturelle de bonne qualité, produite dans une région déterminée : la fine calvados, par exemple, est faite avec du cidre de Normandie.
▶ **Recettes** : BÉCASSE, GLACE ET CRÈME GLACÉE.

FINES HERBES Herbes aromatiques, généralement vertes, utilisées fraîchement ciselées ou hachées pour parfumer une sauce, aromatiser un fromage blanc, cuisiner une viande ou un légume sauté, garnir une omelette (voir planche des herbes aromatiques page 561). Il s'agit habituellement de persil, de cerfeuil, d'estragon, de ciboule et de ciboulette, diversement associés ; autrefois, on y ajoutait des champignons hachés. Certains chefs rangent parmi les fines herbes les tiges de céleri ou de fenouil, le basilic, le romarin, le thym et le laurier, qui s'utilisent, en fait, plutôt isolément ou dans un bouquet garni.
▶ **Recettes** : GRENOUILLE, OMELETTE, PÂTÉ, SAUCE, VEAU.

FINIR Terminer une préparation par une dernière mise au point de l'assaisonnement, de la consistance, de la décoration, etc. La finition de certains potages se fait par l'adjonction de pluches de cerfeuil, de beurre frais, de crème fraîche. Un civet se « finit » généralement par une liaison au sang. Un mets nappé de sauce Mornay est « fini » par un glaçage sous le gril.

FINLANDE La cuisine finnoise traditionnelle reflète la situation géographique et historique du pays : un œil à l'ouest, une oreille à l'est.

■ **Spécialités régionales.** Comme en Alsace, on pratique à l'est la fermentation des légumes (choucroute de chou ou de navet, concombre et betterave rouge en saumure). La potée carélienne *(karjalanpaisti)* se fait avec les trois viandes du *baeckeoffa* (porc, bœuf, agneau), mais le vin est remplacé par de l'eau. L'influence slave se fait sentir avec le borchtch, les blinis, les pirojki caréliens, le *karjalanpiirrakk* (petite tarte au seigle farcie de purée de pomme de terre ou de riz, servie avec du beurre fondu et des œufs durs) ou le *vorshmack* (hachis d'agneau, de bœuf et de hareng salé, relevé d'ail et d'oignon).

Dans l'Ouest et le Sud, on entretient la tradition de la table scandinave, avec son abondance d'entrées froides. Pâtisseries, pains secs et brioches à la cardamome *(pulla)* sont également très appréciés.

Le Nord est marqué par la culture lapone. La viande de renne est salée, séchée, fumée, ou mijotée avec des os à moelle, mais se consomme aussi crue, en carpaccio. Le plat le plus classique est le *poronkäristys*, un émincé de renne sauté, servi avec de la purée de pomme de terre et des airelles écrasées et sucrées.

■ **Au royaume du poisson.** La Finlande est la plus grande réserve européenne de poissons d'eau douce. La Baltique, parce qu'elle est très faiblement salée, accueille la plupart des espèces qui vivent dans les milliers de lacs du pays : les anguilles, lavarets *(siika)*, corégones blancs *(muikku)*, ombles, perches, truites, sandres, saumons, mais aussi les brèmes, brochets et harengs sont fumés, salés et marinés. Le robuste *kalakukko* est un pain de seigle farci de corégones ou de petites perches et de lard, et le tartare de filets de perche est très à la mode. Lors des fêtes de fin d'été, les écrevisses cuites au court-bouillon avec des feuilles d'aneth constituent un plat raffiné copieusement arrosé de *koskenkorva* (vodka).

Enfin, la nature abonde en gibier : colvert, élan, lagopède, lièvre.

■ **Plaisirs de la cueillette.** C'est une activité très populaire en Finlande. Outre les champignons des bois qui donneront pickles, ragoûts, salades, sauces et soupes, on ramasse toutes sortes de baies : airelles, canneberges, fraises et framboises sauvages, mûres arctiques, myrtilles, sorbes, qui seront servies en accompagnement, en dessert (entremets à la crème, mousses) ou transformées en liqueurs douces ou fortes (*lakka*, à base de mûres arctiques). Ces liqueurs, tout comme le lait aigre plus ou moins épaissi, accompagnent des puddings de seigle, de malt, de mélasse et d'écorces d'orange amère, ou des porridges d'orge, servis avec une purée d'églantine, des raisins secs ou du beurre fondu.


10.30
VICTORIA

FIORE SARDO Fromage sarde AOC de lait de brebis (45% de matières grasses), à pâte molle légèrement pressée et à croûte naturelle brossée enduite d'huile ou de suif (voir tableau des fromages étrangers page 498). Le fiore sardo se présente sous la forme d'un petit tonneau aplati de 1,4 à 5 kg. Il a une saveur agréablement noisetée, qui devient nettement plus piquante lorsqu'il est affiné.

FITOU Vin AOC rouge du Languedoc, puissant, charpenté et savoureux, produit par neuf communes des Corbières, au sud de Narbonne, sur des coteaux particulièrement arides (voir LANGUEDOC).

FIXIN Vin essentiellement rouge de la Côte de Nuits, assez coloré, aux arômes puissants (voir BOURGOGNE).

FLAMANDE (À LA) Se dit de divers apprêts issus de la cuisine régionale du Nord. La garniture flamande se compose de boules de chou vert farcies et braisées, de carottes et de navets tournés et glacés, de pommes à l'anglaise et, éventuellement, de languettes de poitrine salée et de rondelles de saucisson cuit pochés avec les choux. Cette garniture, qui est presque une potée, accompagne surtout les grosses pièces de viande (culotte de bœuf, par exemple) ou l'oie braisée, plus rarement des petites pièces de boucherie. Le tout est nappé de demi-glace, de fond de veau ou du déglaçage de la cuisson.

Parmi les mets baptisés « à la flamande », il faut mentionner les choux de Bruxelles (en purée, avec autant de pommes de terre, ou en garniture de consommé) et les endives (crues dans une salade composée, ou cuites en chiffonnade pour garnir une omelette servie avec de la sauce crème). On appelle enfin « à la flamande » un apprêt d'asperges à l'œuf dur.

▶ **Recettes** : ASPERGE, CABILLAUD, CARBONADE, CHOU POMMÉ.

FLAMBER Passer une volaille à la flamme pour achever de la nettoyer ou arroser un mets d'alcool et y mettre le feu pour en relever le goût.

Le flambage est le premier stade de l'habillage d'une volaille : il consiste à passer rapidement les ailes, puis les pattes et le cou dans la flamme d'un brûleur, en les tenant tendus. L'opération, complétée par l'épluchage, a pour but de débarrasser l'animal de ses dernières plumes et de son duvet (voir ÉPLUCHER).

Le flambage d'un apprêt salé en cours de cuisson consiste à l'arroser d'un alcool préalablement chauffé (cognac, armagnac, calvados, rhum, whisky), que l'on enflamme aussitôt. Il se pratique soit avant le déglaçage (poulet chasseur), soit avant de mouiller la préparation (coq au vin). En restauration, le flambage au rhum, au Grand Marnier, etc., effectué devant le client, sur un réchaud spécial, concerne le plus souvent les entremets chauds tels que crêpes et omelettes.

◀
Finlande. Le port d'Helsinki.
Sur leur bateau, ces pêcheurs vendent des harengs, mais aussi des pommes de terre...

FLAMICHE OU **FLAMIQUE** Sorte de tarte sucrée ou salée du Nord et des Flandres, diversement garnie. Jadis, la flamiche était une galette de pâte à pain que l'on dégustait chaude, à la sortie du four, arrosée de beurre fondu. Aujourd'hui, on y ajoute légumes ou fromage. Les flamiches ou flamiques aux légumes sont garnies d'un mélange de légumes étuvés et de jaunes d'œuf battus : la plus connue est la flamiche aux poireaux, dite « flamique à porions » en Picardie, où on la fait également avec de la citrouille et avec des oignons. Les flamiches au fromage se composent généralement d'un fromage « fort » genre maroilles. La flamiche à l'ancienne se prépare avec une pâte feuilletée à trois tours, à laquelle on incorpore du maroilles mi-affiné, écroûté, en même temps que le beurre; cette galette se déguste en entrée chaude, avec de la bière. Dans le Hainaut, la flamique au fromage se présente comme une tourte, alors que, à Dinant, la tourtière, garnie d'une pâte à foncer ordinaire, est recouverte de fromage fort mélangé avec du beurre et des œufs.

flamiche aux poireaux

Diviser 500 g de pâte brisée en deux masses inégales et abaisser celles-ci en cercles. Utiliser le plus grand cercle pour foncer une tourtière de 28 cm de diamètre. Émincer et étuver au beurre 1 kg de blancs de poireau. Y ajouter 3 jaunes d'œuf et rectifier l'assaisonnement. Verser dans la tourtière. Recouvrir de la seconde abaisse de pâte et pincer les deux bords pour les souder. Tracer sur le dessus des croisillons avec la pointe d'un couteau et dorer à l'œuf battu. Y ouvrir une cheminée et cuire de 35 à 40 min au four préchauffé à 230°C. Sortir la tourte dès que le couvercle est bien doré et servir brûlant.

FLAMRI Flan de semoule préparé non pas au lait, mais au vin blanc, et servi froid, nappé d'une purée de fruits rouges. (On écrit aussi « flamery ».)

FLAMUSSE Pâtisserie rustique aux pommes, réalisée en Bourgogne et dans le Nivernais, sur le principe du clafoutis.

flamusse aux pommes

Disposer 60 g de farine en fontaine; verser au centre 75 g de sucre semoule, 1 grosse pincée de sel et 3 œufs battus en omelette; mélanger à la spatule de bois pour obtenir une pâte aussi lisse que possible. Ajouter peu à peu 1/2 litre de lait et bien délayer. Peler et couper en tranches fines 3 ou 4 pommes reinettes. Les disposer dans une tourtière beurrée en les faisant se chevaucher. Verser la pâte par-dessus. Cuire 45 min au four préchauffé à 150°C. Démouler la flamusse et la servir retournée, généreusement poudrée de sucre.

FLAN Sorte de tarte salée ou sucrée, garnie d'un appareil à flan (ou crème aux œufs) auquel on ajoute éventuellement des fruits, des raisins secs, des foies

de volaille, des fruits de mer, etc. Selon les cas, le flan est servi en entrée chaude ou en dessert. Au Moyen Âge, les cuisiniers préparaient de nombreux flans.

On appelle également « flan » une crème prise, renversée ou moulée, souvent parfumée au caramel.

La version pâtissière est composée d'un fond de tarte brisée garni d'une crème cuite (eau ou lait, sucre, œufs et poudre à flan), et recuit au four.

croûte à flan cuite à blanc → CROÛTE

FLANS SALÉS

flan à la bordelaise
Cuire à blanc une croûte à flan. La garnir de moelle de bœuf pochée dans un bouillon et de maigre de jambon cuit, coupés en dés et liés de sauce bordelaise très réduite. Disposer sur ce salpicon, en les alternant, des lamelles de moelle un peu épaisses et des cèpes escalopés et sautés à l'huile. Poudrer de chapelure blonde, arroser de beurre fondu. Gratiner au four préchauffé à 275 °C et servir chaud parsemé de persil ciselé.

flan à la florentine
Cuire à blanc une croûte à flan. Nettoyer des épinards, les presser, les hacher grossièrement et les faire étuver au beurre. En garnir la croûte. Napper le tout de sauce Mornay et poudrer de fromage râpé. Arroser de beurre fondu et gratiner au four préchauffé à 275 °C.

flan de volaille Chavette
Cuire à blanc une croûte à flan. Escaloper en tranches d'épaisseur moyenne 500 g de foies de volaille parés. Saler, poivrer et faire sauter vivement dans du beurre brûlant. Égoutter les foies et les tenir au chaud. Nettoyer et escaloper 200 g de champignons, les dorer dans le même beurre, les assaisonner, les égoutter, les ajouter aux foies. Déglacer le plat avec 2 dl de madère et faire réduire. Mouiller de 3,5 dl de béchamel pas trop épaisse et de 2 dl de crème fraîche, et faire réduire cette sauce jusqu'à ce qu'elle soit onctueuse. Passer la sauce et y remettre les foies et les champignons. Tenir au chaud sans laisser bouillir. Préparer des œufs brouillés très moelleux (de 8 à 10 œufs) en les additionnant, en fin de cuisson, de 2 cuillerées de parmesan râpé et de 2 cuillerées de beurre. Disposer au fond de la croûte les foies de volaille et les champignons. Recouvrir avec les œufs brouillés. Poudrer de fromage râpé, arroser de beurre fondu. Réchauffer 1 min au four préchauffé à 275 °C.

FLANS SUCRÉS

flan de cerises à la danoise
Dénoyauter des bigarreaux et les faire macérer avec du sucre et un soupçon de cannelle en poudre. Foncer une tourtière de pâte brisée. Garnir avec les cerises égouttées. Mélanger 125 g de beurre, 125 g de sucre, 125 g de poudre d'amande, 2 œufs entiers battus en omelette et le jus rendu par les cerises. En recouvrir les fruits et cuire 35 ou 40 min au four préchauffé à 220 °C. Laisser refroidir, puis masquer de gelée de groseille et recouvrir d'un glaçage blanc parfumé au rhum.

flan meringué au citron
Cuire à blanc une croûte à flan. Lever le zeste de 2 citrons, le blanchir 2 min à l'eau bouillante, le rafraîchir, l'égoutter et le couper en julienne très fine. Séparer les blancs et les jaunes de 3 œufs. Mélanger dans une terrine 40 g de farine et 100 g de sucre; délayer avec 4 cuillerées à soupe de lait froid, puis 2 dl de lait bouillant; ajouter 40 g de beurre, les 3 jaunes et le zeste. Faire épaissir 15 min sur feu doux, en remuant. Hors du feu, ajouter le jus de 1 citron et laisser tiédir. Garnir la croûte à flan de cette préparation. Battre les 3 blancs en neige avec 75 g de sucre et 1 pincée de sel; les verser sur la crème et lisser. Mettre au four préchauffé à 240 °C pour faire dorer la meringue. Laisser refroidir complètement avant de servir.

flan aux pommes Grimaldi
Peler 4 pommes reinettes, les épépiner et les diviser en quartiers. Les cuire dans un sirop à la vanille. Préparer une pâte à foncer avec 250 g de farine, 125 g de beurre, 1 jaune d'œuf, 1 pincée de sel et 2 cuillerées à soupe d'eau, la rouler en boule et la laisser reposer 2 heures au frais. L'abaisser, en garnir un cercle à flan de 22 cm de diamètre et cuire à blanc. Préparer du riz au lait avec 150 g de riz rond. Quand il est froid, lui ajouter 100 g de fruits confits et 100 g d'écorces d'orange confites, coupés en salpicon; parfumer avec un petit verre de curaçao et ajouter 50 g de beurre. Mélanger. Garnir la croûte avec cet appareil, bien l'égaliser, puis disposer dessus les quartiers de pomme égouttés; parsemer de macarons réduits en poudre, additionnés de sucre semoule. Glacer au four préchauffé à 275 °C.

FLANCHET Morceau de viande de boucherie peu épais correspondant à la partie inférieure des muscles abdominaux (voir planche de la découpe du bœuf pages 128 et 129). Le flanchet de bœuf est un morceau à pot-au-feu, à l'exception de la bavette de flanchet qui est détaillée en biftecks. Le flanchet de veau sert à préparer des blanquettes et des sautés.

On appelle également «flanchet» la partie de la morue située près des filets.

FLANDRE La gastronomie de la Flandre française rappelle beaucoup celle des provinces voisines de l'Artois, de la Picardie et de la Flandre belge, toutes ces régions étant d'ailleurs très proches par leur sol, leur climat et leurs ressources. La mer du Nord approvisionne la Flandre maritime en poissons (maquereaux et harengs, notamment), tandis que les hortillonnages de l'intérieur fournissent des légumes de choix. La Flandre, à l'agriculture diversifiée, nourrit un cheptel de qualité. Toutes ces ressources ont permis une cuisine riche, caractérisée par de lentes cuissons à l'étouffée.

■ **Des plats mijotés.** Les soupes flamandes typiques sont la soupe à la bière, la soupe verte et la soupe de betterave rouge. Parmi les spécialités de poisson, on peut citer les craquelots de Dunkerque, le wam (poisson séché), les maquereaux (farcis d'échalote, de ciboule, de persil et de beurre) et le cabillaud à la flamande (sauté aux échalotes et mouillé de vin blanc), la salade de harengs saurs (avec pommes de terre et betteraves), les anguilles à la bière.

Les plats de viande vont des andouillettes de Cambrai et d'Armentières et des langues fumées de Valenciennes au traditionnel hochepot, aux carbonades, au potjevflesch, au lapin à la flamande (avec pruneaux et raisins), au coq à la bière et à la poule au blanc.

Les légumes servent à confectionner des flamiches ; ils sont également préparés en plats mijotés, comme le chou rouge à la lilloise (chou, pommes fruits et oignons, mijotés pendant trois heures, réduits en purée et passés au four dans un moule à soufflé).

■ **Fromages et desserts**. Les fromages – bergues, mont-des-cats, cœur d'Arras, boulette d'Avesnes, dauphin, vieux-lille et maroilles – ont souvent une saveur forte. Ils servent à préparer l'omelette ou la flamiche au maroilles et la goyère de Valenciennes.

La culture de la betterave sucrière a favorisé la diversité de la pâtisserie et de la confiserie, qui se distinguent par les pâtés de pommes d'Avesnes, les tartes aux prunes rouges, les craquelins de Roubaix, les carrés de Lannoy, les galopins (pain brioché trempé dans du lait, mélangé à des œufs et frit à la poêle), les couques et les bêtises de Cambrai.

La boisson traditionnelle est la bière ; de la betterave ou des céréales sont extraits des alcools, souvent parfumés avec des baies de genièvre.

FLAUGNARDE Entremets préparé en Auvergne, dans le Limousin et le Périgord, dont le nom s'orthographie également «flangnarde», «flognarde» ou «flougnarde». C'est une sorte de clafoutis aux pommes, aux poires ou aux pruneaux, diversement parfumé, qui a l'aspect d'une grosse crêpe boursouflée et se sert tiède ou froid (comme le préconisait Curnonsky).

flaugnarde aux poires

Dans une terrine, battre 4 œufs entiers avec 100 g de sucre jusqu'à l'obtention d'un mélange mousseux. Ajouter progressivement 100 g de farine additionnée de 1 pincée de sel, puis 1,5 litre de lait. Délayer et parfumer avec 1 dl de rhum ou d'eau de fleur d'oranger. Éplucher 3 poires, les épépiner, les couper en tranches fines et les incorporer au mélange. Beurrer un plat à rôtir à bord assez haut. Y verser la pâte et parsemer la surface de quelques noisettes de beurre. Cuire 30 min au four préchauffé à 220 °C. Servir largement poudré de sucre et éventuellement accompagné de confiture.

FLAVEUR Ensemble des perceptions ressenties à la fois par le nez et la bouche en présence d'un aliment, et qui peuvent comprendre des sensations thermiques, tactiles, chimiques, etc.

FLET Poisson plat marin, de la famille des pleuronectidés, qui remonte parfois dans les estuaires. Le flet a un corps long de 30 cm environ, brun-gris ou verdâtre d'un côté, avec des tubercules épineux à la base des nageoires dorsale et anale, et blanc de l'autre, avec des taches vers la queue, et les yeux situés du même côté. Il se prépare comme la limande, mais sa chair est moins fine.

FLÉTAN Poisson plat marin, de la famille des pleuronectidés, qui vit en eaux froides et profondes, et que l'on trouve en abondance près de Terre-Neuve et du Groenland, mais aussi dans le Pacifique. Le flétan peut atteindre 4 m et pèse alors plus de 300 kg. Sa chair, maigre et fine, présente l'avantage de contenir très peu d'arêtes et se prête à de nombreuses recettes. Très apprécié dans les pays nordiques et au Canada, où il est vendu frais, congelé, salé ou fumé, le flétan est encore assez rare sur le marché français.

FLÉTAN DE L'ATLANTIQUE Poisson plat marin, de la famille des pleuronectidés, qui vit dans l'Atlantique en eaux froides et profondes. Il peut atteindre 2 m et peser 150 kg. Sa chair, très maigre, se rapproche de celle du turbot. En France, c'est surtout dans la restauration qu'on le sert en darnes grillées ou apprêté comme la barbue. Le flétan noir, plus petit (entre 50 et 70 cm), a une chair blanche sans arêtes et se présente généralement en filets frais ou congelés.

FLEUR Élément reproducteur des plantes supérieures, qui, de tout temps et en tout lieu, a toujours joué un rôle en gastronomie.

■ **Emplois.** En Europe, les fleurs sont surtout utilisées dans les boissons aromatiques et en liquoristerie (vin de mai à l'aspérule, cidre à la fleur de sureau, sirop d'hysope, ratafia d'œillet). Néanmoins, certaines épices et des condiments très connus sont des fleurs : clou de girofle, câpres, fleurs de capucine au vinaigre, fleurs de lavande séchées, sans oublier la fleur d'oranger.

Souvent, les fleurs sont ajoutées dans les potages en fin de cuisson. Dans les salades, leur rôle est plus franchement décoratif : bourrache, capucine, chèvrefeuille, coquelicot, violette, disposés en couronne ou en bouquet, en harmonie de couleurs avec les autres ingrédients, au dernier moment car le vinaigre fait virer leur couleur.

Certaines d'entre elles s'apprêtent bien en beignets, notamment les fleurs de l'acacia, de la courge, du sureau, du jasmin ; celles de courge, de courgette et de potiron se mangent aussi farcies et servent à garnir des omelettes.

On condimente des beurres composés avec des pétales de fleurs de jasmin, d'oranger, de citronnier ou d'ail. La menthe en fleur convient au poisson, ainsi que les fleurs de tilleul et de jasmin, que l'on peut aussi mêler à des farces.

On en fait également des infusions aromatiques que l'on boit ou que l'on utilise pour cuire des mets à la vapeur. Les violettes sauvages s'associent bien au bœuf, les fleurs de sarriette au veau, celles de sauge au porc, et celles de menthe et de thym à l'agneau.

Quant à la confiserie, elle a toujours fait appel aux fleurs : eau de rose, gelée, confiture de rose, pétales cristallisés, fleurs d'oranger pralinées, violettes candies (mais aussi mimosa, myosotis, primevère), etc.

En Orient, on utilise des boutons de rose séchés comme condiment et on fait des confitures de pétales de rose, mais c'est surtout en Extrême-Orient que les fleurs participent à la cuisine proprement dite : salade aux pétales de chrysanthème ou de magnolia, fleurs de jasmin et d'hibiscus avec les volailles et les poissons, lis jaunes dans les sauces et les bouillons.

► **Recettes** : BEIGNET, COURGETTE.

FLEUR (MOISISSURE) Ensemble des moisissures qui se développent à la surface de certains fromages. Il s'agit surtout de pâtes molles au lait de vache ensemencées de *Penicillium candidum*, dont les spores rendent la croûte blanche et duveteuse, la font « mousser » puis « fleurir » (brie, camembert). Les fromages de chèvre à croûte naturelle développent aussi spontanément une fleur.

FLEUR D'ORANGER Fleur d'une variété d'oranger, le bigaradier *(citrus bigaradia)*. Ces fleurs sont macérées et distillées pour donner l'eau de fleur d'oranger, préparée industriellement et largement utilisée en pâtisserie et en confiserie pour aromatiser les pâtes et les crèmes. Les fleurs d'oranger servent également à fabriquer des boissons ménagères; leur sucre est employé en pâtisserie et, après distillation, elles donnent une huile volatile, le néroli, utilisée en parfumerie.

► **Recette** : SUCRE.

FLEURER Jeter quelques pincées de farine sur un plan de travail ou dans un moule pour éviter que la pâte n'y colle. En boulangerie, le mot signifie poudrer les bannetons (moules d'osier doublés de toile) avec une farine de seigle spéciale, dite « de fleurage ».

FLEURIE Vin AOC classé parmi les dix crus du Beaujolais, rouge, léger et fruité, qui développe des arômes de violette et d'iris (**voir** BEAUJOLAIS).

FLEURISTE (À LA) Se dit de petites pièces de boucherie sautées, garnies de pommes château et de tomates évidées et étuvées, remplies d'une jardinière de légumes liée au beurre.

FLEURON Petite pièce de feuilletage en forme de croissant, de poisson ou de feuille, découpée à l'emporte-pièce cannelé dans une rognure de pâte feuilletée abaissée sur 3 mm, passée à la dorure et cuite au four. Les fleurons servent à garnir certains plats et à décorer le dessus des pâtés en croûte.

FLICOTEAUX Nom d'un restaurant à prix fixe, situé place de la Sorbonne, à Paris, qui fut fréquenté au XIXe siècle par des générations d'étudiants, de journalistes et d'écrivains peu fortunés. Balzac a évoqué de façon très vivante les deux longues salles à plafond bas, occupées par deux tables étroites. Il rapporte que « Flicoteaux Ier » changeait les nappes le dimanche, et « Flicoteaux II », deux fois par semaine, « pour lutter contre la concurrence ». Quant à la cuisine, « la femelle du bœuf domine [et] la pomme de terre est éternelle. Quand le merlan et le maquereau donnent sur les côtes de l'Océan, ils rebondissent chez Flicoteaux ».

FLIP Cocktail froid et parfois chaud, fait d'un vin ou d'une eau-de-vie, auquel on ajoute un œuf, du sucre, de la muscade et divers arômes (**voir** COCKTAIL). Le plus connu est le porto-flip. Le mot désignait autrefois une boisson alcoolisée chaude, faite de bière, de rhum et d'œufs battus.

FLOC DE GASCOGNE Mistelle (jus de raisin additionné d'alcool qui l'empêche de fermenter) préparée avec de l'armagnac. Ne bénéficiant toujours pas de l'appellation d'origine contrôlée, malgré les demandes des producteurs, la mistelle a le droit, depuis 1977, de porter le nom de « floc de Gascogne ». Celui-ci, qui titre entre 16 et 18 % Vol., est un mélange de moût de raisin à 10 % Vol. et d'armagnac vieilli en fût de chêne à au moins 52 % Vol. Le floc se boit en apéritif, comme le pineau des Charentes, dont il est proche.

FLORE (CAFÉ DE) Café littéraire du quartier Saint-Germain-des-Prés, à Paris. Il doit son nom à une statue de la déesse Flore, érigée dans la seconde moitié du XIXe siècle, sous le second Empire, époque de sa fondation.

En 1899, Charles Maurras en fit son quartier général, puis Guillaume Apollinaire et André Salmon y animèrent les « soirées de Paris ». Le *Café de Flore* fut un des hauts lieux de l'existentialisme.

FLORENTINE (À LA) Se dit de nombreux apprêts de poisson, de viande blanche ou d'œufs, où figurent des épinards (en purée ou en branches) et, très souvent, de la sauce Mornay. En Italie, l'appellation *alla fiorentina* concerne des apprêts typiquement florentins, telles les tripes cuites dans un bouillon de poulet, garnies de légumes verts et servies avec du parmesan, la selle de porc mijotée avec des aromates, l'omelette aux fonds d'artichaut et la *bistecca alla fiorentina*, un bifteck mariné puis grillé.

► **Recettes** : ARTICHAUT, BEIGNET, CROMESQUIS, FLAN, FOIE, MINESTRONE, ŒUF MOLLET, SAUMON.

FLORIAN Nom d'une garniture pour grosses pièces de boucherie, associant laitues braisées, petits oignons glacés à brun, carottes tournées et glacées, et pommes de terre fondantes.

FLOUTES Spécialité jurassienne composée de pommes de terre écrasées, de farine, d'œufs et de crème, et dorée à la poêle. Les floutes accompagnent traditionnellement les viandes.

FLÛTE Pain long et mince, de 200 g environ, intermédiaire entre la baguette (250 g) et la ficelle (125 g). La flûte se compose généralement d'une pâte spéciale (flûte à l'ancienne, flûte de campagne), alors que la baguette n'est faite qu'en pâte blanche.

FLÛTE (VERRE) Verre à pied en forme de cornet étroit, dans lequel on sert le champagne et les mousseux. La flûte présente sur la coupe l'avantage de conserver au vin son pétillement, car les bulles de gaz se libèrent moins vite. La flûte est également une bouteille haute et mince, employée depuis longtemps pour les vins blancs d'Alsace, de Moselle et du Rhin, et, plus récemment, pour beaucoup de vins rosés.

FOIE Abat rouge des animaux de boucherie, des volailles et du gibier (voir tableau des abats page 10).

■ **Emplois.** Parmi tous les foies, le foie de veau est le plus moelleux et le plus savoureux. Il se cuisine entier (piqué de lardons et rôti) ou en tranches (grillées, poêlées à l'anglaise, sautées, en sauce); les cuisines italienne et française lui accordent une place de choix. Viennent ensuite, par ordre de valeur, les foies de génisse et d'agneau, tous deux tendres (souvent cuits à la poêle ou grillés en brochettes). Le foie de bœuf, moins apprécié et bien meilleur marché, et le foie d'agneau peuvent également se poêler. Quant au foie de porc, il est parfois cuisiné à la cocotte, mais il est surtout utilisé en charcuterie (pâtés, terrines).

Les foies de volaille sont, eux aussi, largement utilisés en cuisine : en brochettes, dans le risotto, le pilaf et diverses garnitures. Les « foies blonds » des poulardes de Bresse sont très appréciés pour les gâteaux de foie de volaille. Le foie de canard, même lorsque l'animal n'est pas engraissé, est d'une grande finesse et se cuisine notamment à l'armagnac et aux raisins.

Le foie de certains poissons de mer est également comestible : on utilise surtout celui de la raie et celui de la lotte ; le foie de morue, conservé à l'huile, puis fumé, sert pour tartiner des canapés froids.

attereaux de foies de volaille à la mirepoix → ATTEREAU
beignets de foie de raie → BEIGNET
brochettes de saumon au foie de canard → BROCHETTE
croustades de foies de volaille → CROUSTADE
farce de foie → FARCE
feuilletés de foies de volaille → FEUILLETÉ

foie d'agneau à l'ail

Éplucher et hacher très finement autant de gousses d'ail que de tranches de foie. Chauffer du beurre dans une poêle et y cuire les tranches de foie, à feu vif, sur les deux faces. Saler, poivrer, égoutter et réserver au chaud. Mettre dans la poêle le hachis d'ail, en remuant vivement pour qu'il ne brunisse pas. Déglacer avec autant de cuillerées à soupe de vinaigre qu'il y a de tranches de foie et laisser réduire de moitié. Napper le foie de cette sauce et parsemer de persil ciselé.

foie de veau à l'anglaise

Bien dorer sur les deux faces 4 tranches de foie de veau dans 25 g de beurre brûlant. Les égoutter et les réserver, au chaud, sur un plat de service. Faire sauter 4 tranches de bacon dans la même poêle. Les poser sur les tranches de foie. Parsemer de persil ciselé. Arroser de quelques gouttes de jus de citron et du beurre de cuisson, et accompagner de pommes de terre.

foie de veau à la créole

Tailler du lard gras en tout petits dés et les laisser mariner dans un mélange d'huile, de jus de citron vert, de sel et de poivre. En piquer 6 tranches de foie de veau et les faire macérer 20 min dans le même mélange. Les égoutter, les fariner et les cuire à la poêle dans du saindoux. Les tenir au chaud. Faire revenir dans la poêle 2 cuillerées à soupe d'oignon et 1 cuillerée à soupe de persil, hachés, ajouter 1 cuillerée à soupe de chapelure blanche, du sel, du poivre et 1 cuillerée à dessert de purée de tomate délayée dans 3 ou 4 cuillerées à soupe de vin blanc. Chauffer en remuant. En napper les tranches de foie.

foie de veau à la lyonnaise

Détailler le foie en minces aiguillettes, les saler et les poivrer, les fariner et les dorer vivement au beurre. Réserver au chaud dans le plat de service. Éplucher et émincer des oignons, les faire fondre au beurre, les lier de quelques cuillerées de glace de viande et en napper le foie. Arroser avec un filet de vinaigre chauffé dans la poêle et parsemer de persil ciselé. Servir avec des haricots verts à la tomate.

foie de veau rôti

Piquer un foie de veau de gros lardons, le saler, le poivrer, le poudrer de 1 pincée de quatre-épices et de persil haché, puis l'arroser de cognac. L'envelopper dans une crépine de porc (préalablement trempée à l'eau froide, épongée et bien étirée), et ficeler. Cuire à la broche ou au four de 25 à 30 min par kilo. Déglacer le jus au vin blanc et au bouillon. Servir avec le foie accompagné de carottes glacées.

RECETTE D'ALEXANDRE DUMAINE

foie de veau à la Saulieu

« De préférence cuit entier ou en gros morceaux afin qu'après la cuisson il reste rosé. Mariné au vin blanc avec aromates quelques heures, l'envelopper de toilette de porc. Faire rissoler sur tous les côtés au beurre. Retirer le beurre cuit, le remplacer par du beurre frais. Mouiller d'un verre de vin blanc que l'on laisse évaporer à découvert. Ajouter un peu de madère et la marinade. Cuire fermé (15 min par livre). Retirer le foie; il devra être rosé à la tranche. Ajouter un peu de fond de veau. Passer la sauce à la mousseline. Rectifier l'assaisonnement. Garnir de croustades de crêtes et de rognons de coqs cuits au blanc, bien égouttés, nappés de sauce périgourdine. Servir la sauce à part, dans une saucière. »

foie de veau sauté à la florentine

Faire doucement étuver au beurre des épinards en branches. Éplucher de gros oignons, les couper en rondelles épaisses et défaire celles-ci en anneaux; les

passer dans de la pâte à frire et les plonger dans l'huile très chaude. Masquer avec les épinards un plat de service légèrement beurré, le tenir au chaud. Dorer vivement au beurre brûlant des tranches très fines de foie de veau et les disposer sur les épinards. Déglacer la cuisson avec un peu de vin blanc, faire réduire, verser le jus sur le foie. Garnir de rondelles d'oignon frites et de quartiers de citron.

foies de raie au vinaigre de cidre → RAIE
fritots de foies de volaille → FRITOT
gâteau de foies blonds de volaille → GÂTEAU
pâté de foies de volaille → PÂTÉ
soufflé aux foies de volaille → SOUFFLÉ
soupe aux boulettes de foie à la hongroise → SOUPE

FOIE GRAS Foie de l'oie ou du canard, spécialement obtenu par un engraissement méthodique de la volaille. Le gavage des oies était déjà pratiqué par les Égyptiens et, plus tard, par les Romains, qui utilisaient pour cela des figues; aussitôt l'animal tué, le foie était plongé quelques heures dans un bain de lait miellé, qui le gonflait et le parfumait.

Aujourd'hui, les animaux sont engraissés au maïs, et le foie pèse en moyenne de 600 à 900 g chez l'oie et de 400 à 600 g chez le canard. Un poids supérieur ne nuit pas à la qualité, mais présente un risque de fonte plus grand.

Les grandes régions de production françaises (8 000 tonnes par an) sont le Sud-Ouest (oie et canard), la Vendée, les pays de Loire (canard) et, plus modestement, l'Alsace (oie). Les importations (2 000 tonnes par an) viennent d'Israël, de Hongrie, de Bulgarie et de Pologne.

La couleur du foie gras varie de l'ivoire au blanc rosé, elle est un peu plus foncée s'il s'agit de canard. Le foie d'oie est un mets hautement gastronomique; il convient mieux selon certains, et moins bien selon d'autres, aux préparations culinaires que le foie de canard, sans aucun doute aussi délicat, mais qui a tendance à fondre davantage à la cuisson et dont le goût est un peu plus affirmé.

Pour sa part, André Daguin, le cuisinier mousquetaire d'Auch, aime à dire : « Chez nous, dans le Gers, le foie gras est foie gras chaud et chacun sait que la qualité principale d'un beau foie d'oie est d'être un foie de canard. »

■ **Présentations.** Le foie gras se consomme cuit entier ou non, ou bien entre dans la composition de diverses préparations.

• FOIE GRAS CRU. De plus en plus demandé, il se vend surtout au moment des fêtes de fin d'année; sa préparation et sa cuisson sont minutieuses.

• FOIE GRAS FRAIS (oie ou canard). Cuit par un charcutier-traiteur, voire par un restaurateur, il se vend généralement à la coupe; il se maintient bien quelques jours à 2-4 °C.

• FOIE GRAS « MI-CUIT ». Il est pasteurisé en boîte ou en terrine hermétique, mais surtout en sachet plastique sous vide. Il se conserve plusieurs mois au froid.

• FOIE GRAS EN CONSERVE. Il est stérilisé en autoclave, ce qui nuit un peu à ses qualités gustatives. Mais il se bonifie, comme le vin, en vieillissant, et se garde plusieurs années.

• PRÉPARATIONS À BASE DE FOIE GRAS. Elles sont soumises depuis le 1er janvier 1994 à une nouvelle réglementation très stricte. Les « foies gras entiers » (oie ou canard) sont des lobes entiers. Les « foies gras » sont des morceaux de lobes (le mélange oie et canard est interdit). Le « parfait de foie » doit comporter au moins 75% de foie gras (le mélange est autorisé). Le « médaillon » ou « pâté de foie » et la « mousse de foie » doivent en contenir 50%, mêlés à une farce.

■ **Emplois.** Qu'il soit d'oie ou de canard, le foie gras a de tout temps été considéré comme un mets rare et précieux, mais sa dégustation a évolué selon les modes culinaires.

Autrefois, on le servait en fin de repas; ses qualités gustatives font qu'aujourd'hui on le sert en début de repas, accompagné de pain de campagne légèrement grillé ou de baguette parisienne de qualité, et d'un vin liquoreux (sauternes, frontignan), d'un vin rouge du Sud-Ouest (cahors, bergerac) ou d'un vin d'Alsace (gewurztraminer).

La « nouvelle cuisine » y fait autant honneur que la cuisine classique et trouve parfois des associations originales : avec du vert de poireau ou du potiron ou avec des coquilles Saint-Jacques.

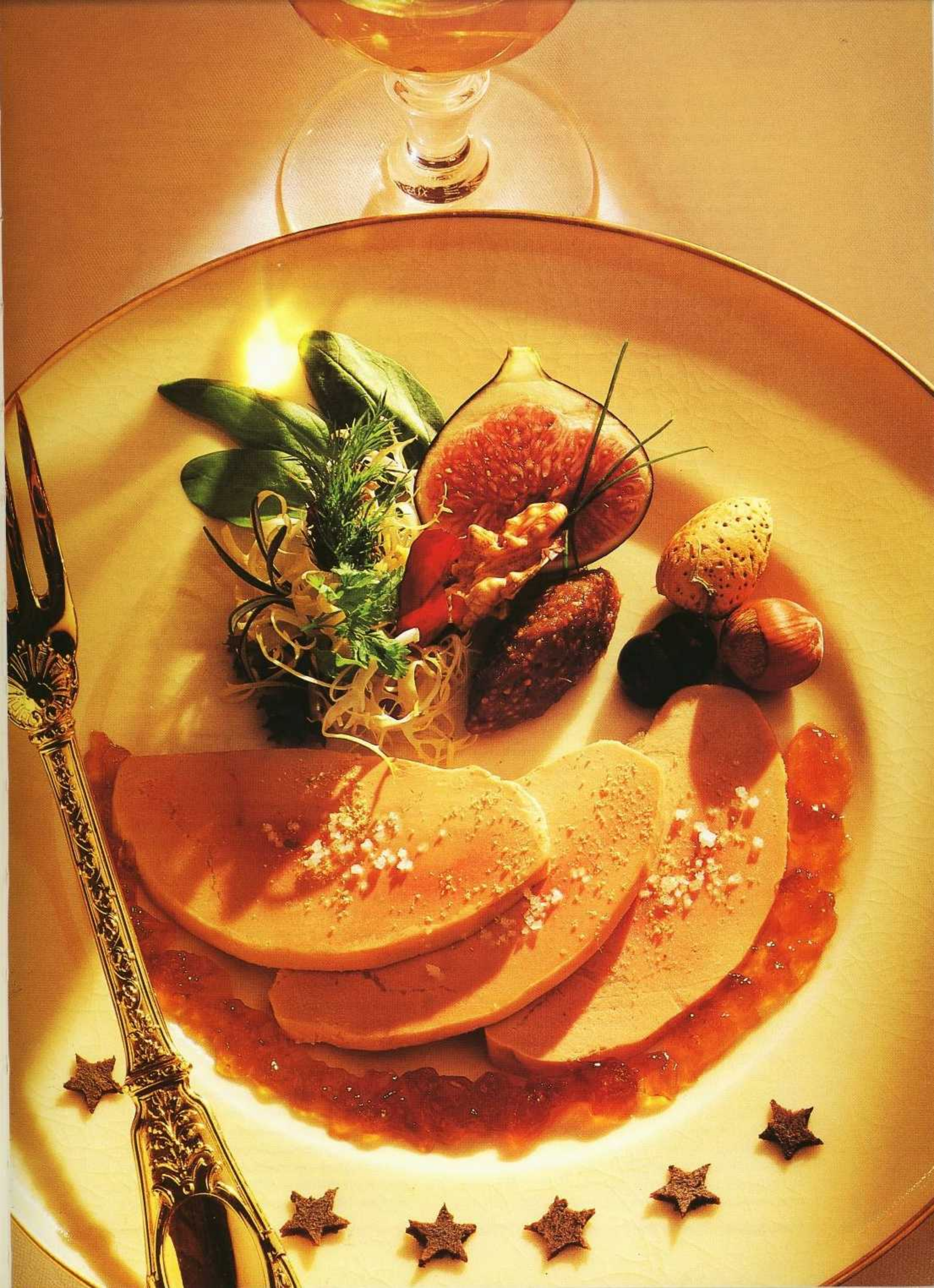
Mais les préparations classiques conservent tout leur prestige, qu'elles soient chaudes (escalopes sautées ou panées, aux raisins, au madère, sur croûtons, à la Souvarov, avec des truffes ou des fonds d'artichaut; en brioche, en chausson, en cocotte, en crépine, en mousse, en pannequet, en pâté, en soufflé) ou froides (aspic, coquille, chaud-froid, en gelée, en mousse, en terrine, dans des farces fines). Enfin, la plupart des apprêts « à la périgourdine » et tous ceux dits « Rossini » comportent du foie gras.

RECETTE DE ROGER LAMAZÈRE

foie gras cru : préparation

« Dénerver soigneusement le foie gras à l'aide d'un couteau pointu à lame fine. Inciser d'abord chaque lobe en partant de l'extrémité la plus renflée, où se situe la veine principale; décoller celle-ci. Tout en continuant avec le couteau, tirer sur la veine : elle vient toute seule en faisant apparaître toutes les ramifications nerveuses, ce qui permet de réaliser un dénervage parfait. Les lobes étant ouverts, les saler au sel fin (12 g par kg) et poivrer (4 g de poivre fraîchement moulu par kg). Les refermer en les entourant d'une mousseline serrée et laisser reposer une nuit dans le réfrigérateur. »

▶
Confit de foie gras, quenelles de figues et noix
Recette de Christian Constant
Voir page 472.



aspic de foie gras → ASPIC
beignets de foie gras → BEIGNET
choux à la mousse de foie gras → CHOU

RECETTE DE CHRISTIAN CONSTANT, *LE CRILLON*, À PARIS

confit de foie gras, quenelles de figues et noix

« Parer un foie de canard de 600 g, L'assaisonner avec du sel de Guérande et du poivre mignonnette. Le laisser mariner 24 heures. L'essuyer, puis le mettre dans 400 g de graisse de canard froide, mais huileuse. Ajouter 2 clous de girofle, 10 grains de poivre et 1 gousse d'ail. Porter sur le feu et cuire 30 min à 70 °C. Laisser ensuite le foie reposer 24 heures dans sa graisse. Le sortir, l'essuyer et le saupoudrer de sel de Guérande et de poivre mignonnette. Passer 500 g de figues séchées au tamis, ajouter des parures de foie gras, réduire le tout en purée au mixeur et réaliser des quenelles. Assaisonner 100 g de panaché de salade de 2 dl de vinaigrette. Disposez sur les assiettes quelques escalopes de foie gras, un peu de salade et des quenelles de figue. Décorer avec noix, gelée et cerfeuil. » (Voir photographie page 471.)

RECETTE D'HERVÉ RUMEN

escalopes de foie gras de canard aux pommes

« Éplucher 4 pommes pas trop douces. Faire fondre les épluchures avec 100 g de sucre semoule dans 10 g de beurre jusqu'à l'obtention d'un caramel clair. Déglacer avec 15 cl de vinaigre de cidre, laisser réduire d'un tiers, mouiller de 15 cl de bouillon de volaille et laisser réduire à nouveau : la sauce doit être un peu sirupeuse. Ajouter 5 cl de calvados jeune, saler et poivrer. Évider le cœur des pommes et les couper en rouelles. Les dorer dans 5 cl d'huile de pépins de raisin, les égoutter sur du papier absorbant et réserver au chaud. Couper 1 beau foie gras de canard (600 à 700 g) sortant du réfrigérateur en 4 tranches dans le sens de la longueur, les saler et les poivrer sur les deux faces. Chauffer très fortement une poêle à revêtement antiadhésif et y cuire 45 s les escalopes. Ôter une bonne part de la graisse qu'elles ont rendue et les dorer de l'autre côté (1 min). Les égoutter sur du papier absorbant, les dresser sur les rouelles de pomme et les napper légèrement de sauce. »

escalopes froides de foie gras au raisin et aux truffes

Parer un foie cru et le cuire au naturel. Le détailler en escalopes de même taille. Poser sur chacune d'elles 1 large lame de truffe, la fixer avec de la gelée et lustrer de gelée toute la tranche. Dresser les escalopes en couronne dans une coupe. Mettre au milieu du plat, en dôme, de gros grains de raisin frais épluchés, épépinés et macérés dans un peu de fine champagne. Napper le tout de gelée limpide parfumée au porto. Laisser refroidir, à couvert, dans le réfrigérateur.

farce au foie gras → FARCE

foie gras en brioche

Tremper dans de l'eau froide une crépine de porc. Préparer une pâte à brioche commune sans sucre. Clouter de truffes assaisonnées et arrosées de fine champagne un foie gras d'oie bien ferme de 700 à 900 g. L'assaisonner de sel épicé, l'arroser de fine champagne et le laisser macérer quelques heures. Presser la crépine, l'éponger et en envelopper le foie. Le pocher au four de 18 à 20 min, puis le laisser refroidir. Foncer un moule à timbale uni, beurré, d'une abaisse assez épaisse de pâte à brioche. Ajouter le foie. Recouvrir d'une abaisse de même pâte, moins épaisse. Couvrir le moule d'un morceau de papier sulfurisé beurré et maintenir celui-ci avec quelques tours de ficelle pour empêcher la pâte de déborder à la cuisson. Laisser celle-ci lever 2 heures dans un endroit tiède. Cuire de 50 min à 1 heure au four préchauffé à 200 °C. Démouler et servir.

RECETTE DE CLAUDE PEYROT

foie gras de canard glacé

« Assaisonner de sel et de poivre et faire mariner dans du porto, pendant 24 heures au moins, un beau foie gras de canard. Vider par le cou un canard de 2,5 kg environ ; enlever le bréchet et la bague anale. Introduire le foie dans la volaille et brider celle-ci. Huiler le canard, le faire étuver au four préchauffé à 200 °C, dans une cocotte et à couvert, pendant 1 h 20. En fin de cuisson, ajouter le porto de la marinade du foie et de la gelée très sapide, faite avec des abattis de canard. Durant cette cuisson, piquer souvent la volaille d'une fine aiguille, afin qu'elle n'éclate pas. Laisser refroidir. Clarifier la cuisson et lustrer le canard avec cette gelée. Mettre dans le réfrigérateur. Parfumer de gingembre des pruneaux cuits à l'eau, des cerises cuites dans une gelée au vin rouge et des quartiers de pomme fruit cuits au beurre ; les lustrer de gelée de canard. Farcir des olives vertes de foie gras ou de mousse de jambon. Peler à vif les quartiers d'une grosse orange. Dresser le canard dans le plat de service avec tous les fruits, en disposant les quartiers d'orange en rosace. »

RECETTE D'ANDRÉ DAGUIN

foie gras de canard au pacherenc

« Parer et dénerver deux foies gras de canard de 400 à 500 g. Les saler, les poivrer, les citronner légèrement, les mettre dans une cocotte et couvrir. Introduire la cocotte dans le four préchauffé à 190 °C et laisser cuire pendant 10 min. Retirer la cocotte du four

et verser sur les foies une bouteille de pacherenc-du-vic-bilh. Remettre au four et laisser frémir 10 min. Retirer et laisser refroidir dans la cuisson, puis mettre dans le réfrigérateur. »

RECETTE D'ANDRÉ DAGUIN

foie gras de canard au poivre blanc et au vert de poireau

« Parer et dénerver un foie de 300 à 400 g. Cuire à l'eau salée de jeunes poireaux et les réduire en purée avec un peu de crème. Foncer de cette purée un petit moule à cake beurré. Saler le foie, le poivrer et le disposer sur la purée. Recouvrir le tout d'un papier d'aluminium. Cuire au four préchauffé à 140 °C, pendant 35 min. Laisser refroidir 45 min, dont 15 min dans le réfrigérateur. »

RECETTE DE PHILIPPE BRAUN, RESTAURANT *LAURENT*, À PARIS

foie gras de canard, truffe et céleri-rave

« Éplucher 2 céleris-raves de 500 g chacun, en leur gardant une forme bien ronde. Les couper en deux de haut en bas, puis chaque moitié en 6 quartiers, et les citronner. Les disposer dans un sautoir sur une couche, les mouiller à hauteur de bouillon de volaille corsé, couvrir d'un disque de papier sulfurisé et cuire 10 min à petits bouillons. Réserver le tout. Mettre dans une grande russe les gros lobes de 2 foies gras de canard de 600 g, couvrir de bouillon, porter à ébullition, puis baisser le feu à 90 °C et laisser les foies pocher 30 min. Dans chacune de deux cocottes ovales en cuivre étamé de 30 x 17 cm, disposer 12 quartiers de céleri, mouiller de 3 dl de leur cuisson, parsemer de 30 g de truffes hachées, puis mettre 1 lobe de foie, 120 g de rouelles de truffes noires du Périgord et saupoudrer d'une bonne pincée de sel de Guérande. Couvrir les cocottes et luter les couvercles avec un ruban de pâte feuilletée humidifié à l'intérieur et doré au jaune d'œuf à l'extérieur. Cuire 12 min au four préchauffé à 220 °C. Briser la pâte, sortir les lobes et les couper en tranches de 1 cm d'épaisseur. Répartir dans des assiettes creuses bouillon, céleri et truffes, poser le foie par-dessus et parsemer de fleur de sel de Guérande. »

RECETTE DE GÉRARD VIÉ

foie gras de canard à la vapeur au fumet de sauternes

« Préparer un fond de cuisson avec les os du canard, 1 bouteille de sauternes, 2 carottes, 1 navet, 2 branches de céleri, 2 échalotes et 1 blanc de poireau émincés, du sel et du poivre. Parer et dénerver le foie, le saler, le poivrer et le conserver dans le réfrigérateur, ainsi que le fond, pendant 24 heures. Verser alors le fond dans un appareil de cuisson à la vapeur, placer le foie dans le panier et cuire 15 min. Découper le foie en tranches et les arroser d'un peu de la cuisson. »

RECETTE DU RESTAURANT *SCHILLINGER*, À COLMAR

foie gras d'oie et sa gelée au pinot noir

« Dénerver un foie gras de 1 kg. Mélanger 3 cl de porto rouge et 3 cl de cognac, saler et laisser le foie dans cette marinade 12 heures au moins, au froid. En remplir des terrines individuelles et cuire 1 heure au bain-marie dans le four préchauffé à 80 °C. Sonder à l'aide d'une aiguille à brider : si le cœur est tiède, la cuisson est terminée. Faire réduire aux deux tiers 1/2 litre de vin rouge (pinot noir) avec 15 g de sucre. Mélanger à 1 litre de consommé de bœuf et clarifier. Coller avec de la gélatine, à raison de 11 feuilles par litre, et laisser refroidir. Servir les terrines froides avec leur gelée. »

gâteau de topinambour et foie gras à la truffe → GÂTEAU
mousse de foie gras de canard ou d'oie → MOUSSE
omelette au foie gras → OMELETTE
pâté de foie gras truffé → PÂTÉ
pigeon et foie gras en chartreuse au jus de truffe → PIGEON ET PIGEONNEAU
purée de foie gras → PURÉE
raviolis de foie gras en consommé de poularde → RAVIOLIS
truffe en papillotte et son foie gras d'oie → TRUFFE

FOIRE Grand marché public où l'on vend toutes sortes de marchandises, notamment comestibles, qui se tient à des dates et en des lieux fixes. Il faut cependant distinguer les grandes foires internationales des foires aux bestiaux et des innombrables foires dédiées à une spécialité gastronomique locale.

La tradition des foires est née en Champagne au XIIe siècle, avec les fameuses foires de Provins, de Troyes et de Lagny, où se retrouvaient chaque année les grands marchands européens, notamment italiens et flamands, pour le négoce en gros de la laine, des tissus, des épices. Ces rendez-vous annuels se sont ensuite multipliés, et ils se poursuivent de nos jours.

Les foires locales tiennent davantage du marché de proximité, même si certaines d'entre elles ont eu une notoriété nationale. C'est le cas de la « foire du Lendit », qui se tenait à Saint-Denis. À Paris, le parvis de Notre-Dame accueillit longtemps la «foire aux lards» ; celle-ci s'installa au XIXe siècle dans le quartier de la Bastille où, associée à la brocante, elle prit le nom de « foire à la ferraille et au jambon ». Aujourd'hui, ces réjouissances ont quitté la capitale pour élire domicile dans certaines villes de la couronne parisienne.

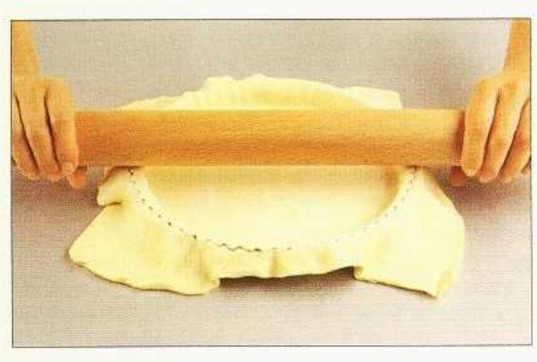
Enfin, on ne compte pas les foires et fêtes qui célèbrent une spécialité : « foire au jambon » de Bayonne, « foire au cochon de lait » de Sillegny, « journées de la choucroute » de Colmar », « fête de la bière » de Munich ou « foire de la truffe blanche » d'Alba, en Italie.

FONCER Garnir le fond et les parois d'une cocotte, d'un moule ou d'une terrine, de lard, de couennes, d'aromates ou de pâte. On fonce une braisière en tapissant le fond d'éléments aromatiques (oignons et carottes émincés, thym, laurier, persil, ail), gras ou nutritifs (couennes, os, parures, poitrine salée, etc.). On fonce une terrine à pâté avec des bardes de lard. On fonce le fond et les parois d'un moule à pâtisserie avec une abaisse de pâte, en l'adaptant bien à sa forme et à sa taille, soit en la découpant avant à l'aide d'un emporte-pièce, soit en passant le rouleau à pâtisserie sur les bords du moule après garnissage pour en faire tomber l'excédent. Quand on fonce un cercle à tarte, on forme souvent une crête qui déborde tout autour et que l'on « pince » pour améliorer la présentation finale.

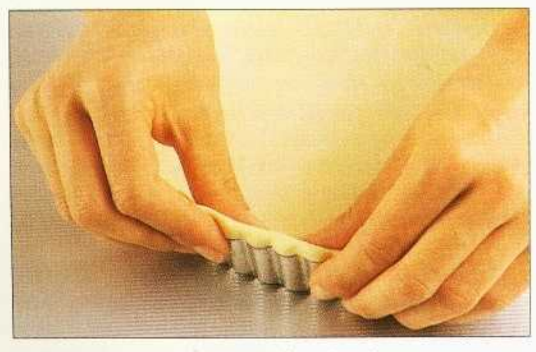
Foncer un moule à tarte



1. *Transporter l'abaisse au-dessus du moule. La déposer en lui donnant l'aisance suffisante pour qu'elle épouse parfaitement la forme du moule.*



2. *Passer le rouleau sur le bord du moule en appuyant légèrement pour découper la pâte. Retirer l'excédent de celle-ci.*



3. *Pour terminer la collerette, faire la crête en pinçant les bords avec les doigts ou avec une pince à tarte.*

FOND Bouillon aromatisé, gras ou maigre, utilisé soit pour confectionner une sauce, soit pour mouiller un ragoût ou un braisé. Le fond est dit « blanc » si les éléments qui le composent sont mis directement dans le liquide de cuisson, « brun » si on les fait colorer; selon le cas, la sauce qu'il sert à préparer sera dénommée « blanche » (allemande, aurore, poulette, suprême, etc.) ou « brune » (Bercy, bordelaise, espagnole, piquante, etc.).

■ **Emplois.** Les fonds sont utilisés clairs ou liés. Ils sont à base de veau, de bœuf ou de volaille, voire de gibier, de légumes et d'aromates (fond maigre) ; les fonds de poisson sont habituellement appelés « fumets ». Les apprêts de base tels que blanc, braisière, consommé, court-bouillon, essence, gelée, marinade, matignon, mirepoix, roux, saumure et velouté sont également des fonds de cuisine, c'est-à-dire des préparations nécessaires à la confection de mets cuisinés.

Les fonds blancs et bruns sont longs à réaliser et souvent onéreux ; dans la pratique, ils demeurent l'apanage de la restauration ; en cuisine ménagère, on mouille plutôt les sauces avec du bouillon de pot-au-feu. On trouve aussi dans le commerce des extraits solides qu'il suffit de délayer dans de l'eau bouillante.

En cuisine classique, les fonds sont confectionnés par le saucier de la brigade, qui les réalise à l'avance et les met en réserve. Leur durée de conservation reste limitée, et certains abus ont conduit des chefs comme Escoffier, au début du XXe siècle, et plus récemment les tenants de la « nouvelle cuisine », à les condamner comme trop lourds et peu gastronomiques.

En général, les fonds – blanc, brun et maigre – sont aromatiques mais non salés, car ils doivent rester neutres jusqu'à la mise au point de la sauce. Néanmoins, le « grain de sel » (facultatif) favorise l'osmose entre les différents éléments et le liquide.

fond blanc de veau

Désosser et ficeler 750 g d'épaule de veau et 1 kg de jarret de veau. Concasser finement leurs os. Mettre tous ces éléments dans une grande casserole. Recouvrir d'eau froide et porter à ébullition, pour les blanchir quelques minutes. Écumer, rafraîchir à l'eau courante et égoutter. Remettre dans la casserole, mouiller d'eau froide et porter de nouveau à ébullition ; écumer, dégraisser entièrement, ajouter 125 g de carottes, 100 g d'oignons, 75 g de blanc de poireau, 75 g de céleri et 1 bouquet garni. Cuire 3 h 30 à toute petite ébullition régulière. Dégraisser et passer au chinois très fin ou, mieux, à l'étamine.

fond blanc de volaille

Procéder comme pour le fond blanc de veau, mais en remplaçant les viandes par une poule, des abattis et des carcasses de volaille.

fond brun clair

Blanchir 4 ou 5 min 150 g de couennes dégraissées et 125 g de crosse de jambon. Désosser et couper en cubes 1,250 kg de bœuf maigre à bouillir (gîte, paleron) et autant de jarret de veau. Éplucher et tailler en rouelles 150 g de carottes et 150 g d'oignons, les colorer au four dans une grande cocotte avec toutes les viandes, 500 g d'os de veau ou de bœuf concassés et les couennes. Mettre 1 bouquet garni et 1 gousse d'ail, mouiller de 1/2 litre d'eau et faire réduire à glace ; verser encore 1/2 litre d'eau et faire à nouveau réduire à glace. Ajouter enfin de 2,5 à 3 litres d'eau et 15 g de gros sel, porter à ébullition et laisser frémir 8 heures. Dégraisser, passer au tamis fin ou, mieux, à l'étamine.

fond brun de veau

Désosser 1,250 kg d'épaule de veau et autant de jarret de veau ; les ficeler ; concasser très finement 500 g d'os de veau. Dorer viandes et os au four. Éplucher et tailler en rouelles 150 g de carottes et 100 g d'oignons et mettre le tout dans une marmite avec 1 bouquet garni ; couvrir et laisser suer 15 min. Mouiller de 1/4 de litre d'eau et faire réduire à glace ; recommencer l'opération. Ajouter 3 litres d'eau ou de fond blanc et porter à ébullition. Écumer, saler légèrement et poivrer. Laisser frémir 6 heures. Dégraisser, passer au tamis fin ou, mieux, à l'étamine.

fond de gibier

Ficeler 1,5 kg de poitrine et de bas morceaux d'un seul gibier (biche, chevreuil, lièvre, marcassin, perdrix ou faisans âgés). Dorer au four, sur la plaque. Détailler et blanchir de la couenne fraîche de porc, puis la faire revenir dans une grande cocotte avec une mirepoix de carottes et d'oignons. Ajouter le gibier, déglacer au vin blanc et laisser réduire à glace. Mouiller avec de l'eau froide et ajouter bouquet garni, sauge, romarin, baies de genièvre et clou de girofle. Porter à ébullition et cuire 3 heures à tout petits bouillons réguliers. Dégraisser, puis passer au tamis fin ou, mieux, à l'étamine.

fond de veau lié

Réduire aux trois quarts 2 litres de fond brun de veau. Au moment de l'emploi, lier avec 15 g d'arrow-root délayé dans 3 cuillerées du même fond de veau froid. Passer au chinois. Conserver au chaud, au bain-marie.

FOND DE PÂTISSERIE Fond de composition, de forme et de consistance diverses, servant à la réalisation d'un gâteau ou d'un entremets.

Il peut s'agir d'une génoise, d'une croûte à flan ou d'un fond de tarte en pâte à foncer ou en feuilletage, d'une coque ou d'un disque en pâte à meringue, enrichie ou non de poudre d'amande ou de noisette (berrichon, napolitain, progrès, succès), d'une galette en pâte sablée, etc.

En restauration, les fonds sont préparés à l'avance et garnis, fourrés, superposés (pour les pièces montées), enrobés, glacés, nappés ou décorés en fonction de la demande.

fond napolitain

250 g de beurre froid en dés, 250 g de farine, 250 g de sucre semoule, 250 g d'amandes en poudre, 2 ou 3 jaunes d'œuf, 1 pincée de sel.

Incorporer le beurre à la farine en fraisant la pâte. Ajouter le sucre, les amandes, les œufs et le sel. Mélanger rapidement, sans trop travailler la pâte, puis abaisser celle-ci sur 1/2 cm d'épaisseur. La détailler en disques et cuire au four préchauffé à 200 °C. Laisser refroidir complètement avant de garnir.

fond noix ou noisettes

250 g de noix ou de noisettes, 250 g de sucre semoule, 6 ou 8 jaunes d'œuf (suivant leur grosseur), 10 à 12 blancs d'œuf, 100 g de beurre, 125 g de fécule de pomme de terre ou de maïs, 1 pincée de sel.

Broyer les noix ou les noisettes et le sucre. Incorporer les jaunes d'œuf, le beurre ramolli à la spatule de bois, la fécule, puis, délicatement, les blancs battus en neige très ferme avec le sel. Beurrer et fariner des tôles à pâtisserie. Y dresser la pâte (pour gros gâteau ou petits gâteaux individuels) et cuire au four préchauffé à 180 °C, système de buée ouvert.

fond perlé

10 à 12 blancs d'œuf, 1 pincée de sel, 250 g de poudre d'amande, 250 g de sucre.

Mélanger la poudre d'amande et le sucre ; y ajouter délicatement les blancs battus en neige très ferme avec le sel. Beurrer et fariner une tôle à pâtisserie. Passer à l'eau chaude un cercle à flan, le poser sur la plaque. Le garnir avec la préparation, bien égaliser à la spatule, poudrer de sucre glace. Retirer le cercle et cuire au four préchauffé à 180 °C, système de buée ouvert.

fond sablé

250 g de farine tamisée, 200 g de beurre, 2 jaunes d'œuf, 75 g de sucre semoule, 1 pincée de sel, 1 sachet de sucre vanillé.

Disposer la farine en fontaine sur un plan de travail. Mettre au centre le beurre détaillé en parcelles, les jaunes d'œuf, le sucre, le sel et le sucre vanillé. Mélanger ces éléments, puis incorporer peu à peu la farine, du bout des doigts. Fraiser rapidement la pâte, la rassembler en boule et la réserver au frais. L'abaisser en cercle sur 4 ou 5 mm d'épaisseur pour garnir une tourtière, ou la découper à l'emporte-pièce ovale ou rond et en garnir des moules à tartelette ou à barquette, ou cuire simplement ces petits gâteaux sur une tôle beurrée.

fond à succès

250 g d'amandes sèches mondées, 250 g de sucre glace, 8 blancs d'œuf, 250 g de sucre semoule.

Broyer très finement les amandes et le sucre glace, incorporer les blancs d'œuf battus en neige très ferme avec 1 pincée de sel. Mettre ce mélange dans une poche munie d'une douille lisse du diamètre souhaité. Dresser en spirale sur une plaque beurrée et farinée. Cuire au four préchauffé à 150 °C, système de buée ouvert, 20 min pour de tout petits fonds, 45 min pour un grand fond plus épais.

FONDANT Sirop de sucre additionné de glucose, cuit « au grand boulé » (130 °C), travaillé à la spatule sur un marbre jusqu'à ce qu'il devienne une pâte épaisse et opaque, que l'on pétrit ensuite à la main. Cette pâte blanche, molle et homogène se conserve bien dans un emballage hermétique.

Le fondant est surtout utilisé en confiserie (intérieur de chocolats, bonbons), où il s'emploie coloré et parfumé. Fondu au bain-marie avec un peu d'eau, de sirop léger ou d'alcool, il se coule dans des caissettes ou enrobe massepains, fruits secs ou frais et cerises à l'eau-de-vie.

En pâtisserie, nature ou parfumé au chocolat, au café, voire à la fraise, à la framboise, au citron ou à l'orange, il sert à glacer choux, éclairs, génoises, mille-feuilles, etc.

glace au fondant

Cuire à feu vif, dans une casserole à fond très épais, 2 kg de sucre en morceaux et 80 g de glucose avec 1,2 dl d'eau. Retirer du feu quand le stade du boulé (118 °C) est atteint. Huiler un marbre, y verser le sirop et le laisser tiédir. Le travailler avec une spatule métallique en l'étalant et en le ramassant plusieurs fois jusqu'à ce qu'il soit tout à fait homogène, lisse et blanc. Le mettre dans une terrine, le couvrir et le garder au frais. Pour utiliser ce fondant, le réchauffer doucement dans une petite casserole ; y ajouter très peu de sirop à 30° (température d'ébullition : 101,5 °C environ, densité 1,1291) et le parfum choisi (liqueur, essence ou extrait de café, chocolat fondu).

FONDRE Liquéfier par la chaleur un produit tel que le sucre, le chocolat, un corps gras solide, etc. Pour éviter que le produit ne brûle, on a souvent recours au bain-marie, ou bien on intercale un diffuseur et on remue avec une cuillère en bois.

« Fondre » se dit aussi de la cuisson à couvert de certains légumes dans un corps gras, sans autre mouillement que leur eau de végétation (voir ÉTUVER, SUER).

FONDUE Spécialité des Alpes françaises et de Suisse, faite avec un ou plusieurs fromages à pâte cuite, que l'on fait fondre à feu doux dans un poêlon appelé « caquelon », avec du vin blanc et des aromates. On pose ensuite le caquelon sur un réchaud de table, et les convives dégustent la fondue bouillante, en y trempant des morceaux de pain piqués sur des fourchettes à deux dents et à long manche.

Si la recette qu'Anthelme Brillat-Savarin donne dans sa *Physiologie du goût* (1826) est, en fait, un apprêt d'œufs brouillés au fromage, plusieurs recettes de Savoie et de Suisse sont authentiques : la fondue comtoise (comté vieux et fruité et comté mi-vieux, vin blanc sec, kirsch et ail), la fondue au cantal (vieux cantal, vin blanc sec, ail), la fondue des Mosses, vaudoise (gruyère, appenzell et bagnes ou tilsit, bolets secs, vin blanc sec, ail, eau-de-vie de prune), la fondue fribourgeoise (vacherin fribourgeois, ail, beurre, eau bouillante), la fondue gessine (comté fruité, bleu de Gex, vin blanc sec, kirsch, ail), la fondue jurassienne (gruyère du Jura fruité et salé, vin blanc sec, kirsch, ail, muscade), la fondue romande (gruyère et fribourg, ou gruyère seul, avec parfois vacherin de Fribourg, vin blanc sec et pétillant, kirsch, ail) et la fondue savoyarde (beaufort vieux et salé et beaufort fruité, vin blanc sec, kirsch). La fondue normande (camembert, pont-l'évêque et livarot écroûtés, crème, lait, calvados, échalote) est une variante classique. Enfin, la fondue piémontaise est agrémentée de truffes blanches hachées ; elle se sert dans des assiettes creuses garnies de croûtons.

En Belgique, les fondues sont de petits carrés frits de pâte au fromage.

fondue à la piémontaise

Couper en dés 600 g de fontina, les mettre dans un récipient assez étroit et mouiller à hauteur de lait froid. Laisser reposer 2 heures au moins. Mettre le fromage et le lait dans une casserole et y ajouter 6 jaunes d'œuf et 120 g de beurre. Cuire au bain-marie sur feu modéré, en fouettant sans cesse, jusqu'à ce que le mélange fonde, puis prenne un aspect crémeux. Le point idéal de cuisson correspond aux premiers bouillons de l'eau du bain-marie. Servir dans une soupière, en garnissant les assiettes de petits triangles de pain de mie grillés ou frits au beurre.

fondue valaisane

Frotter à l'ail le fond d'un caquelon en terre. Couper en lamelles très minces de 150 à 200 g par personne de bon fromage de Gruyère (ou un mélange de beaufort, d'emmental et de comté). Mettre ce fromage dans le caquelon, le recouvrir tout juste de vin blanc sec (en Suisse, généralement du fendant), et tourner sur le feu jusqu'à ce qu'il soit fondu. Ajouter alors un peu de poivre du moulin et 1 cuillerée à dessert de fécule délayée dans 1 verre à liqueur de kirsch.

fondues belges au fromage

Préparer un roux blond avec 75 g de beurre et 65 g de farine. Laisser refroidir. Verser 5 dl de lait entier bouillant et fouetter vigoureusement. Laisser bouillir quelques instants en remuant. Assaisonner de sel, de poivre et de muscade. Ajouter 125 g de cheddar ou de gouda vieux et 4 jaunes d'œuf. Bien mélanger. Lorsque la préparation se détache des bords, la verser sur une plaque huilée en une couche de 1 cm d'épaisseur. Beurrer la surface et laisser refroidir. Retourner cette pâte sur un plan de travail fariné et la détailler en carrés de 5 cm de côté. Les passer dans du blanc d'œuf, puis dans de la chapelure. Frire les fondues à l'huile très chaude (180 °C) jusqu'à ce qu'elles soient bien colorées.

FONDUE BOURGUIGNONNE Plat composé de petits cubes de bœuf que l'on pique sur une longue fourchette et que l'on plonge dans un caquelon ou un poêlon rempli d'huile bouillante, avant de les déguster avec diverses sauces.

FONDUE CHINOISE Plat traditionnel introduit en Extrême-Orient par les Mongols au XIVe siècle et réalisé, à l'origine, avec du mouton. On la prépare aujourd'hui suivant le même principe que la fondue bourguignonne, en faisant cuire des lanières de viande de bœuf et de porc, des blancs de volaille en minces lamelles, des boulettes de poisson, etc., dans un bouillon de poulet frémissant sur un réchaud à charbon de bois fixé au pot à fondue. On accompagne ce plat de légumes frais émincés, d'une purée de haricot et de vermicelles de riz, et de sauces à base de soja, de gingembre et d'huile de sésame.

Au Viêt Nam, où la fondue est un plat de fête, on la prépare avec du bœuf, des crevettes et du poisson, cuits dans du lait de coco et accompagnés d'une sauce aux crevettes et de condiments aigres-doux. On y joint parfois des noix de coquille Saint-Jacques et des lanières d'encornet.

FONDUE AU CHOCOLAT Dessert fait de chocolat fondu au bain-marie, maintenu liquide sur un réchaud de table, et dans lequel les convives trempent des morceaux de génoise, de biscuit ou de brioche, des morceaux de fruits frais, des fruits confits, etc. On allège souvent le chocolat au lait ou à l'eau.

FONDUE DE LÉGUMES Préparation de légumes finement taillés, cuits à chaleur douce, au beurre, parfois avec très peu d'eau ou de bouillon. Les légumes suent dans leur eau de végétation avec le corps gras. La cuisson se poursuit jusqu'à évaporation du liquide, et les légumes sont alors « fondus ». La fondue, faite avec un seul ou plusieurs légumes, s'emploie comme élément complémentaire ou comme garniture. La fondue de tomate s'utilise plus particulièrement dans des apprêts d'œufs, des sauces et des garnitures méditerranéennes ; elle complète aussi certaines farces et peut servir, refroidie, de condiment pour des hors-d'œuvre ou du poisson (de même que la fondue d'oignon). Aromatisée à la coriandre, elle est dite « à la grecque ».

filets de turbot à la fondue de poireau et à la moelle → TURBOT

fondue de tomate

Éplucher et hacher 100 g d'oignons. Peler, épépiner et concasser 750 g de tomates. Éplucher et écraser 1 gousse d'ail. Préparer 1 bouquet garni riche en thym. Chauffer dans une casserole à fond épais soit 30 g de beurre, soit 15 g de beurre et 2 cuillerées à soupe d'huile d'olive, soit 3 cuillerées à soupe d'huile d'olive. Y faire blondir les oignons, puis ajouter les tomates, du sel et du poivre, l'ail écrasé et le bouquet garni. Couvrir et cuire doucement jusqu'à l'obtention d'une purée. Découvrir, remuer avec une spatule en bois et faire réduire jusqu'à ce que la fondue forme une pâte légère. Rectifier l'assaisonnement, tamiser et ajouter 1 cuillerée à soupe de fines herbes hachées.

soles de ligne à la fondue de poireau → SOLE

FONTAINE Tas de farine disposé sur un marbre, une planche ou dans une terrine, au milieu duquel on a creusé un trou, ou « puits », pour y verser les différents ingrédients entrant dans la fabrication d'une pâte ; on incorpore progressivement ceux-ci à la farine en la rabattant du bout des doigts vers le centre.

FONTAINEBLEAU Fromage francilien de lait de vache (60 à 75% de matières grasses), frais et sans sel, présenté dans une mousseline et un petit pot en carton paraffiné (voir tableau des fromages français page 494). Le fontainebleau est un mélange mousseux de crème fouettée et de caillé coagulé lentement, égoutté pendant 30 heures, puis lissé. Il se consomme au plus tard le lendemain de sa fabrication et se sert avec ou sans sucre, souvent avec des fraises ou de la confiture. Certains amateurs lui ajoutent de la crème fraîche.

FONTAINEBLEAU (GARNITURE) Nom d'une garniture de petites pièces sautées (tournedos ou noisette), composée d'une jardinière de légumes taillée finement, liée au beurre et dressée dans des petites barquettes en pommes duchesse dorées au four.

FONTANGES Nom d'un potage fait d'une purée de petits pois frais, éclaircie au consommé, additionnée d'une chiffonnade d'oseille fondue au beurre et parsemée de pluches de cerfeuil. Lié à la crème fraîche et sans beurre, ce potage devient une crème. Lié au jaune d'œuf et à la crème, c'est un velouté.

FONTE Alliage de fer et de carbone, avec lequel on fabrique divers ustensiles de cuisson, notamment des cocottes, des grils et des poêles. Lourde, résistante, la fonte conserve longtemps la chaleur et autorise aussi bien les grillades rapidement saisies que les mijotages. Les ustensiles en fonte émaillée, recouverts de deux couches d'émail coloré et brillant ou noir et mat, présentent en outre l'avantage de pouvoir passer directement du feu ou du four sur la table, mais sont fragiles, leur matériau craignant les chocs et les rayures. La fonte d'aluminium, beaucoup plus légère que la fonte de fer, est très utilisée pour le matériel de cuisine.

FONTENELLE (À LA) Se dit d'un apprêt des asperges, servies avec du beurre fondu et un œuf à la coque dans lesquels on les trempe successivement. Cette dénomination est due à la gourmandise de Bernard Le Bovier de Fontenelle (1657-1757), philosophe et secrétaire perpétuel de l'Académie des sciences, qui aimait les asperges au beurre autant que son ami l'abbé Terrasson les aimait à la vinaigrette. Recevant ce dernier à dîner, Fontenelle avait prévu des asperges moitié au beurre, moitié à la vinaigrette. En passant à table, l'abbé mourut brutalement, frappé d'apoplexie, et Fontenelle, dit-on, cria aussitôt à sa cuisinière : « Toutes au beurre, toutes au beurre ! »

FONTINA Fromage italien AOC de lait cru de vache (45% de matières grasses), à pâte pressée cuite et à croûte brossée, parfois huilée (voir tableau des fromages étrangers page 498). Originaire du Val d'Aoste,

où sa fabrication remonte au XII[e] siècle, la fontina se présente sous la forme d'une meule de 40 à 45 cm de diamètre sur 7 à 10 cm d'épaisseur. Souple sous le doigt, présentant quelques petits trous, elle a une saveur agréablement bouquetée. Elle est aussi utilisée en cuisine, notamment dans la fondue piémontaise ; affinée, elle se râpe et s'emploie comme le parmesan.

FOOL Entremets glacé d'origine anglaise, fait d'une purée de fruit passée au tamis fin, sucrée et mise à glacer, mais non congelée. Avant de servir, le fool est additionné de deux fois son volume de crème fouettée et dressé dans des coupes ou des verres à sorbet.

FORESTIÈRE (À LA) Se dit de petites ou de grosses pièces de boucherie, de volaille, voire d'œufs ou de légumes, dont l'apprêt comporte des champignons sauvages (souvent des girolles ou des morilles, parfois des cèpes), sautés ou étuvés au beurre. La garniture forestière, qui accompagne les viandes, joint aux champignons des pommes de terre noisettes ou rissolées et des lardons blanchis et rissolés ; on la sert avec une demi-glace, un fond de veau lié ou le déglaçage de la pièce.

FORÊT-NOIRE (GÂTEAU DE LA) Gâteau au chocolat originaire d'Allemagne, populaire aussi en Alsace. Rond, haut de 6 à 8 cm, il est formé de trois couches de biscuit au chocolat imbibé de kirsch, de cerises entières en compote et de crème Chantilly, souvent légèrement aromatisée au chocolat et au kirsch. Le dessus est décoré de rosaces de chantilly, de copeaux de chocolat et de cerises.

gâteau de la Forêt-Noire

Battre énergiquement 6 œufs entiers avec 250 g de sucre semoule jusqu'à ce que le mélange soit mousseux. Incorporer 100 g de farine tamisée et 50 g de cacao en poudre, puis 150 g de beurre fondu. Beurrer 3 moules ronds de 22 cm de diamètre, les fariner, secouer pour faire tomber l'excédent de farine et y répartir la pâte. Cuire 25 min au four préchauffé à 180 °C. Démouler et laisser refroidir. Préparer un sirop avec 200 g de sucre semoule et 3,5 dl d'eau ; le parfumer au kirsch. Râper en copeaux épais 250 g de chocolat amer et mettre ceux-ci dans le réfrigérateur. Imbiber de sirop les abaisses de pâte. Fouetter en chantilly 8 dl de crème fraîche épaisse très froide additionnée de 2 dl de lait également très froid puis de 80 g de sucre glace et de 2 sachets de sucre vanillé. Masquer chaque abaisse du quart de cette crème et y disposer une douzaine de cerises à l'eau-de-vie. Garnir le tour du gâteau du reste de la chantilly. Décorer des copeaux de chocolat. Servir bien frais.

FORMER Donner sa forme finale à une préparation, éventuellement avant sa cuisson. On peut former une pâte levée avant de la mettre en moule, former un apprêt de poisson, de viande ou autre, qu'il soit farci, pané ou masqué, avant de le cuire.

« Former » s'emploie aussi quand une pâte à génoise ou une sauce émulsionnée forme le ruban, indiquant que l'une est prête à être mise dans un moule et que l'autre est à son terme de cuisson.

FOUACE Pâtisserie figurant parmi les plus anciennes de France (voir tableau des pains page 747). À l'origine, c'était une galette de fine fleur de froment, non levée et cuite sous la cendre, dans le foyer. Elle porte aussi le nom de « fougasse », bien que celle-ci reçoive le plus souvent une garniture salée.

Bien des provinces françaises ont fait ou font encore des fouaces. De nos jours, il s'agit la plupart du temps d'une galette briochée assez rustique, cuite au four, diversement parfumée, généralement préparée pour Noël ou pour le jour des Rois. Jadis très répandue dans l'Ouest (Caen, Vannes, La Flèche, Tours), la fouace est aujourd'hui plus fréquente dans le Sud. À Najac, dans le Rouergue, a lieu chaque année la « fête des fouaces » ; dans le Languedoc, on prépare une fouace aux grattons, que l'on déguste avec du frontignan ; en Auvergne, elle est truffée de fruits confits ; en Provence, elle fait partie des « treize desserts de Noël ». Enfin, la fougassette, toujours en pâte briochée, est une spécialité du comté de Nice ; c'est une petite fouace en forme de pain tressé, parfumée à la fleur d'oranger et au safran, avec parfois du cédrat confit.

fouace

Délayer 15 g de levure de boulanger dans un peu de lait (ou d'eau) tiède. Ajouter 125 g de farine tamisée, puis suffisamment de lait ou d'eau pour former une pâte un peu molle ; la laisser lever jusqu'à ce qu'elle ait doublé de volume. Disposer alors en fontaine, sur le plan de travail, 375 g de farine tamisée ; verser au centre 1 grosse pincée de sel, 100 g de beurre ramolli, 1 verre à liqueur de rhum, de cognac ou d'eau de fleur d'oranger, 50 g de sucre (facultatif) et 4 œufs battus en omelette. Travailler ce mélange en y ajoutant un peu de lait ou d'eau pour obtenir une pâte souple, puis y incorporer la pâte levée et, éventuellement, un salpicon de fruits confits (de 150 à 200 g). Travailler encore la pâte pour la rendre élastique, la rouler en boule, inciser le dessus en croix et laisser lever (elle doit doubler de volume). Disposer alors la fouace sur une tôle beurrée, en boule, en pain ou en couronne, dorer à l'œuf battu et cuire 40 min au four préchauffé à 230 °C.

FOUET Ustensile de cuisine formé de fils de fer étamé ou d'acier inoxydable, recourbés et croisés, maintenus dans un manche.

• FOUET À BLANCS. Court et arrondi, avec des fils souples, fixés par une virole dans un manche en bois, il sert à monter les blancs d'œuf en neige. Il s'emploie aussi pour la purée de pomme de terre, pour battre les jaunes d'œuf avec du sucre (notamment pour le sabayon) et pour fouetter la crème fraîche.

▶
Gâteau de la Forêt-Noire



• FOUET À SAUCE. De forme plus allongée, avec des fils plus raides et assemblés dans un manche en métal, il est utilisé pour monter les sauces au beurre ou les émulsionner, et pour mélanger des crèmes et appareils divers, afin d'éviter les grumeaux. Le fouet à main est aujourd'hui souvent remplacé par un batteur électrique équipé de fouets en acier ou en plastique.

FOUGASSE Pain plat fait d'une pâte parfumée à l'huile d'olive et légèrement sucrée, à mie blanche, molle et douce, et à croûte molle (voir tableau des pains page 747). La fougasse, spécialité provençale, est souvent farcie de lardons, d'oignons, ou de fruits confits; elle peut même être garnie à la façon des pizzas.

FOUGÈRE Plante sans fleurs ni graines dont les jeunes pousses ou crosses (dites aussi « queues » ou « têtes » de violon) sont récoltées au Québec et au Nouveau-Brunswick au tout début du printemps. On secoue ces pousses pour les débarrasser de la fine pellicule roussâtre qui les recouvre et on les blanchit quelques minutes. On les consomme fraîches, ou réchauffées au beurre et arrosées de citron. Elles accompagnent bien les viandes et les poissons.

▶ **Recette** : SALADE.

FOUGERU Fromage briard de lait de vache (45 à 50% de matières grasses) à pâte molle et à croûte fleurie rougeâtre (voir tableau des fromages français page 494). Le fougeru se présente sous la forme d'un disque de 13 cm de diamètre et de 3 à 4 cm d'épaisseur, pesant de 500 à 600 g et habillé de frondes de fougère. Il a une saveur proche de celle du coulommiers.

FOULER Passer à travers un chinois ou une étamine une sauce, une purée, un potage, en les comprimant à l'aide d'une petite louche ou d'une spatule de bois.

FOUQUET'S Restaurant et café des Champs-Élysées, à Paris. C'était à l'origine (1901) un estaminet pour cochers de fiacre, qui portait le nom de son propriétaire, Louis Fouquet.

En 1910, Léopold Mourier, personnalité de la restauration parisienne et tuteur des enfants du fondateur, acheta l'établissement, anglicisa son nom en *Fouquet's* (sur le modèle de *Maxim's*), refit le décor dans le style Belle Époque (qui subsista jusqu'en 1961) et créa un « bar anglais » et un grill-room. Un restaurant fut ouvert au premier étage. Depuis les années 1950, la clientèle attitrée du *Fouquet's* est surtout composée d'artistes de la scène et de l'écran.

FOUR Appareil de cuisson dérivé du four à pain, dont l'origine se perd dans la nuit des temps. Les fours modernes sont soit incorporés aux plaques de cuisson, soit indépendants. Ils se composent essentiellement d'une enceinte calorifugée (moufle), chauffée par une rampe à gaz ou par des résistances électriques disposées en bas (sole) et en haut (voûte). À gaz ou électrique, le four est toujours muni d'un thermostat qui règle la température, en général de 110 – parfois 60 – à 250 °C, avec un bouton gradué de 1 à 8 ou à 10.

Aujourd'hui, les fours mettent en œuvre des techniques sophistiquées.

Les fours à air pulsé (entre 100 et 250 °C) sont équipés d'une turbine qui brasse l'air dans l'enceinte, homogénéisant la température et réduisant les temps de cuisson en accélérant les transferts de chaleur.

Les fours à vapeur fluante sont équipés d'une chaudière de production de vapeur, qui est injectée soit directement dans l'enceinte (entre 80 et 100 °C), soit de manière différée et avec brassage de la vapeur (entre 50 et 100 °C).

Les fours à vapeur sous pression sont de petits autoclaves fonctionnant soit à basse pression (entre 105 et 108 °C), comme de grosses Cocottes-Minute, soit à haute pression (entre 115 et 120 °C), et ils sont dits alors à « vapeur sèche ».

Enfin, les fours mixtes, à vapeur et à air pulsé (fonctions que l'on peut utiliser séparément ou successivement), permettent de réaliser des cuissons à température parfaitement maîtrisée, et notamment sous vide.

Les fours modernes sont soit autodégraissants par catalyse (le revêtement de leurs parois détruit les graisses sous l'effet de la chaleur [thermostat 7 au minimum]), soit, uniquement s'ils sont électriques, autonettoyants par pyrolyse (une surchauffe à 500 °C à vide réduit toutes les saletés en poussière).

FOUR À MICRO-ONDES Appareil de cuisson électrique, dont la source d'énergie est un magnétron qui émet des trains d'ondes ultracourtes à haute fréquence (ondes radio). Ces ondes se réfléchissent sur les parois du four (le plat tourne sur une sole mobile) ou sont dispersées dans sa cavité grâce à un agitateur (le plat est statique). Elles traversent les matériaux comme le verre, le plastique ou la céramique, mais sont réfléchies par les métaux.

Les micro-ondes sont absorbées par les molécules d'eau dont elles provoquent l'agitation rapide; celle-ci produit un échauffement intense au cœur même des aliments. Plus l'eau est libre dans les produits (liquides, légumes), plus l'échauffement est rapide et homogène; plus l'eau est liée (viandes, poissons), plus ce réchauffement est lent et hétérogène. La source de chaleur est donc l'eau contenue dans les aliments et, sauf artifice spécial, ceux-ci ne peuvent être ni colorés ni saisis dans un four à micro-ondes.

Le four à micro-ondes est aussi utilisé pour décongeler les produits frais sortant du congélateur, avant cuisson classique.

FOURCHETTE Ustensile de table, de cuisine ou de service, en forme de petite fourche à deux, trois ou quatre dents. C'est Henri III qui, ayant découvert l'usage de la fourchette de table à la cour de Venise, en 1574, l'introduisit en France. Le roi trouva en effet cet instrument bien pratique pour porter les aliments à la bouche par-dessus les hauts cols à fraise empesée alors à la mode.

La fourchette de table existait déjà auparavant, mais c'était une pièce d'orfèvrerie; souvent dotée d'un manche pliant, elle était conservée dans un étui et réservée à un usage personnel. On utilisait aussi

en cuisine une grande fourchette pour piquer les aliments dans les marmites ou saisir les rôtis. Progressivement, les fourchettes furent fabriquées avec trois, puis quatre dents.

Aujourd'hui, seule la fourchette à rôti, employée en cuisine pour piquer les volailles et les viandes, n'a que deux dents longues et fines, droites ou légèrement recourbées. Les fourchettes de table sont plus diversifiées. Certaines fourchettes de service vont de pair avec une cuillère (couvert à salade) ou un couteau (service à découper), de même que les fourchettes de table, à poisson ou à fruit, et leur taille varie jusqu'à la petite fourchette à gâteau.

D'autres fourchettes sont destinées à un usage précis : pour manger escargots, huîtres, crustacés (parfois dénommées « curettes ») ou fondue.

FOURME Nom de plusieurs fromages de lait de vache du centre de la France, généralement persillés. Le mot « fourme » est parfois appliqué, improprement, au cantal, au salers et au laguiole.

- FOURME D'AMBERT. Elle bénéficie d'une appellation d'origine contrôlée et provient de la Loire, du Puy-de-Dôme et de l'arrondissement de Saint-Flour (voir tableau des fromages français page 495). Elle se présente sous la forme d'un cylindre de 1,5 kg. Sa pâte persillée pressée (45% de matières grasses), sous une croûte sèche gris foncé tachée de jaune et de rouge, a une saveur prononcée. Les fourmes de Pierre-sur-Haute, du Forez et de Montbrison lui sont apparentées.
- FOURME DU MÉZENC. Sa pâte persillée (30 à 40 % de matières grasses), sous une croûte naturelle, a également une saveur prononcée. Appelée encore bleu du Velay, de Loudes ou de Costaros, elle se présente elle aussi sous la forme d'un cylindre.
- FOURME DE ROCHEFORT. Fabriquée dans les fermes, elle se présente sous la forme d'un haut cylindre pesant de 5 à 10 kg. Sa pâte pressée non cuite (45% de matières grasses), sous une croûte naturelle grisée, a un goût de terroir.

▶ **Recette** : SALADE.

FOURNEAU Appareil de cuisson alimenté au bois, au charbon, au mazout, au gaz ou à l'électricité. À l'origine en maçonnerie, puis en tôle épaisse ou en fonte, le fourneau constitue le gros équipement de base d'une cuisine, surtout en restauration. Il possède une table de cuisson en fonte polie, sur laquelle on peut faire glisser les récipients en fonction de l'intensité de chaleur souhaitée, et un ou plusieurs fours. Une réserve commandée par un robinet fournit de l'eau bouillante à tout moment.

Les modèles les plus récents sont adaptés aux besoins d'une grande cuisine : fourneaux « coup de feu », « feu vif » et « plaque mijotage ».

■ **Histoire.** Les premiers fourneaux, dits « potagers », apparurent au XVIII[e] siècle et révolutionnèrent la cuisine, car ils remplaçaient la seule source de chaleur disponible jusqu'alors : la grande cheminée, dans laquelle on installait parfois de petits réchauds portatifs pour une cuisson plus mesurée. Désormais, on disposait de plusieurs foyers d'intensité échelonnée. Le fourneau permettait donc de préparer en même temps plusieurs mets faciles à surveiller, et, à cette époque, de nombreux plats furent inventés. Une autre évolution décisive se produisit à la fin du siècle, lorsque le fourneau en fonte, alimenté au charbon, remplaça le potager à charbon de bois. Néanmoins, l'aération restait souvent précaire. Il fallut attendre les années 1850 pour que, à Londres, le chef Soyer introduise la cuisine au gaz.

FOURRER Garnir d'éléments cuits ou crus l'intérieur d'un mets salé ou sucré. L'omelette fourrée est cuite à plat et garnie avant d'être repliée. Les crêpes fourrées sont masquées de confiture ou de crème, puis pliées en pannequets ou roulées. En pâtisserie, on fourre les biscuits, les choux, les éclairs et les génoises avec de la crème au beurre ou aux amandes, de la crème pâtissière ou un salpicon de fruits. Les petits pains servis en hors-d'œuvre froids sont fourrés de toutes sortes d'appareils salés, réduits en purée ou en mousse.

FOUTOU Plat traditionnel africain, très apprécié au Bénin et en Côte d'Ivoire, à base de racines de manioc et de bananes presque vertes ou d'ignames, dont la valeur culinaire tient à la variété des sauces qui l'accompagnent. Manioc et bananes sont cuits à l'eau, égouttés et pilés pour donner une pâte lisse, qui est ensuite façonnée en petits pains ou en une grande galette. Les sauces, qui sont presque toujours des ragoûts très riches et relevés, sont faites soit de viandes et de légumes (oignons, tomates, laurier et piment, mijotés dans de l'huile avec des bettes, des pois chiches cuits, du ragoût de mouton et du porc en petits morceaux), soit de poisson et de légumes (graines de palme, chair de crabe, aubergines, gombos, piments, bananes vertes et filets de poisson).

FOYOT Restaurant parisien situé autrefois à l'angle de la rue de Tournon et de la rue de Vaugirard, à Paris. Il fut racheté en 1848 par l'ancien chef de cuisine de Louis-Philippe, Foyot, et ne fut démoli qu'en 1938. La proximité du palais du Luxembourg lui amena une clientèle de sénateurs, qui appréciaient les pieds de mouton poulette, les pigeons Foyot, les pommes de terre Ernestine et surtout les côtes de veau Foyot, grande spécialité de la maison, qui est demeurée un classique.

▶ **Recettes** : SAUCE, VEAU.

FRAISE Fruit du fraisier, plante rampante de la famille des rosacées, d'un rouge plus ou moins vif et de forme ronde ou conique.

Rafraîchissante et stimulante, peu sucrée, la fraise apporte 40 Kcal pour 100 g, des sels minéraux et des vitamines (C, B, PP). C'est un fruit fragile, qui se conserve dans le réfrigérateur, mais très peu de temps.

■ **Histoire.** La fraise était déjà connue des Romains, qui en appréciaient les vertus thérapeutiques. Les alchimistes du Moyen Âge voyaient en elle une sorte de panacée, et, au XVIII[e] siècle, Fontenelle affirmait qu'il lui devait sa longévité : il mourut centenaire.

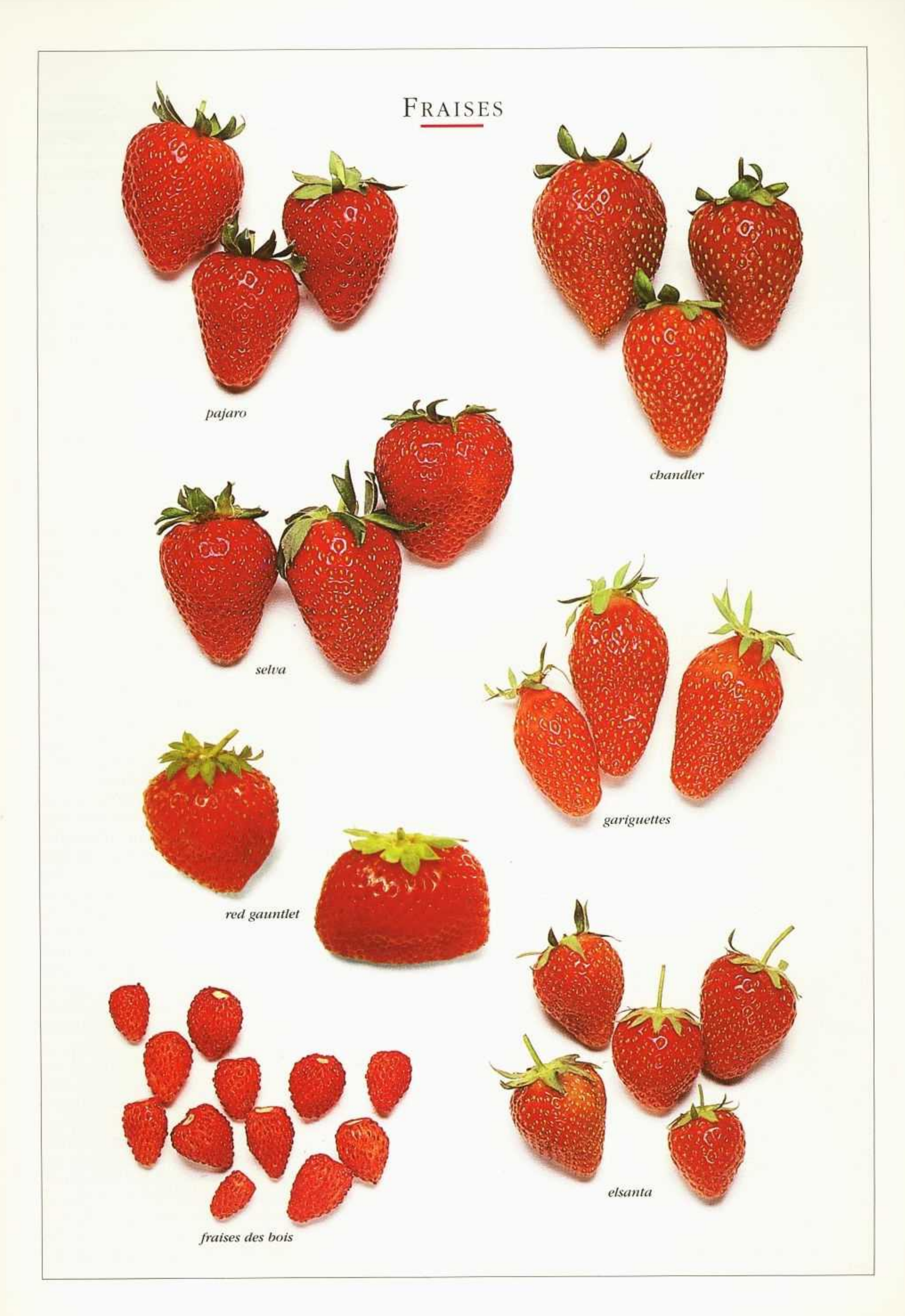
Jusqu'au XIIIe siècle, on ne connaissait que la fraise sauvage, ou fraise des bois. Sa culture permit ensuite d'obtenir des variétés à fruits plus gros, et surtout des saisons plus longues. Jean de La Quintinie, le jardinier de Louis XIV, fit même pousser des fraises dans les serres de Versailles. Mais le pas décisif fut franchi au début du XVIIIe siècle, d'abord par l'introduction du fraisier écarlate de Virginie, puis grâce à un explorateur au nom prédestiné, Antoine Amédée Frézier, qui rapporta de nouveaux plants du Chili.

■ **Emplois.** Présente sur le marché dès le mois de mars – elle vient alors d'Espagne –, la fraise connaît sa pleine saison avec les productions françaises en mai et en juin, et souvent même jusqu'en novembre (voir tableau). On peut même la trouver en hiver, en provenance de l'hémisphère Sud ou d'Israël. On la sert en dessert, nature, au sucre, à la crème fraîche ou à la chantilly, macérée au vin, au champagne ou au kirsch, en coupes glacées ou en salade de fruits, mais elle entre aussi dans la préparation de bavarois, de glaces, de mousses, de soufflés et de tartes. Enfin, confitures et compotes conviennent aux variétés les plus parfumées.

cassate à la fraise → CASSATE
charlotte à la fraise → CHARLOTTE
compote de fraise → COMPOTE
confiture de fraise → CONFITURE
délice aux fraises → DÉLICE ET DÉLICIEUX

Caractéristiques des principales variétés de fraises

variétés	provenance	époque	aspect
coniques			
aïko	Sud-Ouest	fin mai - juin	grosse, pointue, rouge brique
belrubi	toute la France	mai - juin	assez grosse, rouge pourpre
douglas	Val de Loire, Ouest	fin avr.- juin	grosse, régulière, rouge-orangé
gorella	Sud-Ouest, Ouest, Nord, Est	mai - juin	assez grosse, très irrégulière, rouge foncé
maraline	Rhône, Ardèche, Isère, Drôme	mi-mai - fin juin	moyenne, rouge-orangé à rouge vif, fondante
red gauntlet	Val de Loire, Ouest, Bretagne	juin - juill.	assez grosse, très irrégulière, rouge foncé
seascape	Dordogne	juill. - nov.	grosse, irrégulière, rouge brique à pourpre
valeta	Rhône-Alpes, Aquitaine, Bretagne	mi-mai-début juill.	grosse, rouge pourpre, ferme
cordiformes			
elsanta	toute la France	mi-avr.- fin juin	grosse, régulière, rouge passion
fern	Sud-Ouest, Val de Loire	avr.- oct.	grosse, galbée, rouge passion
gariguette	Aquitaine, Gard, Val de Loire, Bretagne, Midi-Pyrénées	début avr.-début juin	moyenne, régulière, allongée, rouge-orangé clair
pajaro	Provence, Aquitaine	fin mars - fin mai	assez grosse, régulière, rouge profond
rondes			
addie	Sud-Est, Sud-Ouest	mi-avr.- mi-juin	grosse, rouge vif brillant
bogota	Rhône-Alpes	fin mai - juin	grosse, irrégulière, rouge orangé
darline	Bretagne	fin mai - mi-juill.	grosse, longue à ovoïde, rouge orangé à brique clair
triangulaires			
chandler	Val de Loire	mi-fin avr.-fin mai	assez grosse, irrégulière, allongée, rouge pourpre
selva	Aquitaine, Val de Loire	juill.- nov.	moyenne à grosse, assez irrégulière, rouge brique
fraises des bois			
mara des bois	Dordogne, Sologne, Rhône-Alpes	juill.- nov.	petite, irrégulière, rouge profond
reine des vallées	toute la France	mai - juin, juill.	très petite, cunéiforme, rouge clair à foncé


FRAISES
pajaro
chandler
selva
gariguettes
red gauntlet
fraises des bois
elsanta

fraises Condé
Préparer une bordure de riz au lait sucré, vanillé et lié aux jaunes d'œuf. Cuire 30 min au bain-marie dans le four préchauffé à 200 °C, puis laisser refroidir et démouler sur un plat de service. Laver de grosses fraises, les égoutter, les équeuter et les partager en deux quantités égales. En sucrer une moitié, l'arroser d'eau-de-vie et la laisser macérer au frais 1 heure au moins. Tamiser l'autre moitié avec 1/4 de leur poids de framboises; ajouter du jus de citron et un peu de sucre semoule pour que la purée ne soit pas acide. Dresser les fraises entières, égouttées, au centre de la bordure et accompagner de la purée de fruit.

fraises à la maltaise
Couper des oranges maltaises en deux et les évider; tailler légèrement le fond pour leur donner une assise stable puis les mettre dans le réfrigérateur. Quand elles sont bien froides, presser la pulpe et passer le jus. Laver des petites fraises très parfumées, les éponger, les équeuter. Additionner le jus d'orange de sucre et d'un peu de curaçao ou de Cointreau; en arroser les fraises et mettre dans le réfrigérateur. Au moment de servir, emplir de fraises les demi-oranges et les entourer de glace pilée.

gratin de fraises au sabayon de citron → GRATIN
mousse glacée à la fraise → MOUSSE
pâte de fraise → PÂTE DE FRUITS
rhubarbe aux fraises → RHUBARBE
sirop de fraise → SIROP
soufflé aux fraises ou aux framboises → SOUFFLÉ
tarte aux fraises → TARTE

FRAISE DES BOIS Petite fraise sauvage, de la famille des rosacées, que l'on cueille dans les bois ou à l'ombre des taillis, en juin-juillet en plaine, en août-septembre en montagne (voir planche des fraises page 483). Rouge très foncé, mate, elle ne dépasse pas 12 mm de long. Elle est à l'origine des variétés européennes de fraises cultivées, qu'elle surpasse toutes en saveur et en parfum. Elle est également cultivée, donnant notamment la « reine des vallées », qui est légèrement plus grosse que la fraise sauvage, mais moins savoureuse. La fraise des bois se prête à toutes les préparations de la fraise cultivée.

FRAISE DE VEAU Intestin grêle du veau, ouvert, lavé, dégraissé, puis blanchi et raidi à l'eau chaude – ce qui lui donne un aspect frisé, comme celui des « fraises » que l'on portait autrefois autour du cou (voir tableau des abats page 10). Seule ou en mélange, la fraise de veau entre dans la composition de certaines andouillettes. On l'utilise parfois dans les tripes. Cuite au court-bouillon et détaillée en morceaux carrés, elle se mange froide avec une sauce ravigote, ou chaude, accommodée comme le gras-double (à la lyonnaise, à la poulette). Elle entre aussi dans la garniture des bouchées à la reine.

fraise de veau au blanc
Faire dégorger à l'eau froide de la graisse de bœuf ou de veau; la couper en petits morceaux. Nettoyer la fraise de veau, la ficeler bien serré. Délayer de la farine à l'eau froide (1 bonne cuillerée à soupe par litre), passer et verser dans une marmite. Ajouter 6 g de sel et 1 cuillerée à soupe de vinaigre par litre, 1 oignon piqué de 2 clous de girofle, 1 bouquet garni et les morceaux de graisse. Porter à ébullition, y plonger la fraise et la cuire 1 h 30 au moins.

fraise de veau frite
Détailler la fraise pochée en morceaux carrés; les saler et les poivrer, puis les paner à l'œuf et à la mie de pain; les frire dans beaucoup d'huile. Dresser sur une serviette et garnir de persil frit et de quartiers de citron. Servir à part une sauce diable ou une sauce piquante.

FRAISER Pousser et écraser une pâte à foncer sur le marbre avec la paume de la main. Le fraisage a pour but d'obtenir un mélange intime des éléments et de rendre la pâte homogène, mais non élastique. Quand le beurre, les œufs et l'eau ont été grossièrement incorporés à la farine en fontaine, on morcelle le mélange, puis on le fraise (on dit aussi « fraser »). Les petites parcelles sont ensuite réunies en une seule grosse boule de pâte.

FRAISIER Gâteau fait de deux abaisses carrées de génoise, humectées de sirop au kirsch et posées l'une sur l'autre, séparées par une couche de crème au beurre parfumée au kirsch, sur laquelle on dispose des fraises fraîches. Le dessus est recouvert de crème au beurre colorée au carmin, ou de pâte d'amande, ou de meringue italienne, et décoré de fraises.

Il existe plusieurs variantes de ce gâteau aux fraises, également appelé « fragaria » ou « fraisalia ». Il peut s'agir d'une génoise à la poudre d'amande, recouverte de plusieurs couches de confiture de fraise kirschée, puis abricotée et glacée au fondant rose; le tour est masqué de grains de sucre et d'amandes hachées, et le dessus orné d'une grosse fraise en pâte d'amande rouge et de feuilles en sucre cuit. C'est aussi une génoise garnie d'une couche de crème à la fraise, glacée de fondant rose additionné de fraises écrasées et décorée d'une guirlande de fraises fraîches, ou encore une génoise fourrée de confiture de fraise, recouverte d'une mince abaisse de pâte d'amande rose, poudrée de sucre glace, le tour étant masqué d'amandes grillées hachées.

RECETTE DE PIERRE HERMÉ

fraisier
« Lavez, équeutez et épongez 1 kg de grosses fraises. Portez à ébullition 150 g de sucre et 7 cl d'eau; ajoutez 3 cuillerées à soupe de liqueur de framboise sauvage et 3 cuillerées à soupe de kirsch. Posez sur une plaque tapissée de papier siliconé un rectangle de génoise de 18 x 22 cm. Imbibez-la de 1/3 du sirop.

Fouettez 500 g de crème au beurre pour l'alléger et incorporez-y avec une spatule de bois 100 g de crème pâtissière. Étalez 1/3 de cette préparation sur le biscuit. Posez les fraises dessus, pointe vers le haut et très serrées, en les enfonçant dans la crème. Arrosez-les de 2 cuillerées à soupe de kirsch et poudrez de 30 g de sucre semoule. Égalisez les pointes avec un couteau-scie, couvrez du reste de crème et lissez le dessus et les côtés avec la spatule. Couvrez d'un second rectangle de génoise de même taille et imbibez-le du reste de sirop. Enduisez le gâteau d'une fine couche de pâte d'amande à la pistache (80 g). Laissez reposer le fraisier 8 heures au moins dans le réfrigérateur. Avant de le servir, parez-en les bords avec un couteau trempé dans de l'eau chaude. Décorez de fraises coupées en éventail et badigeonnées au pinceau à pâtisserie de 100 g de nappage abricot. »

FRAMBOISE Fruit du framboisier, de la famille des rosacées, ronce sauvage des sous-bois montagneux, également cultivée en pleine terre ou sous abri, essentiellement dans le Val de Loire, la vallée du Rhône et les ceintures vertes. La framboise est un fruit fragile, qui se conserve très mal ; peu énergétique (40 Kcal pour 100 g), elle est riche en calcium, en fer, en phosphore et en vitamines.

Les Anciens attribuaient son origine à une intervention divine : la nymphe Ida s'étant piqué le doigt en cueillant des baies pour Jupiter enfant, les framboises, qui jusque-là étaient blanches, devinrent rouges. La culture de ce fruit remonte au Moyen Âge, mais elle fut améliorée au XVIIIe siècle et ne se développa réellement qu'au XXe siècle.

■ **Variétés.** De forme ovoïde ou conique, assez petite, d'un rouge plus ou moins foncé – bien qu'il existe des variétés jaunes –, la framboise est sucrée, un peu acide et très parfumée (variétés non remontantes, de mi-juin à mi-juillet : meeker, glen moy, schœnemann, mailing promise ; variétés remontantes, de mi-juillet à octobre : héritage, lloyd george, hybrides). Elle apparaît sur le marché à la mi-avril (serre) ; celle qui se vend de la mi-juin à octobre, cultivée en pleine terre, est délicieuse ; une autre variété d'automne est moins appréciée, tandis que la *loganberry,* hybride américain de mûre et de framboise, très grosse, rouge foncé, vendue en septembre-octobre, est fade malgré son bel aspect.

■ **Emplois.** Fruit de dessert par excellence, la framboise se mange nature, avec du sucre ou de la crème fraîche. On en fait des compotes, des confitures, des entremets, des gelées, des sirops et des tartes, ainsi que des boissons fermentées, des liqueurs et de l'eau-de-vie. Son jus parfume glaces et sorbets. Elle se conserve au sirop, à l'eau-de-vie ou au naturel.

▶ **Recettes** : BARQUETTE, FIGUE, MAQUEREAU, MILLE-FEUILLE, SALADE DE FRUITS, SORBET, SOUFFLÉ, SOUFFLÉ GLACÉ.

FRANÇAISE (À LA) Se dit de grosses pièces de boucherie servies avec des bottillons de pointes d'asperge, des laitues braisées, des bouquets de chou-fleur nappés de sauce hollandaise et des croustades en pommes duchesse, panées, frites, évidées et garnies de macédoine de légumes. La garniture peut aussi se composer d'épinards et de pommes Anna. La sauce d'accompagnement des apprêts à la française est une demi-glace légère ou un fond de veau clair.

Les petits pois préparés « à la bonne femme », mais servis sans laitue ni oignon, sont dits « à la française ».

▶ **Recettes** : BLINI, CIVET, MERINGUE, PETIT POIS, PUDDING.

FRANCHE-COMTÉ Voir pages 486 et 487.

FRANCILLON Nom d'une salade composée (pommes de terre et moules marinière, agrémentées d'une vinaigrette au vin blanc, de céleri haché et de truffes), dont la recette originale fut donnée dans une pièce d'Alexandre Dumas fils, *Francillon,* créée à la Comédie-Française le 9 janvier 1887. Les restaurateurs parisiens tirèrent profit de cet événement littéraire et gastronomique en mettant la nouvelle salade à leur carte. Le restaurateur Paul Brébant prit l'initiative de remplacer les pommes de terre par des crosnes du Japon, transformant la salade Francillon en « salade japonaise ». L'appellation « Francillon » a également été donnée à une bombe glacée, chemisée de glace au café et emplie d'une pâte à bombe à la fine champagne.

FRANGIPANE Crème cuite, faite de lait, de sucre, de farine, d'œufs et de beurre, additionnés de macarons écrasés ou d'amandes en poudre et, éventuellement, de quelques gouttes d'extrait d'amande amère. Le nom de cette crème vient du nom d'un parfumeur italien installé à Paris au XVIIe siècle, Frangipani : ce dernier avait mis au point un parfum pour les gants, à base d'amande amère, dont les pâtissiers s'inspirèrent. La frangipane s'emploie pour garnir des fonds de tarte et pour fourrer des gâteaux feuilletés ou des crêpes.

En cuisine classique, la frangipane est une variété de panade servant à farcir volailles et poissons, faite de farine, de jaunes d'œuf, de beurre et de lait.

▶ **Recettes** : CRÈMES DE PÂTISSERIE, DARTOIS.

FRANKLIN (ALFRED-LOUIS-AUGUSTE) Écrivain français (Versailles 1850-Paris 1917). Cet érudit parisien, dont la vie s'écoula à la bibliothèque Mazarine – il en fut successivement bibliothécaire, conservateur et administrateur –, a publié vingt-sept volumes consacrés à *la Vie privée d'autrefois.* On peut trouver dans ces ouvrages de référence de nombreux détails sur la table, les menus, la cuisine, l'économie domestique, etc.

FRAPPER Refroidir rapidement. Frapper une glace, c'est la réserver à basse température pour assurer sa parfaite conservation. Frapper une crème ou un appareil glacé, c'est entourer la préparation de glace pilée ou la mettre dans le congélateur pour la faire prendre. Frapper du champagne, c'est plonger la bouteille dans un seau à glace garni de glace pilée. Frapper un cocktail, c'est le secouer avec de la glace dans un shaker.

Franche-Comté

ENTRE LES VOSGES ET LES ALPES, ENTRE LA BOURGOGNE ET LA SUISSE, LA RÉGION DE FRANCHE-COMTÉ RECOUVRE LE SUD DU MASSIF VOSGIEN, LA HAUTE PLAINE DE LA SAÔNE ET UNE GRANDE PARTIE DES MONTS DU JURA (TERRITOIRE DE BELFORT, HAUTE-SAÔNE, DOUBS ET JURA). JUSTE AU SUD, LE BUGEY ASSURE LA TRANSITION AVEC LA SAVOIE.

Pays de montagnes et de forêts d'épicéas, pays de ruisseaux, de rivières et de lacs, la Franche-Comté offre en abondance fromages et salaisons, champignons et poissons. Sa cuisine rustique tient chaud au corps et au cœur quand l'air du soir est vif ou quand il neige en hiver. Rien ne vaut alors un ramequin vaudois, gratin de pain de campagne et de gruyère, ou ces épaisses crêpes baptisées « matafans », ou « matefaims ». La longue tradition de fumaison du porc explique la diversité et la saveur des charcuteries dont le fleuron est la saucisse, ou jésus, de Morteau, gros saucisson que l'on goûte poché au vin avec des aromates, des lamelles de lard et des pommes de terre. La recette est dite « à la vigneronne », comme souvent les préparations avec raisin ou vin.

Les Bouchoux, petit village typique du Jura perché sur une hauteur, au milieu des pâturages et des immenses forêts d'épicéas.



En matière de haute cuisine, la Franche-Comté et le Bugey font la part belle aux poulardes ou autres volailles dont les foies blonds sont cuisinés en gâteau, comme dans le Lyonnais voisin. Plus insolites sont les oreilles de veau façonnées en cornets puis farcies de ris de veau, de poulet et de champignons. La chasse fournit le gibier à plume, tels ces perdreaux qui mijotent en cocotte avec des grains de raisin. La pêche procure des grenouilles que l'on cuisine sautées aux fines herbes ou à la sauce poulette au vin d'Arbois, des brochets servis en quenelles, en terrine ou à la crème et bien d'autres poissons d'eau douce. Les champignons sauvages, chanterelles et mousserons, oronges et morilles, parfument merveilleusement viandes ou œufs, à moins que, montés en soufflé, ils ne constituent à eux seuls une entrée. Mais les grandes célébrités de la région sont les écrevisses, délicieuses sautées avec des échalotes puis mouillées au vin jaune et à la crème, parfois même associées à des morilles. On les retrouve aussi en coulis, en mousse, en purée dans les apprêts à la Nantua.

SOUPES ET LÉGUMES

Potée, gaudes, fechum, gratins de légumes

Le plus plantureux des plats familiaux est la potée de légumes garnie de viandes fumées, palette, jambon et jésus de Morteau. Les soupes se font à base de comté, de légumes frais, de haricots ou de pois secs, ou, pour varier, à l'orge, à l'andouille, aux grenouilles, au cerfeuil ou aux morilles. La soupe de « gaudes », chère aux Francs-Comtois, est une bouillie de farine de maïs grillé, délayée à l'eau,



La tradition franc-comtoise de fabrication du comté par une coopérative – ici à Cernans (Jura) – remonte au Moyen Âge.

dans laquelle on verse du lait froid ou de la crème. Baptisé fechum, le chou est farci de chair à saucisse à la mode de Montbéliard. Les haricots rouges mijotent au vin rouge et les poireaux fondent dans du vin d'Arbois. Les légumes du Bugey, cardons, épinards ou navets, sont cuisinés au jus de volaille ou à la crème, en gratin ou glacés. On apprécie aussi les croûtes aux morilles ou les salades de mousserons.

VIANDES ET VOLAILLES

Bœuf : daube, brési
La daube de bœuf au vin est un plat de fête. Mais la spécialité de la région la plus originale en matière de bœuf est le brési, viande maigre frottée d'épices et d'aromates, salée, fumée et séchée ; on la déguste en tranches fines comme la viande des Grisons.

Porc : saucisses et jambons fumés, potée
De même que le jésus de Morteau, les petites saucisses de Montbéliard sont fumées au bois de genévrier ou d'épicéa et figurent dans bien des plats comtois. Le jambon de Luxeuil-les-Bains est macéré au vin, égoutté, salé, fumé et séché. Le saucisson de Belley rappelle la mortadelle. Le boudin de Morez est servi grillé, garni de pommes. La potée, plat de base le plus apprécié, est faite également avec des morceaux de porc fumé.

Volailles : poulet à la vésulienne, coq au vin jaune
Le poulet est cuisiné au vin d'Arbois ou en sauce blanche, gratiné au fromage ou aux morilles. À la vésulienne, on le farcit de lard fumé et d'oignon et, après l'avoir cuit en pâte, on le sert avec une sauce au persil. Le coq, déglacé au vin jaune, est enrichi de morilles et de crème fraîche ; c'est un classique de la cuisine comtoise. Le Bugey est renommé pour sa salade de filets de volaille aux truffes et ses rissoles de Noël farcies de dindon rôti, de gras-double et de raisins de Corinthe.

FROMAGES

Le plus célèbre, le gruyère de Comté, ou comté tout court, possède une pâte ferme, à très petits trous, fine et fruitée, largement utilisée en cuisine. Le morbier a une pâte pressée traversée par une ligne de suie. La cancoillotte, petit-lait fermenté fondu avec de l'eau salée, du beurre, de l'ail et du vin blanc, se consomme tiède sur du pain grillé. Le mont-d'or, ou vacherin du haut Doubs, peut se déguster à la petite cuillère, accompagné de pommes de terre, de jambon, de cornichons et de petits oignons. Le bleu de Gex, ou du haut Jura, ou de Septmoncel, à la pâte persillée, se sert parfois en fondue où se mêlent gruyère, vin rouge, beurre, ail et moutarde. Citons aussi l'emmental, de la même famille que le gruyère, le mamirolle, une pâte pressée, et les chèvres locaux.

PÂTISSERIES

Galette de goumeau, beignets, biscuits
Gaufres et beignets sont de toutes les fêtes : beignets de fleurs d'acacia au printemps, beignets de « gaudes », confectionnées à partir de bouillie de maïs refroidie et découpée en morceaux, pets-de-nonne, merveilles… La galette de goumeau, mélange d'œufs et de crème du haut Jura, se retrouve dans toute la région. Les tartes aux noix, les soupes aux cerises et l'omelette au kirsch apparaissent au fil des saisons. Les biscuits sont variés (massepain, craquelin) et les confitures souvent originales (épine-vinette, airelle). Les miels d'acacia, de tilleul et d'épicéa sont réputés.

VINS ET ALCOOLS

Les basses pentes du Jura offrent des vins originaux, dont le vin jaune, résultant de vendanges tardives, ou le vin de paille, élaboré à partir de raisins mis à sécher sur un lit de paille. Marcs et eaux-de-vie sont excellents, notamment le kirsch de Fougerolles.

CARTE

ENTRÉES

♦♦♦

Terrine de brochet sauce Nantua, PAGE 1036

Gâteau de foies blonds de volaille, PAGE 514

Cuisses de grenouille aux fines herbes, PAGE 546

PLATS

♦♦♦

Darnes de saumon Nantua, PAGE 960

Perdreaux à la vigneronne, PAGE 784

Poularde Nantua, PAGE 853

Gigot de poularde au vin jaune et morilles, PAGE 852

Jésus à la vigneronne, PAGE 592

Oreilles de veau farcies du Bugey, PAGE 739

DESSERTS

♦♦♦

Timbale Brillat-Savarin, PAGE 1049

Matafan bisontin, PAGE 655

Gaufres, PAGE 518

FRASCATI Maison de jeu et de divertissement, au milieu de jardins, où les Parisiens élégants allaient déguster des gâteaux, danser et se distraire, dans les années 1800. Situé à l'angle de la rue de Richelieu et du boulevard des Italiens, l'établissement fut fondé par un glacier napolitain nommé Garchi, qui lui donna le nom de l'un des célèbres *castelli romani*, centres de villégiature pour Romains aisés. *Frascati* a donné son nom à une garniture de grosses pièces de boucherie et à divers entremets.

▶ **Recette** : BŒUF.

FRASCATI (VIN) Vin blanc renommé, produit dans le Latium, en Italie, pratiquement aux portes de Rome, connu et apprécié depuis l'Antiquité. Issus pour la plupart des cépages malvasia, di candia et trebbiano toscano, les frascatis sont secs, moelleux ou mousseux, les meilleurs d'entre eux pouvant prétendre, s'ils titrent plus de 12% Vol., à la mention « superiore ».

FRÉMIR Être agité, quand il s'agit d'un liquide, du léger frémissement qui précède l'ébullition. La cuisson de certains mets à l'eau, au court-bouillon ou au lait demande que l'élément liquide soit maintenu frémissant pendant un certain temps : c'est notamment le cas pour les apprêts pochés (œufs, poissons).

L'eau destinée à la préparation d'une infusion doit, elle aussi, juste frémir et non bouillir.

FRÊNE Arbre des régions tempérées, de la famille des oléacées, dont on utilise les feuilles pour préparer une boisson ménagère fermentée, la frénette, ou comme ersatz de thé; les fruits verts du même arbre, confits au vinaigre, remplacent les câpres.

frénette

Faire bouillir 30 min, dans 2 litres d'eau, 50 g de feuilles de frêne et 10 écorces d'orange émincées; passer dans un linge fin. Faire fondre 3 kg de sucre cristallisé dans cette infusion passée et ajouter 50 g d'acide citrique. Verser dans un tonnelet de 50 litres. Délayer à froid 30 g de levure dans 2 cuillerées de caramel et verser dans le tonnelet. Remplir d'eau. Laisser fermenter 8 jours. Mettre en bouteilles.

FRENEUSE Nom d'un potage fait d'une purée de navet et de pomme de terre détendue avec du fond blanc ou du consommé et liée de crème fraîche, et que l'on peut garnir de petites boules de navet.

FRÈRES PROVENÇAUX (LES TROIS) Restaurant parisien tenu par trois beaux-frères d'origine provençale, Maneille, Simon et Barthélemy, qui ouvrirent en 1786, rue Helvétius (actuellement rue Sainte-Anne), un restaurant bon marché. Celui-ci connut rapidement le succès, à cause de la nouveauté des plats méridionaux que l'on y servait. Maneille continua d'exploiter l'établissement, tandis que ses beaux-frères entraient au service du prince de Conti. À nouveau réunis, tous trois s'installèrent ensuite au Palais-Royal, dans la galerie de Beaujolais; leur restaurant était cette fois un établissement de luxe, très à la mode, et sa vogue dura pendant tout le début du XIXe siècle.

En 1836, le restaurant fut vendu et perdit sa renommée et sa clientèle. Il connut de nouveau le succès pendant le second Empire, dirigé cette fois par Godin, puis par Dugléré, Hurel et enfin Goyard. Il ferma définitivement ses portes en 1869.

FRESSURE Ensemble formé par le cœur, la rate, le foie et les poumons d'un animal de boucherie (**voir** tableau des abats page 10). Chez le bœuf et le veau, ces divers abats sont séparés lors de l'éviscération.

La fressure d'agneau ou de mouton est accommodée dans plusieurs régions en ragoût au vin.

La fressure de porc est une spécialité vendéenne préparée en civet, avec le sang et les couennes de l'animal; on y ajoute parfois la tête.

FRIAND Petit pâté de feuilletage fourré de chair à saucisse, d'un hachis de viande, de jambon ou de fromage, cuit au four et servi en hors-d'œuvre chaud.

Le friand est aussi une petite pâtisserie, proche du financier, faite d'une pâte à biscuit aux amandes et aux blancs d'œuf, cuite dans des moules à barquette ou rectangulaires.

FRIANDISE Aliment fin et délicat, généralement sucré. Le terme désigne surtout les petites pâtisseries et sucreries que l'on consomme entre les repas, habituellement avec les doigts. Les friandises peuvent se servir avec le café ou le thé, ou clore un repas après le dessert, servies en assortiment sur un plateau.

FRIBOURG Nom donné en France au gruyère suisse (**voir** tableau des fromages étrangers page 498), la vallée de la Gruyère, qui reste le lieu de meilleure provenance de ce fromage, se trouvant dans le canton de Fribourg.

FRICADELLE Boulette allongée ou palet fait d'un hachis de viande ou d'une farce. Les fricadelles peuvent être frites, poêlées ou cuites en ragoût. Elles se retrouvent couramment dans les cuisines belge et allemande, où elles sont parfois cuisinées à la bière. On les sert avec une sauce tomate, au paprika ou au cari, des pâtes fraîches, du riz ou une purée de légumes.

FRICANDEAU Tranche épaisse de noix de veau, piquée de lard gras. Le fricandeau, braisé ou poêlé, est servi avec des épinards, une fondue d'oseille, des petits pois ou une jardinière, mais il se consomme aussi après avoir refroidi dans son fond de braisage (**voir** tableau des pâtés page 767).

Par extension, on appelle également « fricandeau » une grosse darne d'esturgeon ou de thon, voire de saumon, braisée au maigre.

Le fricandeau est encore une spécialité charcutière du Sud-Ouest, faite de boulettes de viande de porc (gorge, foie, rognon) hachée et aromatisée, enveloppées de crépine et cuites au four, que l'on sert froides, enrobées de gelée et de saindoux.

fricandeau d'esturgeon à la hongroise
Dorer au beurre des tranches épaisses d'esturgeon piquées de lard, avec de l'oignon détaillé en petits dés. Poudrer de sel et de paprika, et ajouter 1 bouquet garni. Mouiller de 2 dl de vin blanc. Faire réduire. Ajouter 3 dl de velouté maigre. Terminer la cuisson au four préchauffé à 180 °C. Dresser sur un plat rond ; beurrer la sauce et la servir avec le poisson. Accompagner d'oignons glacés, de pommes vapeur, de boules de concombre ou d'une purée de poivron.

fricandeau de veau à l'oseille
Faire macérer 30 min des petits bâtonnets de lard gras dans de l'huile additionnée de persil haché, de sel et de poivre ; en piquer une tranche de noix de veau de 3 ou 4 cm d'épaisseur et la faire dorer au beurre ou à l'huile avec des os de veau concassés. Éplucher et couper en dés 2 carottes et 2 oignons, les faire revenir dans du beurre et en garnir une braisière. Poser le fricandeau sur ces légumes, ajouter les os, 1 bouquet garni, 1/2 pied de veau blanchi et désossé. Mouiller de vin blanc ou rouge à mi-hauteur, saler et poivrer, couvrir et porter à ébullition sur le feu. Cuire ensuite 1 heure, à découvert, dans le four préchauffé à 220 °C. Remettre la braisière sur le feu. Délayer 1 cuillerée à soupe de tomate concentrée dans 1/2 litre de bouillon et mouiller le fricandeau, à peine à hauteur. Porter de nouveau à ébullition et cuire au four encore 1 h 30. Égoutter le fricandeau et le dresser dans un plat à rôtir ; passer le jus, en arroser la viande puis faire glacer dans le four. Servir avec une fondue d'oseille et le reste du jus en saucière.

FRICASSÉE Apprêt à blanc de la volaille ou du veau (parfois de l'agneau). La viande, coupée en morceaux, est raidie à feu doux, sans coloration, avec une garniture aromatique ; elle est ensuite farinée, mouillée de fond blanc et cuite dans un liquide lié. La fricassée est généralement crémée et garnie de petits oignons glacés à blanc et de champignons pochés. Le terme s'applique aussi parfois à des apprêts de poisson en morceaux, sautés, puis cuits en sauce.

Autrefois, la fricassée était un ragoût à blanc ou à brun de volaille, de viande, de poisson ou de légumes. Au XVIIe siècle, où La Varenne citait le foie et les pieds de veau, les poulets, les pigeonneaux, les pommes et les asperges fricassés, cet apprêt était très courant, mais considéré comme peu distingué.

fricassée d'agneau
Faire dégorger des morceaux d'agneau et bien les éponger. Les faire revenir dans du beurre, sans coloration ; saler et poivrer. Poudrer de 2 cuillerées de farine et mélanger sur le feu. Mouiller avec du fond blanc ou du consommé, ajouter 1 bouquet garni et porter à ébullition. Cuire ensuite de 45 min à 1 heure à couvert et à petits bouillons. Préparer des champignons sautés au beurre et des petits oignons glacés. Retirer les morceaux d'agneau de la sauteuse, les remplacer par les petits oignons et les champignons, mouiller avec la sauce et lier aux jaunes d'œuf. Verser dans un plat creux chauffé, y disposer les morceaux d'agneau et parsemer de persil ciselé.

RECETTE DE PIERRE ESTIVAL

fricassée de mer au sabayon de bellet
« Pour 6 personnes, prévoir 800 g de turbotin, 1,5 kg de saint-pierre, 4 tranches de lotte, 2 beaux rougets, 4 scampis et 1/2 litre de vin blanc de Bellet. Lever les filets de turbotin et de saint-pierre, les essuyer, les saler, les poivrer. Faire chauffer 3 cuillerées à soupe d'huile d'olive et 40 g de beurre dans une grande sauteuse. Lorsque le mélange mousse, y mettre les poissons et les scampis. Hacher 1 belle échalote, l'ajouter. Faire suer un instant. Déglacer au bellet blanc. Retirer les rougets, prélever les filets, les remettre dans la sauteuse. Ajouter 5 cl de fumet de poisson réduit et terminer la cuisson. Dresser les poissons dans un plat et tenir au chaud. Monter un sabayon avec 8 jaunes d'œuf et 4 dl de bellet. Saler et poivrer, ajouter 1/2 litre de crème fraîche (chaude) : le sabayon doit être bien chaud et mousseux, mais ne doit pas bouillir. Rectifier l'assaisonnement. Napper la fricassée avec le sabayon. Parsemer le dessus de pluches de cerfeuil. Servir en même temps de beaux haricots verts légèrement croquants, présentés avec une noix de beurre frais. »

RECETTE DU DR PAUL RAMAIN

fricassée de pieds de mouton aux pieds-de-mouton
« Plat original et savoureux. Cuire à feu très doux et à couvert, pendant quatre heures, dix pieds de mouton parés, blanchis au préalable, à demi désossés de surcroît, avec eau, jus de citron, vin blanc sec, oignon piqué de deux clous de girofle, bouquet garni (persil, thym, laurier), deux gousses d'ail entières, sel, poivre et une prise de curry. Ébouillanter sur tamis, avec de l'eau vinaigrée, pendant trois minutes 700 à 800 g d'hydnes sinués (ou pieds de mouton) coupés en tranches. Bien égoutter. Verser 3 décilitres d'eau bouillante dans une casserole contenant six cuillerées à soupe de persil et une cuillerée de feuilles vertes de fenouil, le tout finement haché. Cuire à couvert, doucement, 40 à 50 minutes, en réduisant de plus des deux tiers. Passer à la mousseline en tordant pour exprimer le suc. Réserver à couvert. Dans un autre récipient, faire blondir au beurre 50 g d'oignons et deux cuillerées à soupe de hachis d'échalotes grises, y ajouter ensuite les champignons, sauter pendant cinq minutes, puis mouiller de quatre cuillerées à soupe de bouillon dégraissé et d'un filet de citron ; ajouter encore deux cuillerées à soupe de hachis de persil, une de ciboulette, une demie

de fenouil, du sel, une cuillerée à café de curry. Mélanger, et cuire à couvert une heure un quart, à feu doux, en remuant. Une fois cuits les abats de pieds de mouton, les égoutter, achever leur désossage, les couper en morceaux, réserver au chaud. Enfin, préparer par ailleurs un roux blanc avec 25 g de beurre et autant de farine, mouiller avec trois décilitres d'eau bouillante salée. En fouettant le tout, incorporer l'infusion de persil et de fenouil, une cuillerée à soupe de crème double chaude, une cuillerée et demie de persil haché, une petite pincée de feuilles de fenouil hachées. Mélanger les pieds de mouton aux champignons. Verser dans un légumier chaud et napper de la sauce persil fouettée. »

RECETTE DE CHARLES BARRIER

fricassée de poularde cardinal La Balue

« Découper 2 anguilles en tronçons de 10 cm de long. Les saler, les poivrer et les laisser mariner 30 min dans de l'huile. Éplucher 250 g de petits oignons, les mouiller d'eau dans un sautoir. Les saler, les poivrer et les cuire jusqu'à ce qu'ils soient colorés. Nettoyer 500 g de petits champignons de Paris. Découper une poularde en 8 morceaux, les saler, les poivrer. Les dorer avec 40 à 50 g de beurre dans une cocotte, sur le feu, à découvert, et, 5 min avant la fin de la cuisson, ajouter les champignons et les tronçons d'anguille. Préparer un court-bouillon avec 80 g de carotte et 80 g d'oignon émincés, 1 bouquet garni, 1 verre de vin blanc et 1/2 verre d'eau, du sel et du poivre. Cuire 30 min environ. Châtrer 12 belles écrevisses et les plonger 5 min dans le court-bouillon; les égoutter, puis décortiquer les queues. Broyer les coffres au mixeur, les passer au tamis très fin et mélanger cette purée avec 50 g de beurre. Lorsque les morceaux de poularde sont cuits, les ranger dans une cocotte, cuisses au fond, et couvrir. Déglacer le sautoir avec 3/4 de litre de crème fraîche et réduire de moitié. Ajouter dans la cocotte les queues d'écrevisse, puis, au dernier moment, la purée d'écrevisse et les oignons. Napper de cette sauce les morceaux de poularde et d'anguille. Servir très chaud. »

FRICHTI Repas ou plat unique cuisiné à la maison et servi sans façon. Le mot, employé dans le langage familier, fut sans doute introduit dans les années 1860 par les soldats alsaciens, qui prononçaient « frichtik » le mot *Frühstück*, le petit déjeuner toujours assez copieux des pays germaniques.

FRINAULT Fromage orléanais de lait de vache (50 % de matières grasses), à pâte molle et à croûte naturelle bleutée (affinage en cave humide) ou cendrée (affinage en coffre dans de la cendre de bois). Il se présente sous la forme d'un disque de 9 cm de diamètre et de 2 cm d'épaisseur. Souple, le frinault a une saveur fruitée.

FRIRE Cuire un aliment, ou terminer sa cuisson, par immersion dans un corps gras porté à haute température (voir tableau des modes de cuisson page 375). Ce mode de cuisson, réalisé au dernier moment, s'applique surtout à de petites pièces crues ou cuites, soigneusement épongées et séchées. L'aliment est souvent enrobé de farine, de mie de pain, de pâte à frire, de pâte à crêpes, de pâte à choux, etc., ce qui lui donne une belle croûte colorée.

▶ Recettes : PÂTES DE CUISINE ET DE PÂTISSERIE.

FRITEUSE Appareil électrique remplaçant la traditionnelle bassine à friture. La friteuse se compose d'une cuve plus ou moins grande, d'une résistance électrique, incorporée ou non, d'un thermostat gradué, d'un couvercle, d'un panier d'égouttage et d'un voyant lumineux. La friteuse peut fonctionner sans couvercle : la profondeur de la cuve évite les éclaboussures. Quand les aliments sont saisis juste à point, la pellicule qui se forme à leur surface empêche le corps gras de les imbiber; elle évite également que le bain de friture ne prenne le goût des aliments.

FRITOT Beignet salé fait d'un morceau d'aliment, généralement cuit, mariné, puis trempé dans une pâte à frire assez légère et plongé dans un bain d'huile très chaude. À la différence du vrai beignet, il est toujours accompagné d'une sauce tomate.

Les fritots (ou friteaux) se font avec des cuisses de grenouille, des huîtres et des moules, du saumon en dés ou en escalopes, des filets de sole coupés en deux, des abats ou des légumes. Épongés, dressés sur une serviette ou du papier gaufré, ils se servent avec du persil frit et des quartiers de citron, en hors-d'œuvre chaud.

amourettes en fritots → AMOURETTE

fritots de foies de volaille

Parer 500 g de foies de poulet ou de canard et les réduire en purée au tamis ou au mixeur. Éplucher et hacher finement et séparément 4 échalotes, 1 petit bouquet de persil et 1 petite gousse d'ail. Faire fondre légèrement les échalotes dans 25 g de beurre. Mélanger dans une terrine la purée de foie, l'ail, le persil, les échalotes, 1 tasse de mie de pain fraîche finement émiettée, 2 œufs battus en omelette, 2 cuillerées à soupe de madère, 2 cuillerées à soupe de crème, 1 cuillerée à soupe de farine, du sel et du poivre. Bien mélanger le tout et laisser reposer 1 heure. Diviser alors la préparation en petites portions de la grosseur d'une mandarine, les rouler en boules, les aplatir légèrement et les passer dans de la pâte à frire. Les plonger dans de l'huile très chaude (180 °C) et servir avec une sauce tomate relevée et du persil frit.

fritots de grenouilles
Aromatiser de l'huile avec un peu d'ail et de persil hachés, du jus de citron, du sel et du poivre ; y laisser mariner 30 min des cuisses de grenouille parées. Les tremper alors dans une pâte à frire allégée par des blancs d'œuf montés en neige et les frire dans de l'huile très chaude (180 °C). Les égoutter, les éponger sur du papier absorbant et servir avec du persil frit, des quartiers de citron et une sauce indienne ou gribiche.

FRITTO MISTO Spécialité italienne (« mélange frit »), faite d'un assortiment de beignets salés : volaille escalopée, cervelle ou ris de veau, foie de volaille, grande variété de légumes frais et fromages comme la ricotta ou la mozzarella. Les éléments sont cuits – après marinage dans de l'huile d'olive pour les viandes –, puis passés dans une pâte à frire légère et plongés dans un bain d'huile très chaud.

Le fritto misto se sert accompagné de quartiers de citron et parfois de très petites escalopes de veau marinées, panées et sautées au beurre.

FRITURE Cuisson d'un aliment par immersion rapide dans un bain de matière grasse très chaud (voir tableau des modes de cuisson page 375). Bien menée, à la bonne température, la friture doit donner une préparation sèche, croustillante et dorée.

■ **Préparation des aliments.** Les aliments doivent être aussi secs que possible, car l'eau, qui s'évapore à 100 °C, dissocie la friture (chauffée entre 140 et 180 °C).

Les aliments qui contiennent de l'albumine (qui coagule), de l'amidon ou du sucre (qui caramélise) peuvent être plongés directement dans la friture : pommes de terre, épluchées, lavées, taillées (allumettes, chips, paille, pont-neuf, soufflées) et essuyées ; œufs ; très petits poissons, séchés quelques instants à l'air libre ; pâte à brioche et pâte à choux incorporées ou non à un aliment à frire, soit en cuisine, soit en pâtisserie.

Les autres aliments doivent être d'autant plus isolés par enrobage qu'ils contiennent beaucoup d'eau.

Les poissons, entiers ou en tranches, sont d'abord trempés dans du lait froid, puis salés et passés dans la farine, dont on fait tomber l'excédent en les secouant légèrement.

Les viandes, abats, volailles et croquettes, humides, ont besoin d'être protégés par une triple couche de farine, d'œuf battu, puis de mie de pain fraîche et tamisée, ou séchée et écrasée (panure anglaise).

Enfin, les légumes et les fruits qui comportent une très forte proportion d'eau doivent être parfaitement isolés par de la pâte à frire.

Il faut que l'aliment à frire ne soit pas trop gros, car la température doit l'atteindre rapidement à cœur ; c'est pourquoi les pommes de terre sont coupées en bâtonnets ou en fines lamelles, les fruits et les légumes, en rondelles ou en petits bouquets, les préparations pâteuses, détaillées en grosses noix.

■ **Choix de la matière grasse.** La graisse ou l'huile doit être pure, résistante à la chaleur et relativement neutre de goût. Les huiles provenant d'un mélange sont déconseillées ; le beurre et la margarine sont exclus, car ils se décomposent vers 100 °C. Les huiles d'olive, d'arachide, de palme, de tournesol, de pépins de raisin ou de courge et les margarines végétales conviennent pour tous les usages : elles ne rancissent pas et supportent les fortes températures. La graisse de rognon de bœuf, de veau, de cheval, ainsi que la panne de porc (éviter la graisse de mouton et la graisse d'oie clarifiée, qui ont une odeur de suint) s'emploient également à hautes températures ; les corps gras d'origine animale sont moins utilisés car peu diététiques.

L'entretien et la conservation du bain de friture nécessitent quelques soins. Après utilisation, il faut laisser refroidir celui-ci et le décanter avant de le passer au chinois.

Il est déconseillé de lui rajouter de la matière grasse fraîche ; mieux vaut l'utiliser jusqu'à saturation, puis le jeter. Il est toujours préférable de séparer les bains servant pour le poisson, le salé et le sucré, et de les conserver, pour six ou sept utilisations, dans des récipients étanches et bouchés.

■ **Conseils.** Il suffit de suivre quelques règles pour réussir de bonnes fritures.
– Respecter la proportion théorique d'un volume d'aliment pour trois volumes de friture.
– Ne remplir la bassine ou la friteuse qu'à moitié, pour éviter projections et débordements ; la température doit rester constante une fois que le degré de cuisson est atteint.
– Faire chauffer la friture seule avant de l'utiliser, ce qui l'empêchera par la suite de mousser ou de déborder, et de trop imbiber les aliments (qui, moins gras, seront alors plus digestes).
– Vérifier la température de cuisson idéale en y plongeant un petit morceau de l'aliment à frire : s'il remonte en bouillonnant au bout d'une vingtaine de secondes, la friture est prête.
– Ne jamais laisser une friture brunir ou fumer, car un corps gras qui a dépassé la température dite « critique » (en général 210 ou 220 °C) devient toxique.

■ **Degrés de friture.** Selon l'utilisation du bain de friture, on reconnaît trois degrés successifs de cuisson.
– La friture moyenne (entre 140 et 160 °C, obtenue en 15 min) convient pour le premier bain de certains apprêts de pommes de terre (sans coloration) et pour les poissons en tranches.
– La friture chaude (de 160 à 175 °C, obtenue en 25 min) concerne toutes les fritures enrobées, les beignets, qui doivent gonfler, et les préparations déjà cuites, qu'il faut juste colorer (croquettes).
– La friture très chaude (aux environs de 180 °C, avant qu'elle ne commence à dégager une odeur) est réservée aux petits poissons et aux pommes paille, chips ou gaufrettes, qui cuisent en même temps qu'ils se colorent (la manipulation doit être très rapide) ; elle permet aussi la seconde cuisson des pommes de terre pont-neuf, allumettes, mignonnettes, etc.

Quand l'aliment frit est cuit, il remonte à la surface (sauf les beignets, qui doivent être retournés). Il faut alors le sortir immédiatement, le laisser égoutter dans le panier de cuisson, puis le déposer sur du papier absorbant avant de le dresser, poudré de sel ou de sucre, sur du papier ou une serviette.

FROID Moyen de conservation des produits alimentaires, certainement le plus ancien, le froid était déjà utilisé dans l'Antiquité et au Moyen Âge (glacières rudimentaires creusées dans le sol et remplies de glace ou de neige).

Cependant, l'industrie du froid ne connut un essor considérable qu'à partir du milieu du XIX[e] siècle, avec les inventions des Français Ferdinand Carré et Charles Tellier et de l'Américain Birdseye.

On a fixé le seuil du froid entre - 8 et - 10 °C, températures auxquelles le ralentissement des activités enzymatiques et bactériennes freine l'altération des aliments. Plus ce niveau s'abaisse, plus la conservation se prolonge.

On appelle « chaîne du froid » l'ensemble des conditions indispensables à la bonne conservation des produits congelés, des surgelés et des glaces (voir CONGÉLATION, RÉFRIGÉRATION, SURGÉLATION). Pour qu'elle ne soit jamais interrompue, même partiellement, les produits doivent être maintenus en permanence, entre le moment de la congélation et celui de l'utilisation, à -18 °C au moins. Ils doivent par conséquent être stockés en chambre froide chez le fabricant et le distributeur, transportés dans des véhicules isothermes, mis en vente à la température souhaitée, dans des bacs ou des armoires spéciales.

Le consommateur doit respecter lui aussi la chaîne du froid, en transportant les produits surgelés qu'il a achetés dans un sac isotherme, en les mettant rapidement dans un conservateur et en ne recongelant jamais un produit décongelé.

FROMAGE Aliment obtenu par coagulation du lait, de la crème, du lait écrémé, ou de leur mélange, suivie d'un égouttage dans un moule (en latin *forma*, d'où son nom). On distingue les fromages frais (ou blancs), les fromages affinés (les plus nombreux et les plus variés) et les fromages fondus (plus récents).

■ **Histoire.** Les premiers fromages sont apparus en même temps que l'élevage. En effet, le lait que l'on ne buvait pas tout de suite et qui ne se conservait pas était utilisé autrement : on le laissait cailler, puis on le battait avec des branches, on le pressait sur des pierres, on le faisait sécher au soleil et on le saupoudrait de sel.

Dans la Grèce antique, nombre de pâtisseries étaient faites avec du fromage de chèvre ou de brebis; séché, celui-ci constituait également un aliment de longue conservation pour les soldats et les marins. Les Romains maîtrisaient bien la fabrication des fromages, qu'ils appréciaient plus ou moins secs et parfois fumés, comme le précise un traité d'agronomie rédigé par Columelle, à l'époque où fut découverte la préparation des pâtes pressées, grâce à l'utilisation du pressoir (I[er] siècle apr. J.-C.). Ils appréciaient notamment un « ragoût de fromage » à base de fromage, de poisson salé, de cervelle, de foie de volaille, d'œuf dur et d'aromates. Il faut ensuite attendre Charlemagne et les chroniques d'Éginhard (770-840) pour que des écrits fassent à nouveau mention du fromage. L'empereur aimait beaucoup les fromages persillés et le brie, qui lui était livré au titre de la dîme.

Au cours des siècles, les techniques artisanales introduisirent une extrême diversification dans les fromages, donnant naissance aux grandes dominantes régionales (pâtes molles de l'Ouest et du Nord, fromages de chèvre de Touraine et du Poitou, bleus du Centre, pâtes cuites des Alpes, etc.). Les ordres monastiques, en particulier, jouèrent un rôle important dans le perfectionnement des procédés de fabrication (munster, saint-nectaire, saint-paulin, tête-de-moine, fromages de trappistes, etc.).

Aliment complet, le fromage était consommé par les plus humbles comme par les seigneurs : il fut de tout temps la base du repas des paysans, et acquit ses lettres de noblesse au début du XV[e] siècle, lorsque Charles d'Orléans en offrit en étrennes aux dames de sa cour. À la fin de ce même siècle, Charles VIII rapporta de ses campagnes en Italie des meules de fromages à pâte cuite, introduisant ainsi de nouvelles méthodes de fabrication. Les produits de Hollande et de Suisse se vendaient aussi sur les marchés français.

Au XVII[e] siècle, le fromage était très employé en cuisine, notamment dans les sauces et la pâtisserie. Pendant la Révolution, les difficultés d'approvisionnement lui firent perdre une partie de sa popularité, mais il la retrouva à partir de l'Empire, époque à laquelle on appréciait surtout le cheshire, le maroilles du Hainaut, le neufchâtel normand (avant l'« invention » du camembert, sous Napoléon III), le roquefort, le gruyère suisse et le parmesan italien, tandis que le brie était sacré « roi des fromages » lors d'un dîner du congrès de Vienne (1814-1815).

Au XX[e] siècle, la pasteurisation et l'industrialisation investirent les laiteries traditionnelles, et de nouveaux produits firent leur apparition. Aujourd'hui, les techniques les plus modernes de conservation permettent aux meilleurs fromages et même aux produits fermiers d'arriver sur leur lieu de destination en ayant gardé toutes leurs qualités.

■ **Fabrication.** Les centaines de variétés de fromages se différencient d'abord par la nature du lait utilisé, puis par les techniques de fabrication. Mais les étapes du processus restent les mêmes.

• MATURATION DU LAIT. Elle se fait naturellement ou sous l'action de ferments lactiques.

• COAGULATION (OU CAILLAGE). La caséine (protéine du lait), additionnée de présure (ou, plus rarement, de ferments lactiques naturels), devient floconneuse, et le lait se sépare en caillé (solide) et en petit-lait, ou lactosérum (liquide).

• DÉCAILLAGE ET ÉGOUTTAGE. Le caillé, désormais séparé du lactosérum, est devenu du fromage frais; on peut alors poursuivre le processus en le brassant, en le malaxant ou en le découpant ; dans certains cas, il subit une cuisson. Ce produit fermenté est ensuite moulé, éventuellement ensemencé de moisissures internes ou externes, et il continue à s'égoutter, cette opération étant accélérée par un salage (en surface au sel sec, ou par immersion dans de la saumure).

• AFFINAGE. Il dure plus ou moins longtemps, en milieu sec ou humide, dans des locaux spéciaux (caves, hâloirs), et permet au fromage d'acquérir ses qualités particulières de texture, de couleur et de goût.

■ **Familles.** Tous les fromages sont regroupés en grandes familles (voir tableau).

• FROMAGES FRAIS. Non affinés, ils sont obtenus par coagulation lactique, sans addition de présure; égouttés lentement, ils sont toujours riches en eau, parfois salés ou battus avec de la crème fraîche.

• FROMAGES À PÂTE MOLLE ET À CROÛTE FLEURIE. Ils sont obtenus par caillage mixte (présure et ferments); non malaxés, égouttés spontanément, ils sont moulés et recouverts de moisissures externes, puis affinés.

• FROMAGES À PÂTE MOLLE ET À CROÛTE LAVÉE. Ils sont obtenus par caillage mixte, découpés pour s'égoutter plus vite et lavés à l'eau salée durant l'affinage.

• FROMAGES À PÂTE PERSILLÉE. Ils sont découpés après le caillage, parfois brassés, puis ensemencés en moisissures (qui donnent les veinures) et affinés.

• FROMAGES À PÂTE PRESSÉE NON CUITE (ou « à pâte pressée »). Ils sont obtenus par caillage à la présure, puis découpés pour s'égoutter plus rapidement; ils sont ensuite brassés, puis pressés et enfin affinés; certains ont une croûte paraffinée.

• FROMAGES À PÂTE PRESSÉE CUITE (ou « à pâte cuite »). Ils sont fabriqués comme les précédents, mais le caillé est chauffé pendant une heure au moins au moment du découpage et du brassage; pendant leur affinage, ils sont régulièrement frottés avec de la saumure.

• FROMAGES DE CHÈVRE (exclusivement au lait de chèvre). Ils sont à pâte molle et à croûte fleurie (éventuellement cendrée), sauf lorsqu'ils sont frais.

• AUTRES FROMAGES. Les fromages de brebis (exclusivement au lait de brebis) peuvent entrer dans toutes ces familles, de même que les fromages au lait mélangé (chèvre-vache, brebis-vache). Les fromages à pâte filée, qui se consomment frais, secs ou fumés, subissent un traitement particulier : après découpage, le caillé est mélangé à du petit-lait, chauffé, puis pétri jusqu'à ce qu'il ait une consistance élastique. Enfin, les fromages fondus (voir ce mot) sont obtenus par cuisson de plusieurs fromages, le plus souvent aromatisés.

■ **Diététique et réglementation.** Les fromages sont énergétiques et riches en protéines (plus digestes que celles du lait); 100 g de gruyère apportent davantage de protéines que 250 g de viande. Les pâtes pressées contiennent plus de lipides que les pâtes molles. Les fromages sont également riches en calcium (il y en a davantage dans les pâtes cuites que dans les pâtes molles). Enfin, ils renferment surtout des vitamines B2, les vitamines B1 et A étant partiellement détruites, et la vitamine C ayant disparu.

• TENEUR EN MATIÈRES GRASSES. Elle est calculée sur l'extrait sec (100 g de camembert à 45% de matières grasses et à 45 g d'extrait sec renferment en totalité 20 g de matières grasses). Cependant, dans la plupart des pays, ce taux est calculé sur le poids total du fromage.

On distingue, selon le pourcentage de matières grasses, les fromages maigres (moins de 20 %), les fromages allégés (20 à 30 %), les fromages gras (50 à 60 %), les doubles-crèmes (au moins 60 %) et les triples-crèmes (au moins 75 %). Aucune appellation spécifique ne distingue les fromages contenant entre 30 et 50 % de matières grasses.

• AOC. Certains fromages – actuellement 34 en France – bénéficient d'une appellation d'origine contrôlée garantissant leur provenance, leur mode de fabrication, leurs qualités et, pour certains d'entre eux, la fabrication au lait cru ; d'autres jouissent d'un label régional.

• DÉNOMINATION. Les fromages fermiers, ou de petites fromageries, fabriqués artisanalement selon les méthodes traditionnelles, sont toujours plus goûteux que les fromages laitiers, produits industriellement. Parmi ces derniers, ceux qui sont fabriqués avec du lait cru sont meilleurs que ceux qui sont « pasteurisés ». Pour tous, la saison d'achat a son importance.

• CONSERVATION. Les fromages se conservent dans le bas du réfrigérateur, bien emballés. Il faut les en sortir une heure avant de les servir. Les pâtes molles, si elles ne sont pas « faites à cœur », gagnent à attendre quelques jours dans un endroit frais. Les bleus doivent être légèrement humides, et une vieille tradition veut que le gruyère se garde dans une boîte étanche avec un morceau de sucre (qui doit être changé lorsqu'il commence à fondre).

Jadis, les fromages se servaient volontiers en guise de dessert. Au XIXe siècle, ils étaient considérés comme une gourmandise masculine, que l'on servait au fumoir, avec les alcools. Aujourd'hui, ils sont plutôt le prolongement du repas, et on les présente après ou avec la salade et avant le dessert.

Ils sont servis sur un plateau dont la matière ne risque pas de leur donner un goût, éventuellement avec du beurre, cette habitude étant sujette à controverse, tout comme la question de savoir s'il faut ou non manger la croûte du fromage : sur ces deux points, les experts sont partagés.

Généralement, on propose au moins trois fromages : une pâte cuite, une pâte persillée et une pâte molle à croûte fleurie ou lavée ; les amateurs apprécient néanmoins un choix de cinq ou six fromages de familles différentes, à moins que l'on ne présente qu'un seul fromage particulièrement bien choisi et affiné.

La coupe obéit à certaines règles de savoir-vivre; le plateau portera un ou plusieurs couteaux spéciaux, terminés par deux pointes servant à piquer le morceau, car on ne touche pas le fromage avec une fourchette.

Le vin reste le meilleur accompagnement du fromage, mais en fonction de certaines associations qui mettent respectivement en valeur les deux produits.

En règle générale, on sert surtout des vins rouges et légers avec les pâtes molles à croûte fleurie, les chèvres et les pâtes pressées, des vins corsés avec les pâtes molles à croûte lavée et les pâtes persillées.

Mais les chèvres s'accommodent aussi d'un blanc sec et fruité, les pâtes cuites et les pâtes fondues se marient bien avec un rosé ou un blanc, les bleus et le roquefort avec un blanc moelleux ou un vin doux naturel, et le comté est délicieux avec un vin jaune du Jura.

La bière et le cidre conviennent fort bien avec certains fromages.

Enfin, pour bien apprécier le fromage, il est souhaitable de disposer d'un assortiment de pains au goût et à la consistance différents (de campagne, de seigle, voire crackers et *knäckebrot*).

Caractéristiques des principaux fromages français

fromages	lait, % m. g.	provenance	saison	consistance et saveur de la pâte
pâtes molles à croûte lavée				
aisy cendré	vache, 45-50 %	Auxois	sept.-mai	ferme, très relevée, sapide
baguette de Laon ou de Thiérache	vache, 45-50 %	Picardie	toute l'année	souple, relevée
bergues	vache, 10-15 %	Flandre	toute l'année	ferme, crayeuse, douce
boulette d'Avesnes	vache, 45 %	Flandre	sept.-mai	moelleuse, avec épices, poivre, piquante
cœur d'Arras	vache, 45 %	Artois	sept.-juin	moelleuse, douce, crémeuse
crayeux de Roncq	vache, 53-55 %	Flandre	mai-févr.	coulante, fine, relevée
dauphin	vache, 50 %	Hainaut	sept.-mars	ferme, granuleuse, relevée, aromatisée
époisses (AOC)	vache, 50 %	Auxois	juill.-févr.	souple, onctueuse, très relevée
gris de Lille	vache, 45 %	Hainaut, Flandre	sept.-mars	souple, tendre, salée, très relevée
langres (AOC)	vache, 45 %	Champagne	juin-nov.	souple, relevée
livarot (AOC)	vache, 40 %	Normandie	mai-oct.	souple, fine, relevée à faisandée
maroilles (AOC)	vache, 45 %	Hainaut	juin-mars	souple, onctueuse, forte, piquante
mont-d'or ou vacherin du haut Doubs (AOC)	vache, 45 %	Doubs	oct.-mars	crémeuse, très tendre, douce, un peu balsamique
munster-géromé (AOC)	vache, 45 %	Alsace, Lorraine	juin-déc.	souple, onctueuse, franche, relevée
pavé d'Auge	vache, 50 %	Normandie	mars-nov.	ferme, souple, relevée, un peu amère
pierre-qui-vire	vache, 45 %	Bourgogne	juin-déc.	ferme, affirmée, bouquetée
pont-l'évêque (AOC)	vache, 45 %	Normandie	juin-mars	tendre, souple, relevée, de terroir
pâtes persillées				
bleu d'Auvergne (AOC)	vache, 50 %	Cantal	toute l'année	ferme, franche, un peu piquante
bleu de Bresse	vache, 50 %	Bresse	toute l'année	souple, crémeuse, fondante, douce
bleu des Causses (AOC)	vache, 45 %	Languedoc	toute l'année	ferme, douce en été, relevée en hiver
bleu de Corse	brebis, 45 %	Corse	juill.-déc.	ferme, relevée, voire piquante
bleu de Gex, ou du haut Jura, ou de Septmoncel (AOC)	vache, 50 %	Jura	juill.-mars	souple, douce, un peu acidulée, noisetée
bleu de Laqueuille	vache, 45 %	Auvergne	juill.-déc.	tendre, relevée à forte
bleu de Sassenage	vache, 50 %	Vercors	toute l'année	onctueuse, un peu amère
bleu de Termignon	vache, % non précisé	Savoie	sept.-mai	brisante, douce, sucrée à acide
bleu de Thiézac	vache, 45 %	Cantal	juill.-déc.	grasse, forte, due au salage à chaud
fourme d'Ambert ou de Montbrison (AOC)	vache, 45-50 %	Forez	sept.-avr.	souple, onctueuse, relevée, noisetée
roquefort (AOC)	brebis, 52 %	Rouergue	sept.-mars	souple, fine, relevée
saingorlon	vache, 50 %	Jura, Auvergne	toute l'année	tendre, assez relevée
tomme de Brach	brebis, 45 %	Limousin	déc.-sept.	ferme, grasse, relevée

Caractéristiques des principaux fromages français

fromages	lait, % m. g.	provenance	saison	consistance et saveur de la pâte
pâtes pressées cuites				
abondance (AOC)	vache, 48 %	Savoie	nov.-mars	souple, à petits trous, fine, franche, noisetée
beaufort (AOC)	vache, 48-55 %	Savoie	déc.-sept.	souple, lisse, fruitée, salée
comté (AOC)	vache, 45 %	Franche-Comté	sept.-mai	souple, fruitée, noisetée
emmental français	vache, 45 %	toute la France	oct.-janv.	souple, à trous lisses et nets, douce, fruitée
gruyère	vache, 45 %	toute la France	sept.-mai	souple, fruitée
pâtes pressées non cuites				
belval	vache, 40-45 %	Artois, Picardie	avr.-déc.	tendre, douce à relevée
bricquebec	vache, 45 %	Cotentin	toute l'année	souple, douce, un peu fruitée
cantal (AOC)	vache, 45 %	Auvergne	toute l'année	souple, ferme, lactique à noisetée
chambarand	vache, 45 %	Dauphiné	juin-déc.	souple, crémeuse, douce, noisetée
cîteaux	vache, 45 %	Bourgogne	juill.-déc.	tendre, souple, très fruitée à relevée
échourgnac	vache, 50 %	Périgord	toute l'année	tendre, élastique, douce, bouquetée
fromage des Pyrénées	vache, 50 %	Pyrénées	toute l'année	souple, tendre, douce, un peu acidulée
gaperon	vache, 40 %	Auvergne	oct.-mars	souple, relevée, très aillée
laguiole (AOC)	vache, 45 %	Aubrac	janv.-avr.	souple, ferme, franche, un peu aigrelette
mamirolle	vache, 40 %	Franche-Comté	toute l'année	ferme, souple, douce à relevée
mimolette, ou vieux gris	vache, 40 %	Flandre	toute l'année	ferme, délicate, noisetée
mont-des-cats	vache, 45-50 %	Flandre	toute l'année	tendre, douce, lactique
morbier	vache, 45 %	Franche-Comté	mars-oct.	souple, franche, fruitée
murol	vache, 45 %	Auvergne	toute l'année	élastique, douce
nantais, ou curé nantais	vache, 40 %	pays nantais	toute l'année	tendre, souple, relevée, fermentée
ossau-iraty-brebis-Pyrénées (AOC)	brebis, 50 %	Béarn, Pays basque	mai-déc.	souple, onctueuse à dure, riche de terroir, noisetée
reblochon (AOC)	vache, 45 %	Savoie	juin-déc.	onctueuse, très souple, crémeuse, noisetée
saint-nectaire (AOC)	vache, 45 %	Auvergne	juin-nov.	souple, onctueuse, noisetée, relevée
saint-paulin	vache, 40-42 %	Bretagne	toute l'année	ferme, tendre, douce, peu relevée
salers (AOC)	vache, 45 %	Auvergne	toute l'année	ferme, souple, relevée, fruitée
sarteno	brebis ou chèvre, 50 %	Corse	mars-déc.	ferme, homogène, soutenue à piquante
tamié	vache, 50 %	Savoie	juin-déc.	tendre, élastique, douce, un peu amère
tomme de Savoie	vache, 20-40 %	Savoie	juin-nov.	homogène, souple, douce, noisetée
vieux Boulogne	vache, 50 %	Pas-de-Calais	toute l'année	onctueuse, douce, très fine
chèvres				
bouton de culotte	chèvre, 45 %	Bourgogne	juin-déc.	cassante, sèche, forte, piquante
brique du Forez et du Livradois	chèvre, mi-chèvre, 45 %	Forez, Livradois	juin-nov.	souple, ferme, noisetée à forte
chabichou du Poitou (AOC)	chèvre, 45 %	Poitou	mai-nov.	ferme à cassante, relevée, un peu piquante
charolais	chèvre, 45 %	Charolais	mars-déc.	ferme à dure, noisetée

Caractéristiques des principaux fromages français

fromages	lait, % m. g.	provenance	saison	consistance et saveur de la pâte
chevrotin des Aravis	chèvre, 45 %	Savoie	juill.-déc.	tendre, souple, douce, caprine
chèvroton du Bourbonnais	chèvre, 40-45 %	Bourbonnais	juill.-déc.	tendre, douce, un peu acide
claquebitou	chèvre, % variable	Bourgogne	toute l'année	tendre, fraîche, aromatique
crottin de Chavignol (AOC), ou chavignol	chèvre, 45 %	Sancerrois	mars-déc.	ferme, homogène, caprine, noisetée
grataron d'Arèches	chèvre, 45 %	Savoie	juin.-déc.	ferme, très caprine
jonchée niortaise	chèvre, 45 %	Poitou	mars-sept.	très molle, acidulée
mâconnais	chèvre, 40-45 %	Bourgogne	avr.-nov.	ferme, demi-dure, douce, noisetée
mont-d'or de Lyon	chèvre, 45 %	Lyonnais	mars-déc.	ferme, noisetée, sapide
montrachet	chèvre, 40-45 %	Bourgogne	mai-déc.	tendre, noisetée
mothais	chèvre, 45 %	Poitou	mars-sept.	tendre, noisetée à piquante
niolo	chèvre, 45 %	Corse	mai-nov.	dure, relevée, piquante
pélardon	chèvre, 45 %	Cévennes	mars-déc.	compacte, ferme à dure, très noisetée
picodon de l'Ardèche ou picodon de la Drôme (AOC)	chèvre, 45 %	Ardèche, Drôme	août-déc.	fine, ferme à cassante, caprine, relevée à piquante
pouligny-saint-pierre (AOC)	chèvre, 45 %	Berry	avr.-nov.	ferme, souple, relevée, caprine
pourly	chèvre, 45 %	Auxerrois	avr.-nov.	lisse, délicate, noisetée
rocamadour (AOC)	chèvre, 45 %	Quercy	avr.-nov.	tendre à ferme, lactique, noisetée
sainte-maure de Touraine (AOC)	chèvre, 45 %	Touraine	avr.-sept.	ferme, homogène, caprine, bouquetée
selles-sur-cher (AOC)	chèvre, 45 %	Berry, Orléanais	mai-nov.	très fine, ferme, douce, noisetée
valençay	chèvre, 45 %	Berry	avr.-nov.	ferme, douce, noisetée

Caractéristiques des principaux fromages étrangers

fromages	lait, % m. g.	provenance	saison	consistance et saveur de la pâte
pâtes fraîches				
cottage cheese	vache, 4 %	Angleterre, États-Unis	toute l'année	molle, douce, sans acidité
feta	brebis ou chèvre, 43 %	Grèce	toute l'année	ferme, douce, un peu acidulée
ricotta	brebis, vache et/ ou chèvre 20-30%	Italie	toute l'année	granuleuse, acidulée, douce à forte
surati	bufflonne, % non précisé	Inde	toute l'année	molle, salée, aigrelette
pâtes molles à croûte fleurie				
azeitão	brebis, 45 %	Portugal	nov.-avr.	ferme, crémeuse, un peu piquante
serpa	brebis, 45-50 %	Portugal	oct.- fin mars	molle, à petits yeux, douce, un peu acide

Caractéristiques des principaux fromages étrangers

fromages	lait, % m. g.	provenance	saison	consistance et saveur de la pâte
pâtes molles à croûte lavée				
fribourgeois ou vacherin fribourgeois	vache, 45 %	Suisse	toute l'année	souple, délicate, fruitée, un peu acidulée
herve	vache, 45 %	Belgique	fin juin-fin nov.	souple, tendre, relevée à forte
limbourg	vache, 20-50 %	Pays-Bas, Belgique	sept-mars	souple, relevée
quartirolo lombardo	vache, 48 %	Italie	toute l'année	friable à compacte, délicate, bouquetée
serra-da-estrela	brebis, 45 %-60 %	Portugal	déc.- févr.	onctueuse, compacte, suave, un peu acide
taleggio	vache, 48 %	Italie	fin sept.-mars	compacte, souple, fruitée
vacherin mont-d'or	vache, 45-50 %	Suisse	sept.-juin	grasse, crémeuse, douce, onctueuse
Weisslacker	vache, 30-40 %	Allemagne	toute l'année	tendre, relevée, piquante
pâtes persillées				
cabrales	brebis, chèvre ou vache, 45 %	Espagne	fin mars-. fin sept.	onctueuse, compacte, relevée, piquante, puissante
danablu	vache, 50-60 %	Danemark	toute l'année	molle, relevée, un peu piquante
Edelpilzkäse	vache, brebis, 55%	Allemagne	toute l'année	lisse, crémeuse, piquante, relevée
gammelost	vache, chèvre, % variable	Norvège	juin-déc.	ferme, piquante
gorgonzola	vache, 26-55 %	Italie	toute l'année	tendre, crémeuse, relevée, un peu piquante
stilton	vache, 50 %	Angleterre	mi-sept.-mi-mars	friable, crémeuse, très relevée
pâtes pressées cuites				
appenzell	vache, 50 %	Suisse	juin-mars	ferme, à petits trous, fruitée à corsée
asiago (semi-cuite)	vache 48 %	Italie	toute l'année	granuleuse, élastique, douce à un peu piquante
bagnes	vache, 45 %	Suisse	toute l'année	ferme, élastique, fruitée, aromatique
cantabria (semi-cuite)	vache, 45 %	Espagne	toute l'année	élastique, crémeuse, douce, lactique
emmental	vache, 45 %	Suisse	toute l'année	ferme, à trous, grasse, douce, noisetée
fiore sardo	brebis, 40 %	Italie	oct.-juin	compacte, forte, piquante
fontina (semi-cuite)	vache, 45-50 %	Italie	sept.-déc.	lisse, souple, bouquetée, noisetée
grana padano	vache, 32 %	Italie	toute l'année	dure, friable, délicate, parfumée à boucanée
gruyère de Fribourg	vache, 45 %	Suisse	sept.-févr.	tendre, grasse, à petits trous, noisetée, fine, corsée
kasseri	brebis, 40 %	Grèce	janv.-juill.	tendre à dure, douce, un peu sapide
katschkawalj ou kashkaval	brebis, 50 %	Bulgarie, Roumanie	mars-sept.	crémeuse, douce, un peu salée, parfumée
montasio	vache, 40 %	Italie	toute l'année	lisse, à petits trous, parfumée, noisetée
mysost	vache, 20 %	Scandinavie	toute l'année	très dure, douceâtre, un peu sucrée
parmigiano reggiano	vache, 32-40 %	Italie	toute l'année	dure, granuleuse, fruitée, lactique

Caractéristiques des principaux fromages étrangers

fromages	lait, % m. g.	provenance	saison	consistance et saveur de la pâte
pecorino romano	brebis, 36 %	Italie	nov.-juin	ferme à dure, relevée, piquante
pecorino sardo	brebis, 45 %	Italie	déc.-juin	compacte, moelleuse à dure, affirmée
pecorino siciliano	brebis, 40 %	Italie	fin mars-fin juin	compacte, à rares trous, piquante
pecorino toscano	brebis, 40 %	Italie	toute l'année	tendre à dure, parfumée, un peu salée
sbrinz	vache, 45 %	Suisse	toute l'année	compacte, dure, relevée à corsée
schabzieger	vache, 0-5 %	Suisse	toute l'année	dure, corsée, rustique, très aromatisée
pâtes pressées non cuites				
brick	vache, 45 %	États-Unis	toute l'année	douce à un peu piquante, noisetée
cheddar	vache, 50 %	Angleterre	toute l'année	ferme, compacte, lisse, aromatisée à relevée
cheshire ou chester	vache, 45 %	Angleterre	juin-sept.	friable, grasse, douce à relevée
chimay	vache, 45 %	Belgique	toute l'année	souple, onctueuse, de terroir
derby	vache, 45 %	Angleterre	toute l'année	ferme, noisetée à piquante
édam	vache, 40 %	Pays-Bas	toute l'année	souple à dure, douce à prononcée
gloucester	vache, 48-50 %	Angleterre	juin-oct.	demi-ferme, riche, moelleuse
gouda	vache, 48 %	Pays-Bas	toute l'année	tendre à dure, douce, fine
idiazábal	brebis, 45 %	Espagne	toute l'année	compacte, relevée, un peu piquante
kefalotyri	chèvre ou brebis, 45%	Grèce	toute l'année	demi-dure, lactique, un peu acidulée
lancashire	vache, 48 %	Angleterre	toute l'année	demi-ferme, friable, lactique
mahón	vache, 38 %	Espagne	toute l'année	compacte, piquante, salée, un peu acide
manchego	brebis, 50 %	Espagne	toute l'année	grasse, ferme, crémeuse, un peu piquante
maredsous	vache, 45 %	Belgique	toute l'année	souple, franche, relevée
mimolette	vache, 40 %	Pays-Bas	toute l'année	ferme, douce, fine, noisetée
oka	vache, 28 %	Québec	toute l'année	souple, fruitée
passendale	vache, 40 %	Belgique	toute l'année	ferme, aérée, à petits trous, douce
plateau de Herve	vache, 45 %	Belgique	toute l'année	onctueuse, homogène, franche de terroir
roncal	brebis, 60 %	Espagne	déc.-juill.	dure, poreuse, relevée, un peu piquante
são jorge	vache, 45 %	Portugal	toute l'année	ferme, à petits trous, forte à piquante
samsoë	vache, 45 %	Danemark	toute l'année	tendre, ferme, à petits trous, noisetée
tête-de-moine	vache, 51 %	Suisse	déc.-mars	ferme, souple, franche, fruitée
tetilla	vache, 40-55 %	Espagne	toute l'année	tendre, crémeuse, douce, un peu acidulée
tilsit	vache, 45 %	Suisse	toute l'année	dense, à petits trous, douce, fruitée
chèvres				
ibores	chèvre, 55 %	Espagne	oct.-juin.	tendre, crémeuse, franche, acidulée
majojero	chèvre, 50 %	Espagne	oct.-juin.	compacte, crémeuse, acide, piquante
pâtes filées				
caciocavallo	vache, 44 %	Italie	toute l'année	ferme à très dure, douce à piquante
mozzarella di bufala	bufflonne, 52 %	Italie	toute l'année	tendre, douce, un peu acidulée
provolone	vache, 45 %	Italie	toute l'année	ferme, souple, subtile, douce à piquante

■ **Fromage et cuisine.** De nombreux fromages sont utilisés en cuisine, comme ingrédient de base ou comme condiment. On les emploie soit crus (canapés, pâtes, salades composées, tartines), soit, plus souvent, cuits (crêpes, feuilletés, gratins, omelettes, pizzas, sauces [Mornay], soufflés, soupes). Il existe une grande variété de plats typiques à base de fromage : aligot, croque-monsieur, croûte, flamiche, fondue, gougère, goyère, gratin, imbrucciata, keshy yena, patranque, raclette, truffade, welsh rarebit. Le fromage frais est plus particulièrement employé en pâtisserie.

▶ **Recettes** : BARQUETTE, CHOU, CRÊPE, CROISSANT, CROQUETTE, DIABLOTIN, FONDUE, PANNEQUET, PIROJKI, POMME DE TERRE, QUICHE, SOUFFLÉ, TERRINE.

FROMAGE FONDU Fromage dont les éléments ont été amalgamés et fondus à chaud. À l'origine préparés uniquement avec des pâtes pressées cuites, les fromages fondus peuvent comporter aujourd'hui des fromages frais, des chèvres, des pâtes persillées, des pâtes cuites ou non cuites, etc. On y ajoute du lait, de la crème, du beurre, de la caséine et souvent divers aromates (jambon, paprika, poivre, goût fumé, noix, raisins secs).

Les fromages fondus se présentent sous des formes et des poids variables (de 20 g à 2 kg) et ils sont toujours emballés sous papier métallique. Ils servent à confectionner tartines et canapés, amuse-gueule pour l'apéritif, croque-monsieur et gratins.

FROMAGE FORT Fromage préparé avec un ou plusieurs fromages (généralement secs et affinés) broyés ou râpés, que l'on fait macérer avec de l'huile, du vin, de l'alcool, du bouillon, et souvent divers aromates, dans un pot en grès bouché, ce qui leur donne, au bout de quelques semaines (ou de quelques mois), une saveur très relevée, voire piquante. De fabrication surtout familiale, les fromages forts sont une spécialité du Beaujolais, du Lyonnais, des Cévennes, de Franche-Comté, de Savoie et du Dauphiné, mais on en trouve aussi en Provence et dans le Nord. Ils se consomment en tartines, sur des rôties ou à la petite cuillère. Véritables « éperons à boire », ils appellent des vins à fort tempérament.

FROMAGE FRAIS Fromage non affiné, également appelé « fromage blanc », dont la fermentation est uniquement lactique. Égoutté lentement, il contient entre 60 et 82% d'eau. Les fromages frais industriels de lait de vache, vendus en pot avec une date limite, sont parfois maigres (moins de 20% de matières grasses), mais peuvent aussi en contenir jusqu'à 70%; ils sont lissés (additionnés de crème fraîche) ou gardent l'aspect du lait caillé. On les consomme avec du sucre ou divers aromates, ou additionnés de fruits ou de compotes. Ils peuvent aussi accompagner des pommes de terre en robe des champs. On trouve aussi des fromages frais salés (demi-sel).

Le lait de brebis et le lait de chèvre fournissent des fromages frais, plus spécialement fabriqués dans les pays méditerranéens et balkaniques, où ils interviennent largement en cuisine.

La pâtisserie russe (paskha, vatrouchka, nalesniki, cyrniki), et certains apprêts orientaux (beurrecks, aubergines farcies) font souvent appel au fromage blanc. Dans la cuisine traditionnelle, le fromage frais remplace partiellement la crème dans des plats que l'on souhaite alléger en matières grasses; il s'emploie également dans des sauces de salade, des farces de légumes et de poissons. Mais, surtout, il constitue des desserts diversement aromatisés et s'utilise en pâtisserie (galettes, glaces, soufflés, tartes, etc.).

▶ **Recette** : TARTE.

FROMAGE GLACÉ Nom donné, à la fin du XVIIIe siècle et au début du XIXe siècle, aux glaces moulées en cône. Ces « fromages », constitués à l'origine d'un simple appareil à glace diversement parfumé, devinrent plus tard les bombes glacées. À cette époque, on appelait « fromage » non seulement le produit de la fermentation du lait caillé, mais toutes les préparations à base de lait, de crème et de sucre, pourvu qu'elles soient moulées : ainsi, le bavarois était dit « fromage bavarois ». Parmi les fromages glacés appréciés sous le second Empire, on retient le fromage à l'italienne, parfumé à la marmelade de cédrat et à la fleur d'oranger; le fromage de parmesan, à la cannelle et au clou de girofle, versé dans un moule saupoudré de parmesan râpé; le fromage à la chantilly, additionné de crème fouettée et de zeste de cédrat.

FROMAGE DES PYRÉNÉES Fromage de lait de vache (50% de matières grasses) à pâte pressée non cuite et à croûte naturelle brossée, fabriqué dans l'Ariège, le Béarn et le Pays basque (voir tableau des fromages français page 496). Il se présente sous la forme d'un cylindre de 30 cm de diamètre et de 10 cm d'épaisseur, pesant de 3,5 à 4,5 kg. Sa pâte souple piquetée de minuscules ouvertures a une saveur acidulée. On fabrique encore, selon le même principe, du fromage des Pyrénées au lait de brebis.

FROMAGE DE TÊTE Préparation de charcuterie composée de morceaux de tête de porc (sauf la cervelle), avec parfois ajout de morceaux riches en matière tendineuse (jambonneau, par exemple), additionnés de gelée, cuits avec des aromates, puis moulés dans un récipient. Le fromage de tête se coupe en tranches et se mange en entrée. On l'appelle aussi « pâté de tête » et « fromage de cochon ».

FROMENT Nom générique des diverses variétés de blé (tendre, dur, épeautre) [voir tableau des céréales page 229]. En cuisine, on dit « froment » plutôt que « blé » pour éviter toute confusion avec le sarrasin, appelé communément « blé noir ». La « fine fleur de froment » désigne une qualité supérieure de farine réservée à la pâtisserie (voir FARINE).

FROMENTÉE Bouillie de céréales, d'origine tourangelle, cuite dans du bouillon gras ou du lait, et servie comme entremets. Cette recette apparaît souvent dans les traités culinaires médiévaux, et en particulier dans *le Ménagier de Paris* (1383).

FRONSAC Vin AOC rouge, fruité et charnu, du Libournais. L'appellation « canon fronsac » est réservée aux communes de Fronsac et de Saint-Michel-de-Fronsac (voir BORDELAIS).

FRONTON Vin AOC rouge et parfois rosé, souple, fruité et peu tannique, produit sur un plateau situé entre le Tarn et la Garonne à partir de cépage négrette.

FRUIT Organe comestible des plantes à fleurs, qui contient les graines et succède à la fleur. Bien que cette définition s'applique à certains légumes (aubergine, courgette, melon, tomate), on réserve l'appellation « fruits » à ceux que l'on mange en fin de repas et que l'on utilise en pâtisserie et en confiserie.

Pris dans ce sens, le fruit est généralement un aliment charnu ou pulpeux, riche en eau, en sucre et en vitamines, que son arôme et sa saveur sucrée destinent à des boissons et à des desserts variés. Qu'ils soient exotiques ou proviennent des régions tempérées, les fruits se répartissent en trois grands groupes.

– Les fruits riches en eau (jusqu'à 90%) et en vitamine C sont désaltérants; ils fournissent de l'acide ascorbique et des minéraux; agrumes, ananas, fraises, pêches, poires, pommes, etc., sont plus ou moins caloriques selon leur proportion de sucre.

– Les fruits riches en glucides (châtaignes, dattes, fruits séchés, pruneaux, etc.) sont énergétiques; ils fournissent de 200 à 300 Kcal pour 100 g.

– Les fruits riches en lipides et pauvres en eau (amandes, noisettes, noix, etc.) apportent beaucoup de calcium et de vitamines B; très caloriques (environ 650 Kcal pour 100 g), ils occupent une place à part, mais ne peuvent se substituer aux fruits frais, qui restent indispensables pour l'équilibre alimentaire.

■ **Fruits exotiques.** Depuis de nombreuses années, on les trouve facilement sur les marchés. Certains sont arrivés en Europe dès l'Antiquité, des rivages de la Méditerranée (datte nord-africaine, grenade moyen-orientale); d'autres ont été rapportés par les navigateurs au temps des grandes découvertes, au XVI[e] siècle, (ananas d'Amérique du Sud, figue de Barbarie du Mexique, mangue d'Asie); d'autres encore connaissent une mode beaucoup plus récente (voir planche des fruits exotiques page 502 et 503).

Plusieurs fruits exotiques se sont bien acclimatés dans le sud de la France : fruit de la Passion, kiwi, tamarin. Souvent très sucrés et aqueux, ils conviennent à tous les apprêts de fruits classiques, et apportent en plein hiver toutes leurs vitamines et leur saveur.

■ **Desserts et pâtisseries.** Les fruits crus servis nature, en dessert, sont toujours des fruits de saison, bien mûrs et parfaitement sains. Les fruits frais se consomment aussi rafraîchis, pochés au vin, flambés, associés à un entremets au riz ou à la semoule, avec du fromage frais, en beignets ou en brochettes, ou cuits au four.

Ils entrent aussi dans la composition de bavarois, charlottes, crèmes, gelées, glaces, *kaltschales,* kissels, mousses, sorbets, soufflés et vacherins. Enfin, coupés en salpicon, ils fourrent ou farcissent couronnes, crêpes, omelettes, puddings et turbans; en sauce ou en purée, ils nappent glaces et entremets.

Les fruits frais sont employés en pâtisserie; ils garnissent croûtes, flans, tartes, timbales et tourtes, mais entrent également dans la composition des spécialités des grandes régions productrices de fruits (Val de Loire, Périgord, Lot-et-Garonne, Roussillon, Provence, vallée du Rhône, Côte-d'Or, Alsace).

■ **Conserves et cuisine.** Les fruits servent à confectionner compotes, confitures, gelées et marmelades, ainsi que des boissons, alcoolisées ou non.

Ils sont conservés de différentes manières, selon leur espèce. L'appertisation les conserve au naturel ou au sirop, mais on peut aussi les confire au sucre ou au vinaigre, ou bien encore les garder dans de l'alcool. La surgélation convient bien à certains fruits. Quant à la déshydratation, elle produit toutes les variétés de fruits secs. Enfin, les arômes naturels extraits des fruits servent en confiserie, en pâtisserie, dans les produits laitiers et dans les boissons.

Bien que les fruits s'emploient le plus souvent dans des apprêts sucrés, ils accompagnent également des viandes, des poissons, des volailles ou des légumes.

Le citron est le fruit le plus utilisé en cuisine, mais il faut citer aussi l'ananas et la banane, les airelles et les groseilles, les amandes, les figues, le pamplemousse, la cerise, le coing, la mangue, l'orange, la pêche, la noix de coco, le raisin, les marrons, les pruneaux et la pomme.

▶ **Recettes** : BAVAROIS, BORDURE, BRIOCHE, CHARLOTTE, COCKTAIL, COMPOTE, COULIS, GELÉE DE FRUITS, MERINGUE, SALADE DE FRUITS, SAVARIN, SORBET, SOUFFLÉ.

FRUIT GIVRÉ Entremets glacé constitué d'un fruit dont on évide la peau ou l'écorce et que l'on garnit d'une glace, d'un sorbet ou d'un appareil à soufflé glacé préparé avec sa pulpe. Cet apprêt s'applique surtout aux agrumes et à l'ananas, ainsi qu'au melon et au kaki. Les fruits soufflés (dits « en surprise ») se préparent de la même manière, avec un appareil à soufflé classique, que l'on passe rapidement au four dans les fruits reconstitués servant de moule.

▶ **Recettes** : CITRON, ORANGE, PAMPLEMOUSSE.

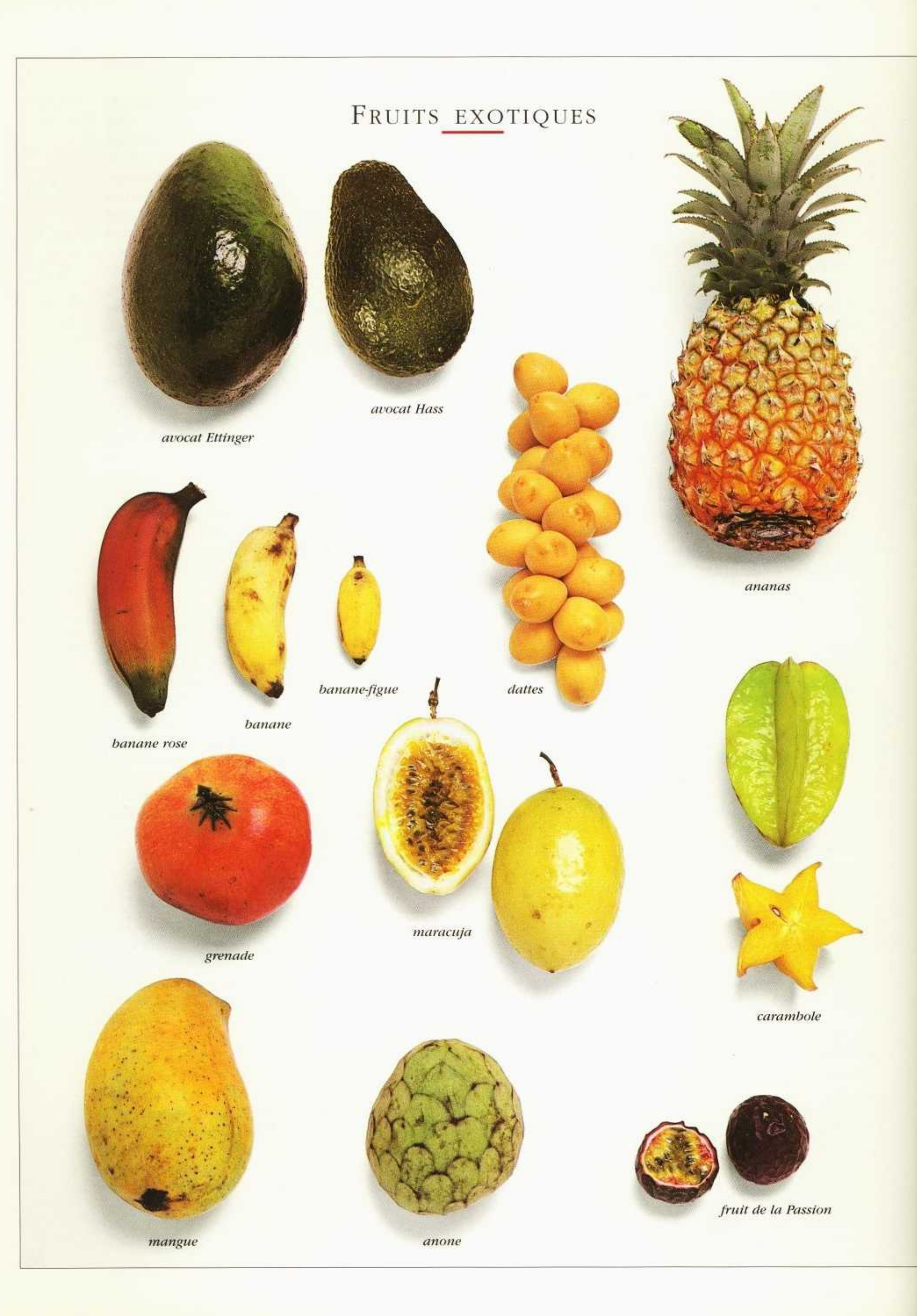
FRUIT DE LA PASSION Fruit d'une liane originaire de l'Amérique tropicale, également cultivée en Afrique, en Australie et en Malaisie (voir planche des fruits exotiques pages 502 et 503).

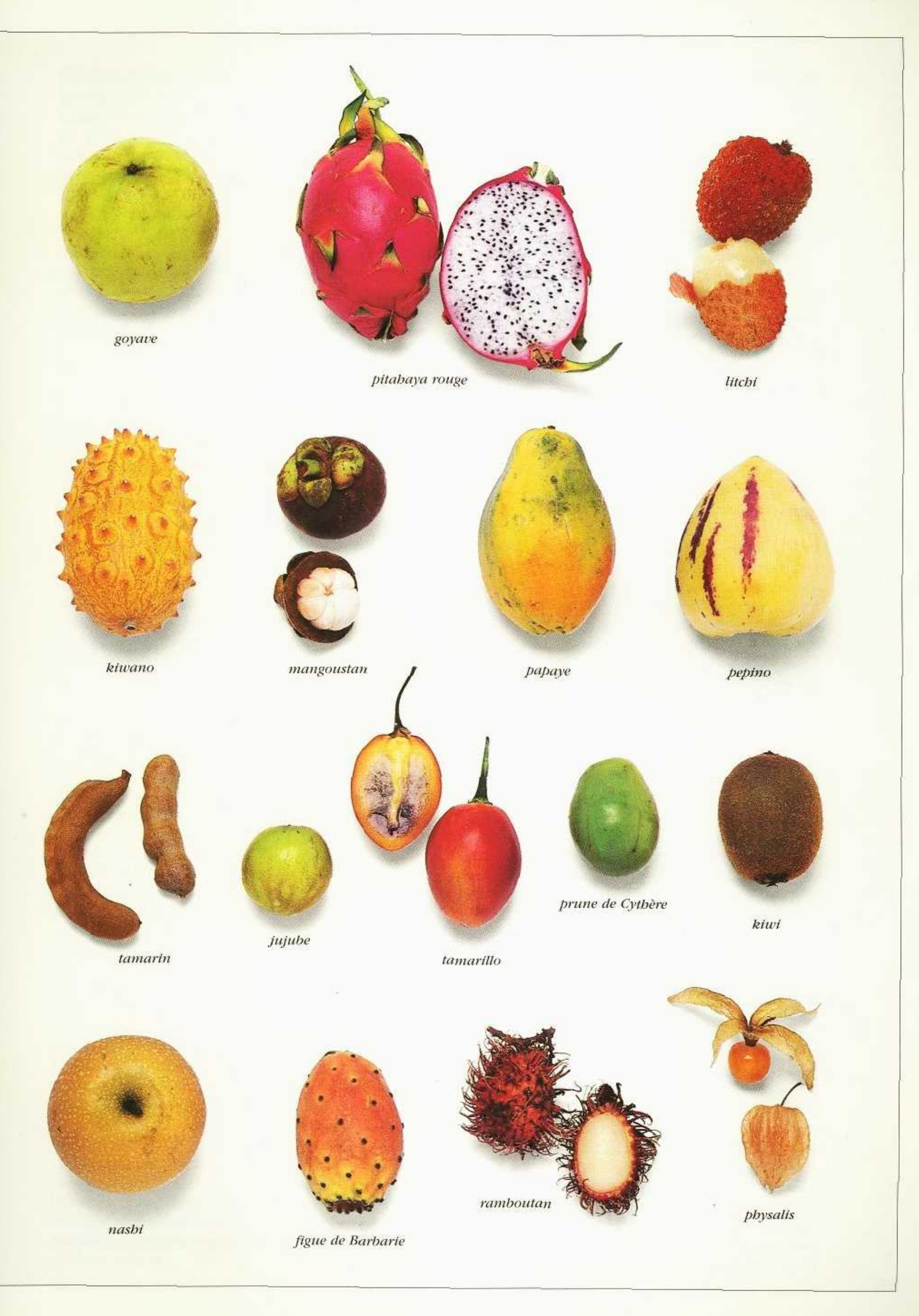
La passiflore, appelée aussi « grenadille » ou « fleur de la Passion », doit son nom à la forme du cœur des fleurs, dont les organes évoquent les divers instruments de la Passion du Christ (couronne d'épines, marteau, clous).

Gros comme un œuf de poule, le fruit de la Passion est recouvert d'une peau jaunâtre ou brun-rouge, lisse et brillante quand il n'est pas mûr. Il possède une pulpe jaune-orangé, acidulée et très parfumée, garnie de petites graines noires comestibles. Peu calorique (46 Kcal pour 100 g), riche en provitamine A et en vitamine C, il se mange nature, à la petite cuillère, avec du sucre, éventuellement arrosé de kirsch ou de rhum. Il sert à la préparation de sorbets, de boissons, de gelées et de crèmes sucrées.

▶ **Recette** : SORBET.

Fruits exotiques




goyave
pitahaya rouge
litchi
kiwano
mangoustan
papaye
pepino
tamarin
jujube
tamarillo
prune de Cythère
kiwi
nashi
figue de Barbarie
ramboutan
physalis

FRUITIER Local utilisé, à la campagne, pour la conservation des fruits frais (pommes et poires surtout, mais aussi raisins, coings, noix et fruits de cueillette, dont certains ne se consomment que blets). Le fruitier doit être frais et aéré, avec une hygrométrie modérée. Il est équipé d'étagères et de claies garnies de paille ou de feuilles de fougère, sur lesquelles on dispose les fruits sans qu'ils se touchent, et sans qu'ils soient directement exposés aux rayons du soleil.

Sous l'Ancien Régime, dans le service de la bouche du roi, le fruitier était l'officier chargé, avec ses aides, de veiller à l'approvisionnement en fruits, en chandelles et en bougies.

FRUITS À L'ALCOOL Fruits conservés dans de l'eau-de-vie (ou un autre alcool), parmi lesquels on peut citer les bigarreaux au marasquin, les grains de raisin au cognac, les griottes à l'eau-de-vie de marc, les mandarines à la liqueur d'orange, les mirabelles et les pruneaux à l'armagnac, les petites poires au calvados, etc. Ils agrémentent des salades de fruits ou des coupes glacées, sont utilisés en confiserie (fruits déguisés) et servis en digestif, après le café.

FRUITS CONFITS Fruits entiers ou en morceaux, conservés au sucre par des passages successifs dans des bains de sirop de plus en plus concentrés : peu à peu, le sirop se substitue à l'eau de végétation. Les divers sirops sont dosés en fonction de l'espèce, de la taille et de l'origine des fruits. Ils sont chauffés à des températures précises, qui leur évitent de cristalliser ou de caraméliser. L'imprégnation doit être progressive pour « nourrir » la pulpe à cœur sans qu'elle se brise ou se racornisse.

Le principe du confisage est déjà très bien décrit par Olivier de Serres dans son *Théâtre d'agriculture* (1600). Dès la fin du XIVe siècle, les fruits confits d'Apt, dont la fabrication avait commencé à l'époque de l'arrivée des papes en Avignon, étaient réputés. Au Moyen Âge, les fruits confits, appelés alors « épices de chambre », étaient déjà très appréciés ; il s'agissait surtout de prunes, d'abricots, de pistaches, de pignons et d'avelines.

Théoriquement, on peut confire tous les fruits, mais, en pratique, certaines variétés, en raison de leur teneur en eau trop importante, ne se prêtent pas à ce mode de conservation.

Outre la pulpe d'un fruit (entier, comme la cerise, ou en tranches, comme l'ananas), on confit aussi les tiges de l'angélique, des écorces d'agrume (cédrat, citron, orange, pamplemousse), certaines fleurs (plus particulièrement les violettes) et certaines racines (gingembre).

■ **Fabrication.** Les fruits sont cueillis un peu avant maturité, afin qu'ils aient un maximum de saveur sans se « défaire », puis ils sont blanchis (sauf les fraises et les abricots), refroidis et égouttés.

La mise au sucre débute par un sirop léger, qui sera ensuite de plus en plus concentré. Entre une « façon » (opération consistant à réchauffer les fruits dans un poêlon en cuivre tout en augmentant la concentration en sucre) et la suivante, les fruits reposent avec leur sirop dans une terrine en grès. La durée du confisage est variable (quelques passages pour les bigarreaux, mais une douzaine pour les gros fruits, ce qui prend un ou deux mois).

Cette méthode, dite « à l'ancienne », est toujours appliquée aux fruits dits « nobles » (abricots, ananas, figues, fraises, poires, prunes), alors que les éléments moins fragiles (bigarreaux, écorces, melon) et l'angélique sont confits « en continu », dans des batteries de bacs où le confisage s'effectue, en moyenne, en un délai de six jours.

Le glaçage améliore la présentation des fruits, les rend moins collants, plus résistants aux manipulations, et permet une meilleure conservation (jusqu'à six mois à l'abri de la chaleur) ; il consiste à enrober les fruits confits d'un sirop très concentré. Enfin, certains fruits sont reconstitués : les grosses fraises confites, creuses, sont mises dans des moules et fourrées avec des fraises confites plus petites. L'abricot, dénoyauté, est fourré avec de la pulpe confite d'abricot.

■ **Emplois.** Les fruits confits s'offrent comme friandises et s'utilisent en pâtisserie : on les incorpore à la pâte de certains gâteaux (brioches, cakes) et à des glaces, coupés en petits morceaux, et ils décorent nombre de desserts et d'entremets (surtout l'angélique, le cédrat et la cerise).

En Grande-Bretagne, où la pâtisserie en fait grand usage (ne serait-ce que dans les puddings), on les emploie même dans la cuisine (mincemeat). Cette pratique était courante au Moyen Âge, où les fruits confits figuraient dans des pâtés et des tourtes ; le pâté de Pézenas, au mouton et à l'écorce de cédrat confite, en est une survivance.

Certains fruits, enfin, sont confits au sel, notamment les citrons qui agrémentent les tajines marocains.

▶ **Recettes** : CERISE, CRÈMES DE PÂTISSERIE, DIPLOMATE.

FRUITS EN CONSERVE Fruits charnus conservés, au naturel ou dans un sirop, dans des bocaux ou des boîtes en fer-blanc, après avoir été stérilisés ; ils se présentent sous forme de fruits entiers ou en morceaux (par moitiés, ou « oreillons », pour les pêches et les abricots ; en tranches pour l'ananas ; en petits cubes dans les mélanges dits « macédoines » ou « cocktails »).

Les gros fruits sont parfois pelés (poires) ou dénoyautés (abricots), mais les bigarreaux, les mirabelles et les framboises restent entiers et nature.

La conserve modifie peu la valeur nutritive des fruits, qui restent aussi riches en vitamines que les fruits frais ; seule la teneur en sels minéraux est modifiée.

■ **Emplois.** Les fruits en conserve s'emploient moins que les fruits frais (ainsi, on ne les utilise pas pour les glaces ou les confitures).

Souvent trop chargés en eau ou en sirop pour les apprêts de pâtisserie (sauf en décor), ces fruits entrent surtout dans la composition d'entremets de riz ou de semoule, de compotes, de coupes glacées, de turbans et surtout de salades de fruits et de fruits rafraîchis. En cuisine, en revanche, ils peuvent remplacer judicieusement les fruits frais (ananas, abricots et pêches, notamment). On trouve également des purées de fruits en conserve.

FRUITS DÉGUISÉS Petits-fours faits de fruits soit glacés au caramel, soit trempés dans du fondant, soit trempés 12 heures dans du sucre candi, puis égouttés pour ne garder qu'une fine couche cristalline de sucre, ou encore fourrés ou décorés de pâte d'amande riche, peu sucrée.

• FRUITS GLACÉS AU CARAMEL. Ils peuvent être confits, coupés en quartiers et décorés de pâte d'amande, ou frais, ou à l'eau-de-vie. Le sucre doit être généreusement additionné de glucose pour ne pas tourner, puis cuit au « grand cassé » (156 °C) ; les fruits y sont trempés à l'aide d'une fourchette ou d'une broche à tremper, puis posés sur un marbre huilé.

On peut glacer des amandes (voir ABOUKIR), des cerises à l'eau-de-vie, de l'angélique farcie de pâte d'amande, des triangles d'ananas confit, des dattes, des cerises, des pruneaux, des figues, des noix, des mirabelles, des quartiers d'orange, des mandarines fraîches entières, des grains de raisin noir ou blanc, frais ou à l'eau-de-vie, des marrons (glacés de caramel au chocolat).

• FRUITS DÉGUISÉS AU FONDANT. Tous les petits fruits à l'eau-de-vie et certains fruits frais (fraises, tranches de mandarine, quartiers d'ananas) peuvent se tremper dans du fondant. Les reines-claudes et les mirabelles sont généralement blanchies et mises au sirop avant d'être déguisées.

Le fondant est liquéfié, parfumé et éventuellement coloré : les petits abricots entiers à l'eau-de-vie (dont l'amande est remplacée par de la pâte d'amande) sont enrobés de fondant rose ou blanc ; les gros grains de cassis, de fondant violet parfumé au cognac ; les cerises à l'eau-de-vie, les framboises remplies de gelée de groseille et les fraises fraîches, de fondant rose ; les chinois, de fondant jaune ou blanc ; les petites poires infusées dans de l'eau-de-vie parfumée au kirsch et les raisins secs de Málaga conservés dans du cognac, de fondant orange ; les reines-claudes, de fondant vert parfumé à la vanille ou au kirsch.

▶ Recette : CERISE.

FRUITS DE MER Ensemble des mollusques (bigorneaux, bulots, huîtres, moules), coquillages (palourdes, praires), crustacés (araignées de mer, crevettes, langoustines, tourteaux) et animaux marins comestibles de petite taille (oursins). L'expression s'emploie surtout pour la présentation d'un assortiment servi en hors-d'œuvre sur de la glace pilée et du varech frais, accompagné de beurre et de pain de seigle.

Un bon plateau de fruits de mer parfait devrait comporter, par personne : six huîtres plates, six huîtres creuses, trois clams, trois praires, trois palourdes, quelques moules et des pétoncles, six bigorneaux et quatre bulots, quatre crevettes roses ou dix crevettes grises, deux langoustines, avec, éventuellement, un demi-tourteau et quelques oursins.

Les fruits de mer, toujours assortis, entrent dans la préparation de nombreux apprêts (bouchée, omelette fourrée, risotto, etc.) ; on y ajoute parfois du crabe et des coquilles Saint-Jacques.

▶ Recettes : BOUCHÉE SALÉE, BROCHETTE, DARTOIS, ZÉPHYR.

FRUITS RAFRAÎCHIS Dessert composé de fruits en morceaux ou entiers, pelés, équeutés et dénoyautés, macérés avec du sucre et un alcool, un vin doux ou une liqueur, puis dressés dans une timbale ou une coupe, généralement arrosés de leur macération, et servis très frais. On peut utiliser des fruits au sirop et décorer avec des fruits confits, secs ou séchés.

fruits rafraîchis au kirsch et au marasquin

Éplucher 6 pêches, 3 poires à chair très tendre et 2 pommes ; les détailler en petites lamelles ; peler 4 bananes et les couper en rondelles ; couper 6 abricots en morceaux. Mettre tous ces fruits dans une terrine ; ajouter 25 g de fraises, 75 g de framboises, 125 g de grains de raisin blanc et noir. Poudrer de 5 ou 6 cuillerées de sucre en poudre ; arroser de 3 dl de kirsch et 3 dl de marasquin. Agiter légèrement la terrine pour mélanger les fruits, l'entourer de glace pilée et laisser macérer 1 heure, puis verser dans une coupe en verre, entourée aussi de glace pilée, et décorer avec 50 g de fraises, 50 g de framboises, des grains de raisin et 24 amandes fraîches, pelées et coupées en deux.

FRUITS SECS Fruits sans pulpe, enveloppés dans une coque ligneuse, comme les amandes, les cacahouètes, les noisettes, les noix, les noix de cajou, les pignons, les pistaches. Très riches en lipides et pauvres en eau, ils sont particulièrement énergétiques. Lorsqu'ils sont mûrs, en saison, ils se dégustent avec du pain frais, en particulier les noix, les noisettes et les amandes. Secs, et le plus souvent salés, ils sont proposés comme amuse-gueule avec l'apéritif ; mais ils sont surtout employés en pâtisserie et en confiserie (pâte d'amande, nougat, parfums de crèmes et de glaces, pralin), ainsi qu'en cuisine (amandes avec les truites et dans certaines farces, noix ou pignons dans les salades composées, pistache en charcuterie).

On qualifie aussi de « secs » ou de « séchés » les fruits pulpeux déshydratés au soleil ou dans un four (abricots, bananes, figues, pêches, poires, pommes, pruneaux, raisins). Ils conservent leurs qualités de fruit frais, mais deviennent beaucoup plus énergétiques (280 Kcal pour 100 g environ). Ils se mangent nature, comme friandise (voir MENDIANT), ou après avoir trempé quelques heures dans du thé, de l'eau tiède ou un alcool, remplacent les fruits frais dans des compotes et certains desserts, ou sont utilisés en pâtisserie (cake, far breton, pudding, etc.) ou sont flambés (raisins au rhum). Ils s'emploient également en cuisine (ragoût de mouton aux abricots, perdrix aux figues, farces aux raisins secs, lapin aux pruneaux). La confiserie y fait elle aussi appel (dattes et pruneaux notamment).

▶ Recette : CHARLOTTE.

FRUITS AU VINAIGRE Petits fruits mis en bocaux avec du vinaigre, des épices (cannelle, clous de girofle, poivre) et une petite proportion de sucre pour que la macération ne devienne pas trop aigre : il s'agit essentiellement de cerises, de grains de raisin très sains, de petits melons verts ou de noix vertes.

On utilise aussi des fruits dans les pickles et les chutneys. Les fruits à l'aigre-doux, eux, macèrent, sans cuisson, dans un mélange de vinaigre et d'épices où la proportion de sucre est plus importante. Tous ces apprêts servent de condiment avec les viandes froides, la charcuterie, voire les viandes bouillies.

FUDGE Caramel tendre, fondant et non collant. Cette confiserie, qui date du XIXe siècle, est le résultat d'une erreur dans les proportions de la recette du caramel.

RECETTE DE SIMON GALE

fudges à la vanille

« Dans une casserole épaisse et assez large, chauffer 150 g de lait concentré non sucré avec 1/2 gousse de vanille. Ajouter 400 g de sucre en poudre, 60 g de beurre et 1 cuillerée à café de vinaigre. Porter à ébullition en remuant. Couvrir et laisser bouillir à feu plus doux 2 min, puis découvrir et cuire jusqu'au petit boulé. Plonger le fond de la casserole dans de l'eau froide et ajouter 2 sachets de sucre vanillé. Battre jusqu'à ce que le mélange devienne plus épais, plus clair et perde son brillant. Verser immédiatement sur un marbre ou sur une plaque huilée. Égaliser au rouleau à pâtisserie et découper les caramels avant complet refroidissement. »

FULBERT-DUMONTEIL (JEAN CAMILLE) Journaliste et écrivain français (Vergt 1831 - Neuilly-sur-Seine 1912). Auteur fécond d'articles, de récits et d'une trentaine de volumes, passionné de zoologie et de voyages, il commença sa carrière au journal *le Mousquetaire* (de Dumas père) et la poursuivit au *Figaro*. Il publia en 1906 un recueil de chroniques gastronomiques, *la France gourmande*, qui reflète son esprit Belle Époque et périgourdin. Il s'était choisi comme blason : « Truffes et sourires sur champ de roses. »

FUMAGE Procédé très ancien de conservation des viandes et des poissons, consistant à les exposer plus ou moins longtemps à la fumée d'un feu de bois (voir BOUCANAGE). Le fumage provoque leur dessiccation, favorise le dépôt de substances antiseptiques à leur surface et leur donne une coloration plus foncée.

Le fumage est surtout utilisé pour conserver certains morceaux de porc (échine, filet pour le bacon, jambon, palette, poitrine), des charcuteries (andouille, saucisse et saucisson), les volailles (oie, poulet cru ou cuit, rôti de dinde cuit), quelques gibiers (faisan, sanglier) et certains poissons (anguille, esturgeon, haddock, hareng, saumon, etc.). Il est toujours précédé d'un salage ou d'un passage en saumure.

Il existe deux techniques de fumage. Dans le fumage à froid (inférieur à 30 °C), le produit (viande et abats, poisson) est exposé à la fumée de bois ou de sciure de bois en combustion lente. Dans le fumage à chaud (saucisses, essentiellement), il est d'abord étuvé dans un courant d'air chaud et humide à 55-60 °C, puis passé à fumée dense à 50-55 °C. Lorsque la cuisson a lieu dans la même enceinte, la température est portée progressivement à 75-80 °C.

Le fumage peut durer de vingt minutes à plusieurs jours. Les bois les plus utilisés sont le hêtre et le châtaignier, ainsi que des essences aromatiques (bruyère, laurier, romarin, sauge). En Savoie, on fume certaines saucisses au bois de sapin. En Bretagne, on utilise les ajoncs pour le fumage du jambon. En Andalousie, le chorizo est fumé avec du genévrier, essence dont se servent aussi les Siciliens pour fumer le fromage de brebis. Aux États-Unis, une variété de noyer très parfumée, le hickory, est largement employée.

FUMET Arôme qui se dégage de certains aliments. En cuisine, le mot désigne une préparation liquide, corsée et sapide, obtenue en faisant réduire un bouillon, un fond ou une cuisson, et utilisée pour renforcer le goût d'une sauce ou d'un fond de cuisson, ou pour servir de mouillement. Le terme « fumet » est surtout utilisé pour les champignons et le poisson ; pour la viande, la volaille et le gibier, on utilise le mot « fond ».

• FUMET DE CHAMPIGNON. Obtenu par une cuisson très réduite de champignons de couche bouillis avec du beurre dans de l'eau citronnée et salée, ce fumet augmente la sapidité de certaines sauces.

• FUMET DE POISSON. Réalisé en cuisant des parures de poisson, ce fumet permet de braiser ou de pocher les poissons et de confectionner des sauces d'accompagnement (normande, suprême, au vin blanc).

fumet de poisson

Nettoyer, concasser et faire dégorger 2,5 kg d'arêtes et de parures de poisson correspondant à la future recette (barbue, limande, merlan, sole, turbot, etc.). Éplucher et émincer très finement 125 g d'oignons et d'échalotes et 150 g de champignons ; presser 1 demi-citron ; attacher ensemble 25 g de queues de persil. Faire suer le tout avec les arêtes et les parures de poisson dans une cocotte, ajouter 1 brin de thym, 1 feuille de laurier, 1 cuillerée à soupe de jus de citron et 10 g de gros sel. Mouiller d'eau non salée à hauteur. Porter à ébullition, dégraisser et écumer, puis laisser frémir 20 min à découvert. Passer au chinois-étamine en pressant les arêtes et laisser refroidir.

FUSIL Tige cylindrique, faite d'un acier très dur, mais cassant, servant à refaire le fil des couteaux. Cette tige à bout rond, finement rainurée, est fixée sur un manche terminé par un anneau destiné à la suspendre.

FÛT OU **FUTAILLE** Tonneau en bois (souvent du chêne) destiné à la conservation du vin. Les fûts portent différents noms régionaux – le plus classique étant la « barrique » (225 litres) du Bordelais. On les appelle aussi « foudre » (1 000 litres environ) ou « aume » (114 litres) en Alsace, « feuillette » (132 litres) à Chablis, « queue » (216 litres) en Champagne et « pièce » (de 215 à 225 litres) dans le Beaujolais, en Bourgogne, dans le Val de Loire et dans la vallée du Rhône.

G

GAILLAC Vin AOC blanc, rouge ou rosé, produit sur les deux rives du Tarn. La caractéristique principale de cette appellation réside dans une grande diversité de styles de vin (voir PYRÉNÉES).

GALANGA Épice orientale, de la famille des zingibéracées, provenant d'un rhizome à la pulpe orange ou blanchâtre sous une écorce rougeâtre. Son arôme rappelle un peu le safran. Le galanga est très utilisé dans la cuisine de l'Indonésie et de la Thaïlande.

GALANTINE Préparation à base de morceaux maigres de gibier, de lapin, de porc, de veau ou de volaille, additionnés d'une farce avec des œufs, des épices et divers ingrédients (foie gras, langue écarlate, pistaches, truffes).

La galantine est cuite dans un fumet, le plus souvent moulée dans une terrine rectangulaire. Elle peut aussi être enroulée dans un linge et prend alors le nom de « ballottine » (voir ce mot).

galantine de volaille

Flamber et vider une poularde de 2 kg, couper les pattes et les ailerons. Fendre la volaille sur le dos jusqu'à la naissance du croupion et, à l'aide d'un couteau d'office, la désosser complètement sans la déchirer. L'étaler sur la table et retirer les filets mignons, ainsi que les muscles des cuisses et des ailes, puis détailler ces chairs en carrés réguliers. Hacher finement dans un mixeur 250 g d'échine de porc désossée et 250 g d'épaule de veau. Couper en petits dés 150 g de lard gras, 150 g de jambon d'York, 150 g de langue écarlate, et les mélanger avec les morceaux de poularde, 150 g de pistaches mondées, le hachis, 2 œufs battus en omelette, 1 dl de cognac, du sel, du poivre et 1/2 cuillerée à café de quatre-épices. Travailler ce mélange avec les mains humides pour le rendre plus homogène ; le façonner en boule puis en rectangle. Disposer la farce sur la poularde et rabattre la peau tout autour, en l'étirant bien sans la déchirer. Mouiller un torchon de toile fine, l'essorer et y rouler la galantine, en serrant. Fermer les deux extrémités du torchon, puis la galantine, d'un tour de ficelle de cuisine dans un sens et de trois tours dans l'autre sens. Plonger celle-ci dans un fond de gelée préparé avec 2 pieds de veau partiellement désossés, 500 g de couennes fraîches dégraissées, 2 kg de jarret de veau, 2 grosses carottes coupées en rondelles, 1 gros oignon piqué de 2 ou 3 clous de girofle, 2 poireaux émincés, 1 bouquet garni enrichi de céleri, 5 litres de bouillon de volaille, éventuellement 4 dl de madère, du sel et du poivre. Porter vivement à ébullition, puis laisser mijoter 3 heures. Égoutter la galantine en pressant le torchon, la placer sur un plan de travail, poser dessus une planche et un poids pour l'aplatir un peu. Dégraisser et passer la cuisson au tamis, puis la clarifier. Déballer la galantine, l'essuyer complètement, puis la masquer de plusieurs couches de gelée.

GALETTE Gâteau rond et plat, sans doute le plus ancien des apprêts de pâtisserie : la galette daterait du néolithique, époque à laquelle on cuisait des bouillies de céréales en les étalant sur des pierres chaudes.

Aujourd'hui encore, on confectionne des galettes de pommes de terre (finement émincées ou en purée) ou de céréales (avoine, maïs, millet). En Bretagne, en Basse-Normandie et en Vendée, les galettes sont des crêpes de sarrasin que l'on garnit de fromage, d'un œuf, d'une saucisse, de sardines grillées, etc. (voir CRÊPE).

La galette est plus spécifiquement un petit biscuit sablé au beurre, grande spécialité bretonne. Mais on appelle encore « galettes » divers petits gâteaux secs et croquants, ronds, parfois dentelés, diversement parfumés, garnis ou glacés (surtout au café ou au chocolat).

galettes bretonnes → BISCUIT

galette de plomb
Verser 300 g de farine tamisée en fontaine, y mettre 10 g de sucre en poudre, 1 cuillerée de sel fin fondu dans 1 cuillerée à soupe de crème et 200 g de beurre ramolli en morceaux. Mélanger du bout des doigts. Battre 1 œuf entier et 1 jaune. Les incorporer à la pâte. Ajouter éventuellement 1 autre cuillerée à soupe de crème. Façonner en boule, couvrir d'un linge et laisser reposer 30 min. Fariner un plan de travail, y étaler la pâte du plat de la main, en rectangle, la replier trois fois sur elle-même, la rouler à nouveau en boule et l'abaisser en cercle de 2 ou 3 cm d'épaisseur. La disposer dans une tourtière beurrée, rayer le dessus en rosace avec la pointe d'un couteau, dorer à l'œuf battu et cuire 30 min au four préchauffé à 220 °C. Servir la galette de plomb tiède ou froide.

galette de pommes de terre
Cuire 40 min au four 6 grosses pommes de terre. Retirer la pulpe. En prendre 400 g et y incorporer 4 jaunes d'œuf, un par un, avec 1 cuillerée à café rase de sel et 150 g de beurre ramolli. Rouler la pâte en boule et l'aplatir avec la paume de la main. La rassembler à nouveau en boule et recommencer deux fois l'opération. Beurrer une tôle à pâtisserie et aplatir la pâte pour former une galette de 4 cm d'épaisseur ; la rayer avec la pointe d'un couteau, la dorer à l'œuf, et la cuire au four préchauffé à 220 °C.

galette de pomme de terre au lard et au caviar → POMME DE TERRE

RECETTE DE JEAN-LUC POUJAURAN

galette des rois
« Étaler 500 g de pâte feuilletée à 5 tours et y découper 2 cercles. Dorer le tour de l'un d'eux au pinceau. Travailler 100 g de beurre ramolli avec 100 g de sucre, 100 g d'amandes râpées, 2 œufs entiers, quelques gouttes de vanille liquide et 1 cuillerée à soupe de rhum. Ajouter 200 g de crème pâtissière ; bien mélanger. Étaler la préparation au centre de la galette et mettre la fève. Recouvrir avec le deuxième cercle de pâte et chiqueter. Dorer la surface au pinceau. Laisser reposer 1 heure au réfrigérateur et cuire 25 min au four préchauffé à 190 °C. »

petites galettes orangines
Verser 250 g de farine tamisée en fontaine. Y mettre 120 g de sucre, 150 g de beurre en morceaux, 1 pincée de sel, le zeste râpé de 2 oranges frotté sur des morceaux de sucre, 6 jaunes d'œuf, et bien mélanger le tout. Former une boule avec cette pâte et la laisser reposer quelques heures au frais. Abaisser la pâte sur une épaisseur de 1/2 cm environ ; la découper à l'emporte-pièce cannelé de 5 à 6 cm de diamètre. Ranger ces galettes sur une tôle beurrée ; les dorer à l'œuf battu additionné d'une pincée de sucre et les cuire au four préchauffé à 240 °C.

soupe au lait d'huître et galettes de sarrasin → HUÎTRE

GALICIEN Génoise fourrée de crème à la pistache, glacée en vert et décorée de pistaches hachées. Elle fut, dit-on, créée dans la maison de jeu *Frascati*.

galicien
Monder 200 g de pistaches et les hacher. En incorporer la moitié à une crème pâtissière additionnée de 3 gouttes de colorant vert. Laisser tiédir et ajouter 30 g de beurre. Découper une génoise en trois abaisses égales, en garnir deux de crème et les superposer ; les recouvrir avec la troisième. Préparer un glaçage avec 3 blancs d'œuf, le jus de 1 citron, 300 g de sucre glace et 3 gouttes de colorant vert, en masquer le gâteau, parsemer avec le reste des pistaches hachées et mettre au frais jusqu'au moment de servir.

GALLIANO Liqueur élaborée à partir d'un grand nombre d'herbes et de fleurs, de baies et de racines, qui lui donnent un parfum de vanille. Le galliano entre dans la composition de divers cocktails.

GAMAY Cépage rouge à jus blanc, rustique et fertile, essentiellement cultivé en Beaujolais, mais aussi en Bourgogne, en Auvergne, en Val de Loire, en Savoie-Dauphiné. Il s'est bien acclimaté aux États-Unis, au Brésil et en Australie.

GAMMELOST Fromage norvégien de lait écrémé de chèvre ou de vache (taux de matières grasses variable), à pâte demi-dure, brun jaunâtre veiné de bleu et à croûte naturelle brune (voir tableau des fromages étrangers page 498). Se présentant sous la forme de pains rectangulaires ou cylindriques de 2 à 3 kg, il a une saveur forte et piquante.

GANACHE Crème de pâtisserie utilisée pour garnir des entremets, fourrer des gâteaux ou des bonbons, réaliser des petits-fours. Les chocolatiers l'aromatisent aux épices, aux fruits, au café, au thé pour confectionner de savoureux bonbons de chocolat.

crème ganache
Faire fondre sur feu doux 250 g de chocolat. Y ajouter de 60 à 75 g de beurre puis, en fouettant, 2,5 dl de crème fleurette ou 2 dl de crème fraîche épaisse additionnée de 0,5 dl de lait au moins.

GAPERON Fromage auvergnat de lait partiellement écrémé de vache ou de babeurre (45 % de matières grasses), à pâte pressée non cuite et à croûte naturelle (voir tableau des fromages français page 496). Il se présente sous la forme d'une boule de 9 cm de diamètre, aplatie d'un côté. Aromatisé à l'ail et, éventuellement, au poivre, il a une saveur prononcée.

GARBURE Potée béarnaise associant un bouillon de légumes, du chou et du confit d'oie, mais dont il existe plusieurs variantes, dont le briscat (garbure au maïs).

RECETTE D'ALAIN DUTOURNIER

garbure

« Mettre une crosse de jambon séché à tremper dans de l'eau froide avec 250 g de haricots blancs. Le lendemain, blanchir le jambon. Écosser et dérober 250 g de fèves fraîches. Éplucher 6 pommes de terre belles de Fontenay, 2 carottes et 200 g de navets. Les couper en petits dés. Ciseler 2 échalotes et 2 gousses d'ail. Émincer finement 2 blancs de poireau et 1 branche de céleri. Détailler en lanières 20 feuilles de chou bleu ou de beau chou vert. Bien dorer au four 1 très bonne saucisse de Toulouse et 3 cuisses de canard confit. Les dégraisser et en faire 6 portions. Dans une marmite, mettre le jambon, les haricots et le bouquet garni. Mouiller de 2,5 litres d'eau ou de bouillon de volaille et cuire 45 min. Déglacer le plat à rôtir avec 20 cl de vin blanc sec, puis le verser dans la marmite. Dans une sauteuse, faire suer 5 min les échalotes, les carottes, les navets, le poireau et le céleri avec un peu de graisse de confit, puis les mettre dans la marmite et laisser mijoter 30 min. Faire blanchir le chou et l'ajouter avec les pommes de terre ; laisser mijoter 30 min. Ajouter les fèves fraîches et laisser mijoter 5 min. Rectifier l'assaisonnement et ôter le bouquet garni. Disposer dans une soupière allant au feu 6 tranches de pain de campagne légèrement frottées d'ail. Découper la crosse de jambon en tranches de 1 cm d'épaisseur et les mettre dans la soupière avec les morceaux de saucisse et de confit. Verser par-dessus le bouillon très chaud et ses légumes, saupoudrer de persil ciselé, porter à ébullition et servir de quelques tours de moulin à poivre noir. »

GARDE-MANGER Sorte de cage à armature de bois, garnie de toile métallique, destinée à conserver les aliments à l'abri des mouches et autres insectes. Souvent muni d'une poignée, le garde-manger était autrefois suspendu à la cave ou dans un endroit frais, à l'extérieur, sous la fenêtre de la cuisine. Il est encore parfois utilisé pour conserver les fromages.

Au Moyen Âge et jusqu'à la fin du XVIIIe siècle, on appelait également « garde-manger » le local frais et aéré où l'on conservait les provisions.

GARDON Petit poisson de la famille des cyprinidés, qui vit généralement dans les eaux douces herbeuses. Pouvant atteindre 30 cm de long, le gardon a le dos brun verdâtre et le ventre argenté. On le prépare surtout en friture, et son goût est proche de celui du goujon.

GARGOULETTE Vase de terre poreuse, dans lequel l'eau se rafraîchit par évaporation. La gargoulette est le plus souvent munie d'une poignée et d'un bec permettant de boire à la régalade.

GARLIN (GUSTAVE) Cuisinier de « maison bourgeoise » (Tonnerre 1838 - ?). On lui doit un manuel de cuisine fondamental, édité en 1887, *le Cuisinier moderne ou les Secrets de l'art culinaire*.

GARNITURE Accompagnement simple ou composé d'un apprêt. La garniture est toujours réalisée en fonction du mets et avec, éventuellement, de la sauce.

Une garniture simple ne comporte qu'un seul élément, généralement un légume (braisé, sauté, lié au beurre, à la crème), du riz, des pâtes ou un farinage.

Une garniture composée réunit plusieurs ingrédients. Ceux-ci sont classiques (champignons diversement apprêtés, lardons, légumes frais, petits oignons) ou plus élaborés (crêtes de coq, croustades garnies, croûtons, légumes « rares », quenelles, queues d'écrevisse, truffes). Il peut aussi s'agir d'une sorte de ragoût, fait d'un salpicon composé (champignons, quenelles, ris de veau, volaille), lié de sauce, que l'on dresse en barquette, en bouchée, en cassolette, etc.

Dans la multitude des garnitures qui permettent de renouveler la présentation d'une même viande ou d'un même poisson, on peut distinguer celles qui ont été inventées par des chefs aujourd'hui disparus (Voisin, Choron, Foyot, Laguipière), celles qui sont dédiées à des personnages historiques (Cavour, Condé, Du Barry, Rossini, Talleyrand), celles qui portent le nom de la ville ou de la région de provenance de leur principal ingrédient (anversoise, Argenteuil, bordelaise, Clamart, Nantua, Périgueux), et celles qui évoquent soit l'apprêt qu'elles accompagnent (grand veneur, batelière, commodore), soit la façon dont elles sont disposées (bouquetière, jardinière).

GARNITURE AROMATIQUE Composition à base de légumes, d'aromates et de condiments, utilisée pour enrichir en saveurs et en odeurs une préparation, notamment pour les longues cuissons. Selon les cas, elle comprend ail, baies de genièvre, bouquet garni, carotte, céleri, oignon, éventuellement piqué de clous de girofle, poireaux, tiges de persil, etc. Elle est toujours retirée de la préparation avant le service.

GARUM Condiment très employé par les Grecs et les Romains, obtenu en faisant macérer des viscères et des morceaux de poisson dans de la saumure avec des herbes aromatiques. D'une odeur et d'une saveur très fortes, le garum entrait dans de très nombreuses recettes et servait aussi de condiment à table.

GASCOGNE Voir pages 510 et 511.

Gascogne

ÉTIRÉE ENTRE LANDES ET LANGUEDOC, ENTRE PÉRIGORD ET PAYS BASQUE, CENTRÉE AUTOUR D'AUCH, LA CAPITALE DU GERS, LA GASCOGNE CONSTITUE, AU CŒUR DU SUD-OUEST, UN TERROIR ORIGINAL. ANCIEN DUCHÉ FRANÇAIS, ELLE REGROUPE AUJOURD'HUI LES DÉPARTEMENTS DU GERS, DES HAUTES-PYRÉNÉES, DU TARN-ET-GARONNE ET DU LOT-ET-GARONNE.

À base de graisse d'oie, de saindoux ou d'huile plutôt que de beurre, la gastronomie gasconne est relevée d'échalotes et d'aromates mais surtout d'ail (celui de Beaumont-de-Lomagne est réputé), condiment gascon par excellence. Haute en saveurs mais sans excès, cette cuisine de tradition qu'accompagnent si bien les vins du terroir offre des variantes en fonction des spécialités locales telles que la tomate de Marmande ou le chasselas de Moissac, le chapon fermier du Gers ou les melons, pommes, poires et reines-claudes de Montauban, sans oublier les célèbres pruneaux d'Agen. Ces prunes noires et ridées, séchées au soleil pour conserver tout leur parfum, s'apprécient aussi bien en entrée, entourées de bacon, qu'en dessert, marinées au thé et au rhum, ou dans un diplomate. Elles accompagnent également à merveille les viandes telles que le lapereau.
Les oies et les canards, nourris au maïs, sont une des gloires de la région. On les mange rôtis ou longuement mitonnés comme le canard à l'agenaise qui allie pruneaux et armagnac. Les foies gras sont cuits en terrine ou au torchon (enroulés dans un linge et plongés dans un bouillon). Ils peuvent aussi être agrémentés de raisins et de truffes ou préparés au pacherenc-du-vic-bilh, à moins qu'on ne les préfère chauds, escalopés et accompagnés de fruits.
Les morceaux de confit sont dorés doucement à la poêle ou viennent enrichir une garbure, cette soupe gasconne qui marie harmonieusement tous les légumes de saison. Bien que le gibier à plume devienne plus rare, sa chasse reste un rite, et bécasses, palombes ou ortolans sont encore cuisinés en salmis ou rôtis.

Ses robustes bastides de pierre blonde entourées de champs ou de vignobles, comme cette ferme des environs de Cassaigne (Gers), font de la Gascogne une région agricole vivante et chaleureuse.



SOUPES ET LÉGUMES

Tourin, escauton et chaudeau

Bien des soupes gasconnes ont en commun l'eau, la graisse d'oie (parfois le lard), l'ail et l'oignon. En y ajoutant un œuf, d'abord le blanc puis le jaune, avec une cuillerée de vinaigre, on obtient le tourin (tourrin ou touri), parfois coloré de tomate. On peut le servir aussi épaissi de pain ou sur des croûtons. L'escauton est un plantureux bouillon gras préparé avec du jambon de pays, toutes sortes de légumes du jardin et des aromates. Le chaudeau réunit bouillon de volaille et vin blanc, un mélange aromatisé à la cannelle, au clou de girofle et au poivre, qui est ensuite versé sur des jaunes d'œuf battus avec du sucre semoule.
Le chou s'emploie beaucoup, mais aussi le potiron, les fèves et la tomate. Les Gascons apprécient tellement l'ail qu'ils en font un légume : gousses d'ail en chemise ou purée d'ail



Pour produire un bon foie gras, les oies vivent jusqu'à quatre mois en semi-liberté dans les élevages.

garnissent et parfument le gigot. Les légumes préparés à la gasconne sont rissolés dans la graisse d'oie avec des oignons émincés. Les haricots blancs figurent en bonne place dans le cassoulet, l'estouffat, les soupes et les salades.

POISSONS ET ESCARGOTS

Anguille aux pruneaux et escargots en ragoût
Solides mangeurs, les Gascons servent souvent un poisson en entrée, avant le plat principal. Selon sa taille, le brochet est cuit au court-bouillon, frit à la graisse ou servi froid en escabèche (rissolé puis mariné dans un bouillon aromatique). Le saumon de l'Adour frais et fumé offre une gourmandise de choix. L'alose est grillée dans sa peau grasse ou préparée à l'oseille, mais elle est aussi pochée au vin blanc, alors que l'anguille s'apprête à l'ail et au vin rouge, parfois en matelote avec des pruneaux. L'escargot gris de Gascogne mijote en ragoût avec aromates, jambon de pays, vin blanc et armagnac.

VIANDES ET VOLAILLES

Le confit de porc au chou, les jarrets d'agneau au madiran, les paupiettes de bœuf aux cèpes, le ventre de veau à la gasconne (noix longuement mijotée) ou la daube au vin rouge témoignent d'une longue tradition, au même titre que le civet de lièvre à l'armagnac ou la gasconnade (gigot à l'ail et à l'anchois).

Tripes et abats : alicot, trescat et galutres
Grands amateurs de tripes et d'abats, les Gascons cuisinent les cœurs en brochette, garnissent des salades de gésiers confits ou de cous d'oie farcis et font griller les carcasses d'oie et de canard sur la braise. L'alicot, ragoût d'abattis de volaille, est une spécialité que la Gascogne partage avec le Languedoc. Le ragoût de Vic-de-Bigorre réunit cervelle, langue et museau de veau. Le trescat, plat de tripes de mouton tressées (d'où son nom), liées aux jaunes d'œuf, se retrouve dans tout le Sud-Ouest, alors que les galutres, tripes de mouton mijotées aux petits oignons, restent plutôt une spécialité de Tarbes. La sale, ragoût de gorge de porc et de palette découpée en morceaux, est de tradition paysanne.

Œufs : œufs frits à la gasconne, massacanat
Les œufs s'associent volontiers aux autres produits du terroir : œufs sur le plat au saucisson de Vic-Fezensac, œufs frits à la gasconne avec jambon cru, tomates et aubergines, omelette au foie gras ou aux morceaux de peau de canard ou d'oie rissolés. Le massacanat, plat rituel du matin de Pâques en Bigorre, est une omelette garnie de dés de veau rissolés avec des oignons et du persil.

FROMAGES ET DESSERTS

Pastis gascon
La région produit peu de fromages, mis à part les cabécous, chèvres plus ou moins affinés, et des pâtes pressées au lait de brebis. Le principal dessert, le pastis gascon, se présente comme un délicat feuilleté fourré de lamelles de pommes macérées à l'armagnac puis arrosé d'armagnac à la sortie du four. La galette agenaise à la frangipane, la cruchade (une fine galette de maïs), les feuillantines du Gers, les fruits à l'armagnac et les pruneaux fourrés figurent également au chapitre des douceurs.

VINS ET ARMAGNAC

Les vins, issus de cépages très anciens, ont une forte personnalité et une grande authenticité, qu'il s'agisse du madiran, un rouge tannique de solide charpente, du pacherenc-du-vic-bilh, un blanc aux arômes de fruits exotiques, d'amandes et de noisettes, du tursan, des côtes-de-buzet ou des côtes-du-marmandais. Enfin, n'oublions pas l'armagnac, cette eau-de-vie de vin, à la vigueur rustique, dont le vignoble s'étend essentiellement dans l'est du département du Gers.

CARTE

ENTRÉES

Pruneaux au bacon, PAGE 868

Foie gras de canard au pacherenc, PAGE 472

Escalopes froides de foie gras au raisin et aux truffes, PAGE 472

Brouillade de truffes, PAGE 720

PLATS

Garbure, PAGE 509

Canard à l'agenaise, PAGE 196

Bécasse sautée à l'armagnac, PAGE 99

Lapereau aux pruneaux, PAGE 611

LÉGUMES

Pommes de terre farcies, PAGE 836

DESSERTS

Diplomate aux pruneaux, PAGE 404

Poires au vin, PAGE 814

GASPACHO Potage espagnol à base de concombre, de tomate, d'oignon, de poivron et de mie de pain relevé d'huile d'olive et d'ail, que l'on mange froid. Traditionnellement préparé dans une grande coupe d'argile qui lui donne un goût particulier, le gaspacho (ou *gazpacho*) est originaire de Séville, mais il en existe de nombreuses variantes. Ainsi, à Jerez, on le garnit de rondelles d'oignon cru ; à Ségovie, il est parfumé de cumin et de basilic, et monté sur un fond de mayonnaise.

RECETTE D'ALICE TOKLAS,
DANS *LIVRE DE CUISINE* (ÉD. DE MINUIT)

gaspacho de Séville

« Dans un bol, mettez 4 gousses d'ail écrasées, une cuillerée à café de sel, une demi-cuillerée à café de poivre moulu, la pulpe de 2 tomates moyennes pelées et écrasées. Mélangez bien ces ingrédients et ajoutez goutte à goutte 4 cuillerées à soupe d'huile d'olive. Ajoutez 1 oignon d'Espagne coupé en lamelles aussi fines que du papier mouchoir ; 1 poivron vert ou rouge épépiné et coupé en dés ; 1 concombre épluché, épépiné et coupé en dés ; 4 cuillerées à soupe de mie de pain. Ajoutez 3 tasses d'eau, mélangez bien. Servez glacé. »

GASTRIQUE Réduction de vinaigre et de sucre servant à préparer les sauces chaudes qui accompagnent des apprêts comportant des fruits (comme le canard à l'orange). On prépare la gastrique en mélangeant les ingrédients sur le feu, éventuellement avec divers condiments, jusqu'à évaporation presque complète du liquide.

GASTRONOME (À LA) Se dit de volailles farcies et poêlées ou de ris de veau poêlés, garnis de petites truffes pochées, de marrons et de morilles au beurre, agrémentés de crêtes et de rognons de coq. La sauce est un déglaçage au champagne et à la demi-glace relevée d'essence de truffe.

L'appellation concerne aussi un apprêt de pommes de terre coupées en petits bouchons, sautées au beurre, roulées dans de la glace de viande et accompagnées de truffes.

GASTRONOMIE Art de faire bonne chère, que Charles Monselet, à la fin du XIXe siècle, définit comme « la joie de toutes les situations et de tous les âges ». Le mot fut en faveur à partir de 1801, date de la parution de *la Gastronomie ou l'Homme des champs à table*, de Joseph Berchoux ; deux ans plus tard paraissait *le Gastronome à Paris*, de Croze Magnan.

En 1835, l'Académie française officialisa le mot « gastronomie » en l'accueillant dans son dictionnaire. Mais, au XVIe siècle déjà, Rabelais, dans *le Quart Livre*, avait mis en scène messire Gaster, honoré par les gloutons. La meilleure trouvaille verbale revient au « Prince des gastronomes », fondateur de l'Académie des gastronomes, Curnonsky, qui créa le terme « gastronomades » pour désigner les touristes amateurs de spécialités régionales.

Le véritable gastronome, tout en estimant les productions les plus raffinées de l'art culinaire, n'en use qu'avec modération. Il recherche, au quotidien, les préparations les plus simples, mais les plus difficiles à réaliser dans leur perfection.

Cependant, comme le dit Jean-François Revel dans son livre *Un festin en paroles* : « Le gastronome est à la fois investigateur et craintif, il explore avec pusillanimité. Il passe la moitié de son temps à évoquer les satisfactions passées et l'autre moitié à supputer avec scepticisme les possibilités à venir [...] Il y a gastronomie lorsqu'il y a permanente querelle des Anciens et des Modernes et lorsqu'il y a un public capable, à la fois par sa compétence et par ses richesses, d'arbitrer cette querelle. »

GÂTEAU Nom générique désignant tout apprêt de pâtisserie sucrée, que l'on cuit et qui est fait à partir d'une pâte ou d'un appareil auxquels on ajoute, avant ou après cuisson, divers ingrédients. Chaque gâteau a ses caractéristiques propres et peut, en outre, être diversement façonné ou moulé.

Les pâtes et les appareils de base sont relativement peu nombreux, mais les gâteaux peuvent varier à l'infini par la forme, la taille, la nature des ingrédients et le décor.

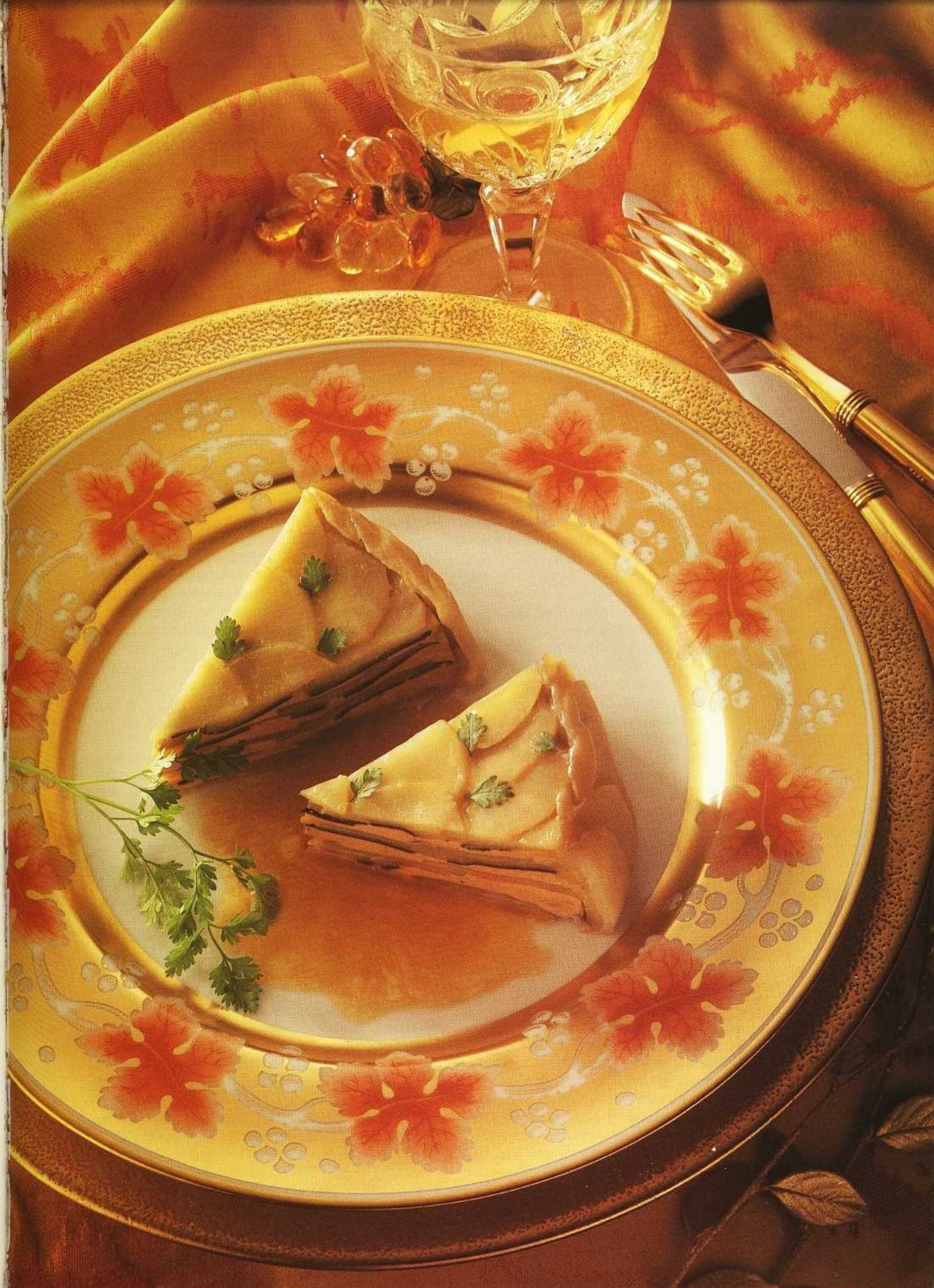
■ **Histoire.** Les premiers gâteaux étaient de simples galettes de farine et d'eau, auxquelles furent incorporés peu à peu du miel, des graines, des œufs, des épices, du beurre, de la crème, du lait. À la campagne, jusqu'à une époque récente, les gâteaux étaient souvent faits de pâte à pain améliorée, diversement enrichie : ils donnèrent naissance aux brioches, pognes, couques, fouaces et cramiques diverses.

Dans l'Antiquité, on confectionnait des gâteaux cuits entre des plaques de fer, ancêtres des gaufres, ainsi que des apprêts à base de fromage blanc. Au Moyen Âge, les préparations se diversifièrent, tout en restant assez rustiques ; les plus courantes étaient les beignets, les casse-museaux, les darioles, les échaudés, les nieules, les oublies, les talmouses et les tartes.

Bientôt, les pâtissiers, associés en corporation, devinrent des créateurs, notamment pendant la Renaissance, sous l'influence des cuisiniers italiens que Catherine de Médicis avait fait venir à la cour de France.

C'est alors que l'on vit apparaître les brioches, le feuilletage, les « gâteaux de voyage » à longue conservation, puis les biscuits mousseline, les meringues et, enfin, les grandes pièces montées architecturales, avant tout décoratives. Au XVIIIe et au XIXe siècle, les gâteaux devinrent des chefs-d'œuvre de raffinement et d'ingéniosité, surtout lorsque les pâtissiers étaient au service d'un prince ou d'une grande maison.

▶
Gâteau de topinambour et foie gras à la truffe
Recette d'Alain Dutournier
Voir page 514.



■ **Recettes traditionnelles et gâteaux du monde entier.** De nombreux gâteaux ont un caractère rituel ou symbolique, lié à une fête religieuse (Noël, Pâques, l'Épiphanie, la Chandeleur). La vie familiale a été elle aussi, de tout temps, l'occasion de déguster des gâteaux (de baptême, d'anniversaire, de mariage ou, simplement, le gâteau du dimanche). Dans les campagnes, la vie quotidienne était souvent rythmée par des gâteaux : ceux des veillées ou des réunions, ceux des jours de marché ou des jours de battage.

Certains gâteaux étrangers sont bien connus en France (baklava, Linzertorte, panettone, pudding, Strudel, vatrouchka, etc.). Jean-Paul Sartre donne, à ce sujet, un exemple surprenant d'anthropomorphisme culinaire : « Les gâteaux sont humains, ils ressemblent à des visages. Les gâteaux espagnols sont ascétiques avec des airs de fanfarons, ils s'effondrent en poussière sous la dent ; les gâteaux grecs sont gras comme de petites lampes à huile, quand on les presse, l'huile s'égoutte ; les gâteaux allemands ont la grosse suavité d'une crème à raser, ils sont faits pour que les hommes obèses et tendres les mangent avec abandon, sans chercher leur goût, simplement pour se remplir la bouche de douceur. Mais ces gâteaux d'Italie avaient une perfection cruelle : tout petits, tout nets, à peine plus gros que des petits-fours, ils rutilaient. Leurs couleurs dures et criardes ôtaient toute envie de les manger, on songeait plutôt à les poser sur des consoles, comme des porcelaines peintes. » (*Dépaysement,* éditions Gallimard.)

■ **Petits et gros gâteaux.** On distingue les gâteaux individuels, ou « à la pièce », et les grosses pièces ; les uns et les autres portent parfois le nom de celui qui les a créés ou de celui auquel ils furent dédiés, ou encore évoquent une origine géographique, mais ils sont le plus souvent baptisés d'une appellation fantaisiste ou d'un nom qui rappelle leur mode de fabrication. On désigne sous le nom de « gâteaux secs » les petits-fours secs, produits de biscuiterie, petites galettes, etc., servis avec le thé ou les glaces. Enfin, le mot « gâteau » s'applique à des préparations culinaires à base de purée de légumes ou de hachis divers, moulées et cuites au bain-marie, servies en entrée ou en garniture (gâteau de foie de volaille, de carotte, de chou-fleur) : ce sont en fait des « pains » de cuisine (voir ce mot).

GÂTEAUX SALÉS

RECETTE DE PAUL BLANC

gâteau de foies blonds de volaille

« Passer au tamis 8 foies de volaille de Bresse, blonds de préférence, avec 150 g de moelle de bœuf. Y incorporer 50 g de farine. Travailler au fouet et ajouter un à un 6 œufs entiers et 4 jaunes, 2 cuillerées de crème double et 3/4 de litre de lait. Assaisonner de sel, de poivre et de muscade. Ajouter 1 bonne pincée de persil haché et une demi-gousse d'ail écrasée. Mettre en moule beurré et faire cuire lentement, au bain-marie, pendant 3/4 d'heure environ. Démouler au moment de servir et napper à volonté d'une sauce obtenue par une réduction à glace de porto crémée, à laquelle on ajoute un coulis de tomates fraîches monté au beurre. Agrémenter de quelques lames de truffe. »

gâteau de pommes de terre des vendangeurs → POMME DE TERRE

RECETTE D'ALAIN DUTOURNIER

gâteau de topinambour et foie gras à la truffe

« Éplucher et tailler 600 g de topinambours roses en rondelles de 2 mm d'épaisseur. Les cuire 5 min dans un bouillon. Émincer 50 g de truffe. Tailler de très fines tranches dans le travers d'un lobe de foie gras. Saler et poivrer tous ces éléments, en ajoutant une pointe de muscade. Tapisser le fond et les parois d'un moule à soufflé moyen, bien beurré, d'écailles de topinambour ; déposer une fine couche de truffe, puis une couche de foie gras. Renouveler l'opération jusqu'à épuisement des ingrédients, et couvrir de papier d'aluminium. Presser à l'aide d'un moule plus petit. Cuire 20 min au bain-marie au four préchauffé à 170 °C. Démouler sur un plat de service et arroser d'une vinaigrette tiède à l'huile de noix et au vinaigre de xérès, aromatisée de cerfeuil ou de persil plat. »
(Voir photographie page 513.)

GÂTEAUX SUCRÉS

gâteau alcazar

Foncer un moule à manqué avec 250 g de pâte sucrée. Piquer le fond et le garnir de 2 cuillerées à soupe de marmelade d'abricot. Monter en neige sur feu doux 4 blancs d'œuf et 125 g de sucre semoule, puis y ajouter 60 g de poudre d'amande, 60 g de farine et 25 g de beurre fondu additionné de 1/2 verre à liqueur de kirsch. Verser cette préparation dans le moule et cuire au four préchauffé à 200 °C, jusqu'à ce que le dessus soit doré. Démouler et faire refroidir sur une grille. Remplir de pâte d'amande ramollie à blanc une poche munie d'une douille cannelée ; tracer des losanges sur le dessus du gâteau et une bordure autour. Remettre au four pour faire dorer le décor. Faire réduire à feu doux 400 g de marmelade d'abricot, abricoter le creux de chacun des losanges et en garnir le centre d'une demi-pistache.

gâteau Alexandra

Faire fondre 100 g de chocolat avec 1 cuillerée à soupe d'eau dans une petite casserole à fond épais. Mettre dans une jatte 3 jaunes d'œuf, 1 œuf entier et 125 g de sucre semoule ; fouetter jusqu'à ce que le mélange blanchisse ; incorporer alors 75 g de poudre d'amande, puis le chocolat fondu, 20 g de farine et 80 g de fécule, bien mélanger. Battre 3 blancs d'œuf en neige très ferme avec 1 pincée de sel et les incor-

porer à la pâte, ainsi que 75 g de beurre fondu. Beurrer et fariner un moule carré de 18 cm de côté et y verser la pâte. Mettre à cuire 50 min dans le four préchauffé à 180 °C. Laisser refroidir. Abricoter le gâteau avec 200 g de marmelade d'abricot, puis le mettre 10 min dans le réfrigérateur. Faire fondre 80 g de chocolat avec 2 cuillerées à soupe d'eau et, dans une autre casserole, faire tiédir 200 g de fondant. Ajouter au fondant le chocolat fondu : le mélange doit être assez fluide pour s'étaler facilement. Masquer le gâteau de ce fondant au chocolat, égaliser avec la spatule et réserver au frais jusqu'au moment de servir.

gâteau Champigny
Dénoyauter 1 kg d'abricots et les cuire avec 250 g de sucre cristallisé et 1/2 verre d'eau jusqu'à ce qu'ils commencent à se défaire. Laisser réduire complètement le sirop, puis ajouter 1 petit verre d'alcool de fruit et quelques amandes de noyau d'abricot. Laisser refroidir complètement. Abaisser 500 g de pâte feuilletée en un long rectangle de 3 mm d'épaisseur. Découper dans cette abaisse deux rectangles égaux et des bandes de 1,5 cm de large, assez longues pour faire le tour de l'un des rectangles. Battre un œuf en omelette et en badigeonner le dessus d'un des deux rectangles avec un pinceau. Appliquer autour les bandes de pâte, verser la marmelade d'abricot au milieu et l'étaler régulièrement jusqu'aux bandes, qui l'empêcheront de couler à la cuisson. Dorer à l'œuf le dessus de celles-ci, appliquer le second rectangle et presser très légèrement avec les doigts pour le faire adhérer. Ajouter 2 cuillerées à soupe de lait au reste de l'œuf battu et en badigeonner le dessus du champigny. Tracer des croisillons avec la pointe d'un couteau. Cuire de 25 à 30 min au four préchauffé à 230 °C. Servir tiède.

gâteau au chocolat
Préchauffer le four à 190 °C. Beurrer un moule à manqué. Tamiser 125 g de farine. Séparer les blancs et les jaunes de 3 œufs. Ajouter 125 g de sucre aux jaunes et travailler à la cuillère de bois jusqu'à ce qu'ils deviennent mousseux. Casser en petits morceaux, dans une casserole, 150 g de chocolat à cuire et le chauffer doucement avec 3 cuillerées à soupe de lait, au bain-marie et à couvert. Fouetter les blancs en neige très ferme avec 1 pincée de sel. Incorporer 125 g de beurre ramolli dans le chocolat, remuer pour faire fondre et homogénéiser, en ajoutant éventuellement 1 cuillerée à dessert de café soluble, puis mettre le chocolat dans une terrine tiède ; verser aussitôt le mélange jaunes-sucre, et remuer énergiquement. Ajouter alors la farine, en pluie. Incorporer vivement les blancs en neige ; verser dans le moule beurré et cuire 45 min au four. Préparer un caramel avec 2 cuillerées à soupe de sucre, 1 cuillerée à soupe d'eau et 1 cuillerée à soupe de vinaigre ; rouler des cerneaux de noix dans le caramel et les réserver sur une assiette huilée. Quand le gâteau est cuit, le laisser refroidir dans son moule et préparer un glaçage au chocolat. Démouler le gâteau sur une grille, au-dessus d'un plat ; verser le glaçage et l'étaler sur le dessus et sur le tour avec une spatule métallique. Décorer avec les noix et mettre au frais.

gâteau à la mandarine → MANDARINE

gâteau manqué
Faire fondre 100 g de beurre sans le laisser colorer. Séparer les blancs et les jaunes de 6 œufs. Mettre les jaunes dans une terrine, avec 200 g de sucre semoule et 1 sachet de sucre vanillé ; fouetter le mélange jusqu'à ce qu'il soit mousseux, puis ajouter 150 g de farine en pluie, le beurre fondu et 1/2 verre à liqueur de rhum. Travailler encore pour obtenir un mélange homogène. Battre les blancs d'œuf en neige très ferme avec 1 pincée de sel, puis les incorporer délicatement à la pâte. Beurrer un moule à manqué avec 15 g de beurre ; y verser l'appareil ; cuire de 40 à 45 min au four préchauffé à 200 °C. Laisser tiédir dans le moule, puis démouler et faire refroidir sur une grille.

gâteau marbré
Faire fondre 175 g de beurre ; le mélanger au fouet avec 200 g de sucre, puis 3 jaunes d'œuf ; tamiser 175 g de farine en y ajoutant 1/2 paquet de levure chimique et l'incorporer à la préparation. Battre 3 blancs en neige très ferme et les ajouter à la pâte. Séparer celle-ci en deux parties égales ; incorporer 25 g de cacao à l'une de ces parties. Verser dans un moule à cake beurré les deux appareils en les alternant en couches peu épaisses. Cuire 50 min au four préchauffé à 200 °C.

gâteau aux marrons et au chocolat → MARRON GLACÉ

gâteau moka
Faire fondre 90 g de beurre, sans le laisser colorer. Fouetter 5 jaunes d'œuf avec 150 g de sucre jusqu'à ce qu'ils blanchissent et deviennent mousseux ; ajouter alors, en pluie, 150 g de farine tamisée et 50 g de poudre de noisette ; mélanger, puis incorporer le beurre fondu et, délicatement, 5 blancs d'œuf battus en neige très ferme avec 1 pincée de sel. Verser cette pâte dans un moule à manqué beurré de 20 cm de diamètre ; cuire 35 min au four préchauffé à 180 °C. Démouler le biscuit sur une grille fine dès la sortie du four, le laisser refroidir, puis le couvrir et le mettre 1 heure dans le réfrigérateur. Porter très doucement à ébullition 150 g de sucre avec 2 cuillerées à soupe d'eau. Mélanger lentement ce sirop bouillant avec 4 jaunes d'œuf et battre énergiquement jusqu'à ce qu'il soit refroidi. Incorporer ensuite au fouet 175 g de beurre ramolli coupé en morceaux, puis 1 cuillerée à café d'essence de café. Concasser finement 150 g de noisettes mondées et grillées. Découper le biscuit en trois abaisses. En masquer deux, chacune avec 1/4 de la crème, parsemée de 50 g de noisettes. Superposer les trois abaisses pour former le gâteau et masquer celui-ci avec le troisième quart de la crème. Parsemer tout le tour du gâteau de 50 g de noisettes. Mettre le reste de la crème dans une poche à douille cannelée et dessiner des rosaces régulières sur le gâteau. Poser un grain de café au chocolat amer au centre de chaque rosace. Placer le gâteau dans une boîte hermétique et le mettre 2 heures au moins dans le réfrigérateur. Servir très frais. Le moka est meilleur le lendemain.

gâteau Montmorency
Séparer les blancs et les jaunes de 3 œufs. Fouetter les 3 jaunes avec 60 g de poudre d'amande et 125 g de sucre semoule. Égoutter 400 g de cerises au sirop, les couper en deux, les dénoyauter et les rouler dans de la farine. Incorporer aux jaunes 60 g de farine, puis les cerises. Battre les 3 blancs en neige très ferme avec 1 pincée de sel et les ajouter délicatement à la préparation. Beurrer un moule à génoise, y verser la pâte et cuire 30 min au four préchauffé à 200 °C. Démouler sur une grille et laisser refroidir. Faire fondre 200 g de fondant sur feu doux, en remuant. Ajouter 1 verre à liqueur de kirsch et 2 ou 3 gouttes de colorant rouge. Masquer à la spatule le gâteau de fondant rose et le décorer de 12 cerises confites et de quelques morceaux d'angélique. La génoise peut aussi être coupée en deux disques, imbibée de kirsch et fourrée de crème au beurre additionnée de cerises à l'eau-de-vie.

gâteau Montpensier
Faire tremper 50 g de fruits confits et 50 g de raisins de Smyrne dans 1 dl de rhum. Verser 125 g de farine dans une terrine avec 80 g de beurre coupé en morceaux ; travailler le tout du bout des doigts pour lui donner l'aspect d'une grosse semoule. Battre 7 jaunes d'œuf avec 125 g de sucre semoule jusqu'à ce qu'ils blanchissent, puis y ajouter 100 g de poudre d'amande. Battre 3 blancs d'œuf en neige ferme avec 1 pincée de sel et les incorporer délicatement aux jaunes. Égoutter les fruits confits et les raisins, puis les verser dans la préparation, ainsi que le mélange de farine et de beurre ; travailler à la cuillère de bois. Beurrer un moule à génoise de 22 cm de diamètre et le parsemer de 50 g d'amandes effilées. Y verser la pâte et cuire 30 min au four préchauffé à 200 °C. Démouler sur une grille et laisser refroidir. Faire fondre sur feu doux 150 g de confiture d'abricot, la tamiser et abricoter la surface du gâteau. Mettre au frais jusqu'au moment de servir.

gâteau de patate douce
Faire tremper dans du rhum 150 g de raisins de Málaga épépinés. Cuire 5 patates douces avec leur peau dans de l'eau non salée. Les éplucher, les réduire en pâte très fine et incorporer vivement 1 sachet de sucre vanillé et 1 bonne cuillerée à soupe de farine. Assouplir l'appareil avec un peu de lait, puis ajouter 3 œufs, un par un, le jaune d'un quatrième œuf et les raisins de Málaga. Monter le blanc en neige à la dernière minute et l'incorporer à la pâte pour qu'elle soit lisse et légère. Verser celle-ci dans un moule à charlotte beurré. Placer le moule dans un bain-marie, porter à ébullition sur le feu, puis cuire 40 min au four préchauffé à 200 °C. Servir avec une crème anglaise.

RECETTE DE BARBARA NAVARROO

gâteau au potiron d'Halloween
« Dans une terrine, fouetter 4 œufs entiers avec 20 cl d'huile de tournesol et 400 g de chair de potiron cuite et bien écrasée. Ajouter 350 g de farine tamisée, 1 sachet de levure chimique, 1 cuillerée à café de bicarbonate de soude, 250 g de sucre semoule, 3 cuillerées à café de cannelle en poudre, 1 pincée de sel et 200 g de noix hachées. Verser cette pâte dans un moule en couronne beurré et fariné, et cuire 1 heure au four préchauffé à 120 °C. Démouler sur une grille et glacer avec 100 g de sucre glace délayé dans du jus de citron et additionné d'une cuillerée à café de zeste du citron finement râpé. »

RECETTE D'ALEXANDRE DUMAINE

gâteau « le prélat »
« Préparer 1 litre de café très concentré, légèrement sucré et aromatisé de rhum blanc. Laisser refroidir. Fouetter ensemble 2 œufs entiers et 6 jaunes. Verser dessus 300 g de sucre cuit au filé et fouetter jusqu'à refroidissement. Ajouter encore 300 g de chocolat amer ramolli, des zestes d'orange râpés et 3/4 de litre de crème double demi-fouettée. Bien mélanger. Tapisser le fond d'un moule rectangulaire beurré de biscuits à la cuillère imbibés d'un peu de café. Recouvrir de la composition. Faire une nouvelle couche de biscuits imbibés et ainsi de suite jusqu'en haut du moule, en terminant par des biscuits au café. Mettre au réfrigérateur 24 heures avant de démouler. Napper de chocolat fondu malaxé avec du beurre (1 kg de chocolat pour 300 g de beurre et un verre d'huile neutre), le tout à 34 °C. »

GÂTEAU À LA BROCHE Spécialité que revendiquent à la fois les Aveyronnais et les Ariégeois, faite d'une pâte épaisse et onctueuse, parfumée au rhum ou à la fleur d'oranger, que l'on verse par petites quantités, à la louche, sur une broche spéciale, munie d'un long cône de bois entouré de papier huilé, qui tourne lentement devant un feu très vif. Le gâteau se forme ainsi par couches successives (voir BAUMKUCHEN).

GÂTEAU DE RIZ Entremets froid à base de riz au lait, additionné de sucre et d'œufs. Il peut être enrichi de fruits (frais, secs ou confits) et servi avec une crème anglaise ou une purée de fruits rouges. Sa réussite dépend de la nature du riz (à grains ronds, non étuvé).

gâteau de riz au caramel
Préparer du riz au lait. Retirer la gousse de vanille, ajouter de 175 à 200 g de sucre semoule et 3 jaunes d'œuf. Mélanger délicatement, puis incorporer les 3 blancs battus en neige très ferme. Dorer dans une casserole 100 g de sucre avec le jus de 1/2 citron et 1 cuillerée à soupe d'eau, puis verser aussitôt le sucre fondu dans un moule à charlotte ou un moule à côtes de 20 cm de diamètre supérieur, en le faisant pivoter pour caraméliser le fond et les bords. Y verser le riz en le tassant et placer au bain-marie ; porter à ébullition sur le feu, puis cuire 45 min au four préchauffé à 200 °C. Laisser refroidir, puis démouler sur un plat. Dissoudre le caramel avec un peu d'eau chaude et en napper le gâteau de riz.

GÂTEAU DES ROIS Pâtisserie traditionnelle du jour de l'Épiphanie. À cette occasion, un « roi » ou une « reine » est désigné par le hasard, grâce à une fève glissée dans le gâteau. Ce rituel remonte sans doute à l'époque romaine ; lors des fêtes en l'honneur de Saturne (les saturnales), tous les interdits étaient transgressés, et le « roi d'un jour » était tiré au sort à l'aide d'une fève dissimulée dans une galette.

Actuellement, il existe en France deux grandes traditions pour le gâteau des Rois : dans le Nord, à Lyon et dans la région parisienne, c'est une galette feuilletée, parfois fourrée de frangipane, alors que, dans le Sud, c'est un gâteau brioché, souvent garni de fruits confits ou parfumé à l'eau-de-vie ou à la fleur d'oranger.

gâteau des Rois de Bordeaux
(dit « gâteau tortillon »)

Disposer 500 g de farine tamisée en fontaine ; mettre au milieu 200 g de levain et 10 g de sel fin. Mélanger et ajouter 8 œufs entiers, un par un, le zeste d'un citron râpé, 200 g de sucre en poudre par petites quantités et 200 g de beurre ramolli en pommade. Pétrir la pâte jusqu'à ce qu'elle soit homogène, puis la laisser lever 10 heures dans un endroit tiède. La rompre en 4 parties égales ; en faire des couronnes et les placer, après avoir enfoncé la fève à l'envers de l'une d'elles, sur un papier beurré. Faire lever les couronnes dans le four tiède, puis les laisser refroidir. Les dorer à l'œuf ; appliquer sur le tour des tranches fines de cédrat et du sucre concassé. Cuire au four préchauffé à 200 °C les couronnes superposées.

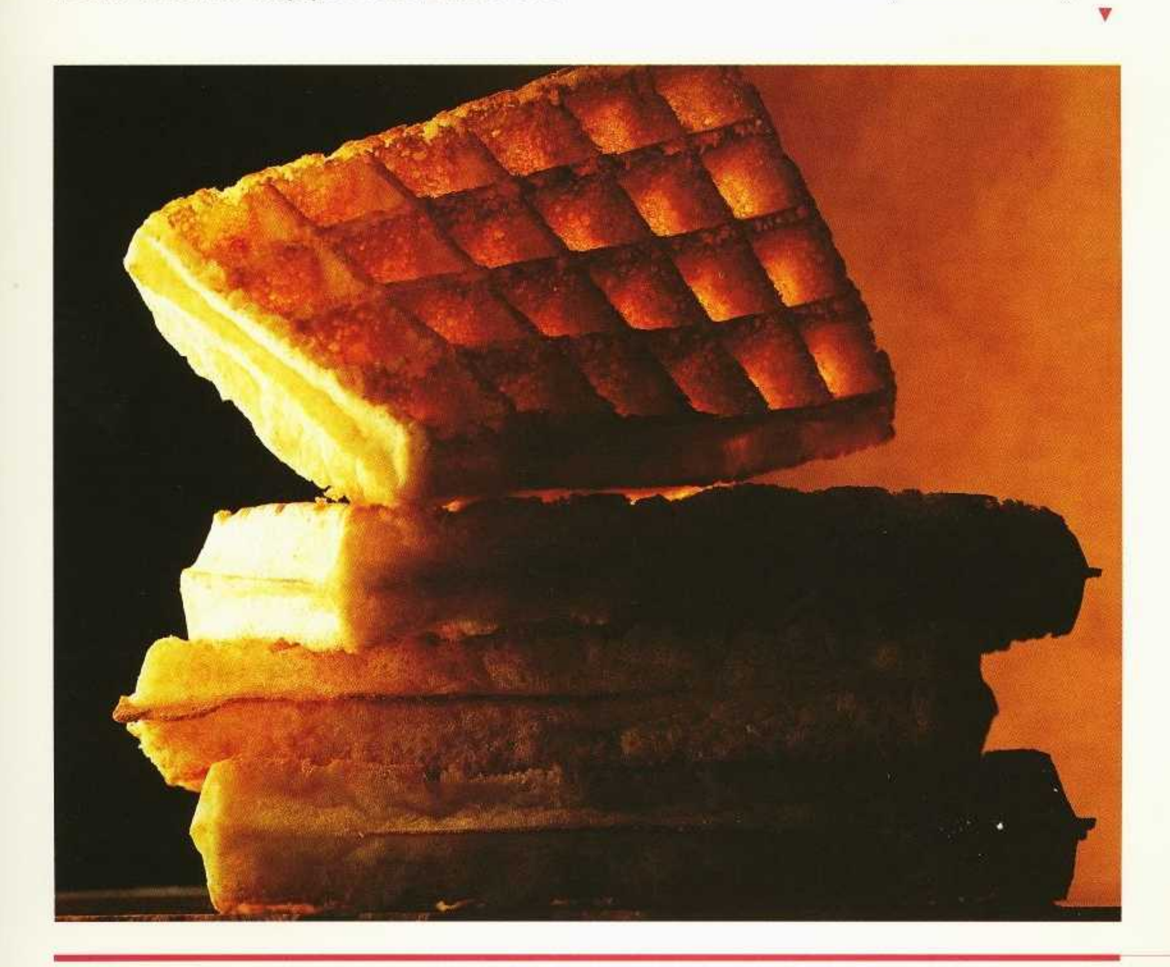
galette des rois → GALETTE

GÂTE-SAUCE Marmiton, dans le langage moderne. Le terme désignait, à l'origine, le « gars de sauce », c'est-à-dire l'employé de cuisine, le « galopin », chargé de préparer les sauces.

GAUFRE Pâtisserie mince et légère, alvéolée, de forme variable selon le moule utilisé. La pâte à gaufre est faite de farine, de beurre, de sucre, d'œufs et d'eau ou de lait, et souvent aromatisée. Plus ou moins fluide, cette pâte n'est pas cuite au four, mais versée dans le gaufrier préchauffé, dont on referme les plaques avant de le placer sur le feu.

Les Grecs faisaient cuire entre des plaques de métal chaudes des gâteaux très plats, les *obelios*. Ce mode de cuisson resta en usage au Moyen Âge, où les

Gaufres croustillantes
Encore toutes chaudes, elles attendent d'être poudrées de sucre glace.



« obloyers » fabriquaient toutes sortes d'« oublies », plates ou roulées en cornet. L'oublie devint gaufre vers le XIIIe siècle, quand un artisan eut l'idée de forger des plaques de cuisson reproduisant le dessin alvéolé des rayons de miel, que l'on appelait alors « gaufres ».

Comme les beignets et les crêpes, les gaufres ont été l'un des mets les plus courants de l'alimentation paysanne. Aujourd'hui encore, chaque région possède sa recette de gaufres, éventuellement salées.

Les gaufres continuent d'être vendues, comme les crêpes, dans la rue, ou lors des foires ; jadis, elles étaient de toutes les fêtes, kermesses et rassemblements populaires. La tradition survit en particulier dans les provinces du Nord et des Flandres.

Généralement, les gaufres se mangent chaudes, poudrées de sucre, accompagnées de crème fouettée ou de confiture ; elles peuvent aussi être fourrées.

gaufres : préparation

Dans une terrine, mettre 500 g de farine tamisée, 1 paquet de levure chimique, 10 g de sel, 30 à 40 g de sucre semoule, 150 g de beurre fondu et refroidi, 5 œufs battus en omelette et 8 dl de lait (ou davantage pour plus de légèreté). Bien mélanger pour obtenir une pâte fluide et parfaitement lisse. Laisser reposer 1 heure au moins. Chauffer et graisser le moule à gaufre. Verser une petite louche de pâte dans une moitié du gaufrier ouvert, fermer, puis retourner pour que la pâte se répartisse également dans les deux parties du moule. Cuire des deux côtés. Ouvrir le gaufrier, détacher la gaufre et la poudrer de sucre glace.

GAUFRETTE Petit biscuit très sec et léger, souvent de fabrication industrielle, fait d'une pâte semblable à celle des gaufres mais moins liquide. Les gaufrettes sont vendues sèches, pliées en éventail, roulées en cigarette, ou fourrées à la confiture ou à la crème pralinée. Les cornets à glace sont réalisés en pâte à gaufrette.

L'appellation désigne aussi un nid de pommes paille (voir POMME DE TERRE).

gaufrettes hollandaises

Disposer 250 g de farine tamisée en fontaine ; mettre au milieu 125 g de sucre, 1 pincée de sel et le parfum choisi (vanille, cannelle, zeste de citron ou d'orange) ; mouiller le sucre avec 1 blanc d'œuf, puis ajouter 125 g de beurre ramolli et bien mélanger tous ces ingrédients. Réunir la pâte en boule, puis la détailler comme pour les gaufres et la cuire.

GAUFRIER Moule de fonte articulé, composé de deux plaques alvéolées reliées par une charnière, entre lesquelles on met la pâte à gaufres pour la cuire.

Les gaufriers manuels sont parfois de véritables chefs-d'œuvre historiés. Ils se posent sur une source de chaleur (braises, brûleur, plaque électrique) et se retournent à mi-cuisson, leurs longs manches permettant de les manipuler sans se brûler.

Aujourd'hui, ils sont souvent électriques et possèdent parfois un jeu de plaques interchangeables pour réaliser des croque-monsieur, des grillades, voire des crêpes.

GAULOISE (À LA) Se dit de plusieurs apprêts assez recherchés, comportant des crêtes et des rognons de coq : consommé de volaille légèrement tomaté, garni de royale de maigre de jambon, éventuellement lié au jaune d'œuf ; œuf mollet sur croûton, avec un salpicon de jambon à la sauce tomate ; garniture pour bouchée ou tartelette additionnée d'un salpicon de truffe et de champignons, lié de sauce suprême au madère.

Rognons et crêtes sont toutefois absents de la garniture « à la gauloise » pour poissons : celle-ci est composée de barquettes garnies d'un salpicon de truffe et de champignons lié de sauce matelote, et agrémentée d'écrevisses troussées cuites au court-bouillon.

GAZ PROPULSEUR ET **GAZ D'EMBALLAGE** Additifs alimentaires utilisés pour extraire des produits (crème fouettée en bombe, par exemple) de leur contenant (gaz propulseur), ou pour modifier l'atmosphère interne des emballages conçus pour conserver des aliments. Les gaz le plus couramment employés sont, dans le premier cas, l'oxyde d'azote et, dans le second cas, l'azote, le gaz carbonique et l'oxygène.

GAZETIN DU COMESTIBLE (LE) Publication périodique du XVIIIe siècle dont ne subsistent que les douze numéros parus de janvier à décembre 1767. Cet ancêtre des guides culinaires modernes se proposait d'indiquer à ses lecteurs où se procurer toutes les denrées nécessaires à une bonne table.

GÉLATINE Substance incolore et inodore, extraite des os et des cartilages des animaux, ainsi que de certaines algues. La gélatine se présente sous forme de poudre ou de feuilles translucides. On la fait gonfler à l'eau froide, puis on la dissout à l'eau bouillante avant de l'incorporer. Elle s'utilise pour les plats « en gelée », pour de nombreux entremets froids ou glacés, ainsi que pour le collage des vins et des jus de fruits ; on l'emploie aussi en confiserie industrielle.

GELÉE DE CUISINE Préparation translucide qui, en refroidissant, se solidifie grâce aux éléments gélatineux qu'elle contient (notamment, les os). Il existe différentes gelées, blanches ou brunes, issues des fonds de base ; elles s'obtiennent naturellement lorsque les fonds sont préparés avec des éléments riches en gélatine. Dans le cas contraire, il faut leur ajouter, avant de les clarifier pour les rendre limpides, des feuilles de gélatine ramollies dans de l'eau froide.

Les gelées s'utilisent notamment pour confectionner des mets froids, dits « en gelée », pour garnir des plats froids et pour lustrer des pièces froides. Les gelées de viande, de volaille, de gibier sont réservées aux aspics, terrines, etc., dont l'élément dominant est le même que celui de la gelée ; les aspics de crustacés ou de poisson font appel à de la gelée en poudre ou en feuille délayée avec un fumet de poisson passé et clarifié. Les gelées peuvent être colorées et parfumées avec un alcool.

aiguillette de bœuf en gelée → BŒUF
ballottine de faisan à la gelée → BALLOTTINE
cailles farcies à la périgourdine en gelée → CAILLE
côtes de veau à la gelée → VEAU
épaule de mouton en gelée → MOUTON
foie gras d'oie et sa gelée au pinot noir → FOIE GRAS

RECETTE DE JOËL ROBUCHON

gelée de caviar à la crème de chou-fleur
« Mouiller d'eau salée 1 pied de veau flambé et coupé en deux, porter à ébullition, laisser frémir 2 min, puis rafraîchir sous un filet d'eau fraîche. Remettre le pied dans la casserole avec 30 g de sel et 4 litres d'eau, et laisser mijoter 3 heures. Passer au chinois. Faire blanchir un chou-fleur, le rafraîchir et l'égoutter. Le cuire 20 min dans 6 dl de bouillon de volaille avec 1 pincée de curry. Le presser dans une étamine et réduire le bouillon à 1/2 litre. Délayer dans un bol 30 g de fécule de maïs avec 4 cuillerées à soupe d'eau froide, puis incorporer au fouet une petite louche de bouillon. Porter à ébullition le reste du bouillon, sans cesser de fouetter, verser la fécule et cuire 3 min. Mettre dans le bol 1 jaune d'œuf avec 1 dl de crème fleurette, mélanger, incorporer un peu de bouillon et verser le tout dans la casserole, en remuant. Retirer du feu aux premiers frémissements. Mixer la préparation ; la passer au chinois et laisser refroidir. Couper 1/2 pied de veau qui a servi pour la gelée en tout petits dés. Concasser 500 g de carcasses de homard et les faire revenir vivement dans 5 cl d'huile d'olive. Couper en mirepoix 50 g d'échalotes, 30 g de carottes, 20 g de céleri branche, 30 g de fenouil et 30 g d'oignons. Mettre tous ces légumes dans une casserole avec 3 cl d'huile d'olive, porter sur feu moyen, laisser suer 5 min, sans coloration, puis les ajouter aux carcasses de homard, avec du sel et du poivre mignonnette. Bien remuer et ajouter 1 cuillerée à soupe de concentré de tomate, ainsi que la gelée, les dés de pied et 1 bouquet garni. Porter à ébullition et laisser frémir 20 min, en écumant. Passer la gelée au chinois dans une autre casserole et faire réduire, en dépouillant les impuretés, jusqu'à ce qu'il ne reste plus que 5 dl de liquide. Laisser refroidir la gelée, en enlevant la graisse qui remonte à la surface. La clarifier, la passer au linge-étamine, la laisser refroidir puis prendre au réfrigérateur. Au moment de servir, la faire tiédir pour la ramollir. Mouler en forme de dôme 20 g de caviar au fond de chaque bol à consommé. Verser dessus 1 dl de gelée et faire prendre au réfrigérateur. Napper de 5 cl de crème de chou-fleur et remettre au frais. Décorer avec des points de mayonnaise à la chlorophylle d'herbes et du cerfeuil. »

gelée luxembourgeoise de porcelet → PORC

gelée de poisson blanche
Réaliser un fumet de poisson. Préparer les éléments de la clarification, soit la chair hachée de 2 merlans et 2 blancs d'œuf pour 2 litres de gelée. Verser le fumet refroidi sur la clarification en remuant. Assaisonner de sel marin et additionner éventuellement, pour obtenir une gelée plus ferme, de feuilles de gélatine ramollies dans l'eau froide. Porter doucement à ébullition en remuant constamment, puis laisser frémir 20 min. Passer délicatement la gelée à l'étamine sans presser.

gelée de poisson au vin rouge
Elle s'obtient avec le fond de cuisson du poisson qui a été mouillé moitié avec vin rouge, moitié avec fumet. Cette gelée est clarifiée comme la gelée blanche.

gelée de viande
Dorer au four 1 kg de gîte de bœuf et 500 g de jarret de veau coupés en morceaux, 1 pied de veau, 500 g d'os de veau et 250 g de couennes dégraissées. Éplucher et émincer 2 oignons, 4 carottes et 1 poireau. Mettre dans un fait-tout les légumes, les viandes et les os, les couennes ficelées, 1 gros bouquet garni, 15 g de sel et du poivre ; mouiller de 5 litres d'eau et porter à ébullition. Écumer, puis ajouter 1 louche d'eau très froide et cuire 3 heures, à petits frémissements. Garnir une passoire d'un linge fin et y verser doucement le liquide. Laisser reposer celui-ci et le mettre dans le réfrigérateur pour enlever facilement la graisse solidifiée en surface. Clarifier le bouillon avec 200 g de viande maigre de bœuf, 2 blancs d'œuf et 1 petit bouquet de cerfeuil et d'estragon. On peut aromatiser la gelée au madère, au porto ou au xérès, ou à toute autre liqueur. De la même façon, mais sans laisser colorer les viandes et les os, on obtient un fond pour gelée blanche. En ajoutant à la gelée de viande 1,2 kg de carcasses et de parures de gibier colorées au four et des baies de genièvre, on obtient un fond pour gelée de gibier. En ajoutant à la gelée de viande une poule dorée au four ou 1,5 kg de carcasses et d'abattis de volaille, également colorés, on obtient une gelée de volaille.

jambon en gelée reine Pédauque → JAMBON
œufs pochés en gelée → ŒUF POCHÉ
perdreaux farcis à la gelée → PERDREAU ET PERDRIX
poularde en gelée au champagne → POULARDE
terrine de queue de bœuf en gelée d'estragon → TERRINE

GELÉE D'ENTREMETS Entremets sucré et froid, à base de suc de fruits, de vin ou de liqueur, additionné de sucre et de gélatine, et servi en dessert. Les gelées d'entremets se préparent avec un fond collé à la gélatine. On ajoute à ce fond soit une liqueur (1 dl pour 9 dl de fond), soit un vin de liqueur (3 dl pour 7 dl), ou un suc de fruits. Pour les fruits rouges, on ajoute 1 à 3 dl d'eau par 500 g de suc, suivant que ce dernier est plus ou moins gélatineux ; ce jus est filtré, puis on en ajoute une moitié au fond de gelée fortement collé.

Pour les fruits aqueux (ananas, citron, mandarine, orange, raisin, etc.), on ajoute au fond de gelée le jus de fruits filtré. Pour les fruits à noyau, on ajoute au fond de gelée le sirop dans lequel ils ont cuit.

En général, les fonds de gelée de fruits sont en outre parfumés avec de la liqueur.

GELÉE DE FRUITS Préparation obtenue en portant à ébullition un mélange de sucre et de jus de fruits. Seuls les fruits riches en pectine se prêtent à la préparation des gelées ; leur acidité et leur concentration en sucre jouent aussi un rôle. On utilise soit uniquement des coings, des groseilles, des mûres, des myrtilles ou des pommes, soit un mélange associant un fruit parfumé, mais pauvre en pectine (cassis, framboise), avec des groseilles ou des pommes.

Pour obtenir le jus, on commence par faire « crever » les baies, ou par faire macérer les fruits en morceaux avec leur cœur et leurs pépins, enfermés dans une mousseline. Dans les deux cas, cela se fait à chaud dans très peu d'eau. On les passe ensuite à la centrifugeuse ou dans une passoire très fine. Le jus est additionné de son poids de sucre et mis à cuire. On vérifie que la gelée est prise en versant quelques gouttes dans une assiette froide : elles doivent se solidifier rapidement.

RECETTE DE BERNARD BERILLEY

gelée de fruits rouges

« Peser les fruits et les mettre dans une bassine avec 10 cl d'eau par kilo. Porter à ébullition pour les faire éclater, puis les écraser avec le dos d'une écumoire. Filtrer à travers un chinois le jus obtenu. Le peser et le remettre dans la bassine avec 800 g de sucre par kilo. (Pour le cassis, les groseilles, les myrtilles, qui ont beaucoup de pectine, utiliser du sucre de canne ou du sucre cristallisé ; pour les framboises et les mûres, préférer du sucre pour confiture, additionné de pectine.) Porter rapidement à ébullition, et la maintenir 5 min. Mettre en pots à chaud. »

riz au lait d'amande et gelée d'agrumes → RIZ

GÉLIFIANT Additif alimentaire qui donne à une préparation la consistance d'une gelée. Les principaux gélifiants sont les pectines, l'acide alginique et ses dérivés, l'agar-agar, les carraghénates, l'amidon et la farine de caroube, dont le pouvoir gonflant est employé pour les bouillies, confitures, crèmes glacées, entremets, flans.

GELINOTTE Gibier à plume, de la famille des tétraonidés. Appelée aussi « poule des bois » ou « poule des coudriers », la gelinotte, devenue très rare en France, ne subsiste plus que dans les Vosges, le Jura, certaines régions des Alpes et des Pyrénées. Ce gibier succulent se cuisine comme la perdrix, sans faisandage. Lorsque la gelinotte se nourrit de bourgeons de sapin, sa chair prend un goût de résine, que l'on atténue alors en faisant tremper l'animal dans du lait.

En Écosse, on l'appelle *grouse ;* le lagopède alpin est une gelinotte blanche. Au Canada, la gelinotte huppée, nettement plus grosse, est la plus recherchée des nombreux gibiers à plume qui vivent sur le territoire.

GENDARME Nom donné au hareng saur, en raison de sa raideur quand il est séché et fumé (voir HARENG).

Le terme désigne aussi une petite saucisse aplatie d'origine suisse, consommée également en Allemagne et en Autriche, à section rectangulaire, séchée et fumée, à base de maigre de bœuf et de gras de porc.

GÉNÉPI Nom usuel d'une armoise de haute montagne, de la famille des composées, réputée pour ses vertus toniques. Le génépi entre dans la composition de tisanes et sert de base à des liqueurs de plantes, tel le « génépi des Alpes », très réputé.

GENEVOISE (À LA) Se dit d'apprêts de poissons servis avec une sauce à base de fumet de poisson, d'une mirepoix et de vin rouge, montée au beurre et parfumée à l'essence d'anchois. La sauce genevoise s'appelait primitivement « génoise », et certains manuels de cuisine proposent encore une sauce génoise, comparable, mais au vin blanc. Une variante de la sauce genevoise, montée au beurre de homard et garnie de queues d'écrevisse, de quenelles et de truffes, pour napper des tronçons d'anguille cuits au court-bouillon, porte le nom de sauce « gourmet ». Enfin, il existe une sauce « génoise » pour poissons froids : c'est une purée d'herbes, pistaches et amandes, liée aux jaunes d'œuf, additionnée de jus de citron et montée à l'huile.

▶ Recette : SAUCE.

GENIÈVRE Nom usuel du genévrier, de la famille des cupressacées, dont les baies noirâtres sont utilisées en cuisine et en liquoristerie pour leur saveur poivrée et légèrement résineuse. Entières ou concassées, les baies de genièvre sont très appréciées dans les cuisines nordiques : apprêts de gibier à poil et à plume, marinades et courts-bouillons, plats de porc et choucroute.

Le genièvre est aussi une eau-de-vie très aromatique, surtout consommée dans le Nord (genièvre français, *genever* et *schiedam* hollandais, *péquet* belge). Aux Pays-Bas, cette eau-de-vie, préparée avec de l'orge, du seigle et du maïs, distillée avec des aromates (anis, coriandre, cumin, genièvre), titre de 38 à 43 % Vol.

Le gin anglais et certains schnaps et aquavits sont également additionnés de baies de genièvre au cours de leur élaboration. Celles-ci aromatisent aussi certaines bières scandinaves.

▶ Recette : MOUSSE.

GÉNISSE Bovin femelle âgé en général de trois ans ou plus, n'ayant pas vêlé. La génisse est appréciée pour la qualité de sa viande et de ses abats.

GÉNOISE Pâtisserie légère qui tient son nom de la ville de Gênes. La pâte à génoise est faite d'œufs entiers battus à chaud avec du sucre, additionnés de farine et de beurre fondu. On peut lui incorporer des amandes en poudre ou des fruits confits, la parfumer

à la liqueur, au zeste d'agrume, à la vanille, etc. La génoise, souvent imbibée de sirop à l'alcool ou aux épices, sert de base à de nombreux gâteaux fourrés ; coupée en deux abaisses ou plus, qui sont masquées de confiture, d'une crème, de marmelade, etc., elle est nappée, glacée et décorée à volonté. Aujourd'hui, elle sert de support aux crèmes, mousses et bavarois.

***pâte à génoise** : préparation*

Tamiser 200 g de farine. Faire fondre 60 g de beurre, en le gardant crémeux : laisser refroidir. Casser 6 œufs dans un cul-de-poule ; verser 200 g de sucre semoule en pluie, en fouettant. Mettre le cul-de-poule dans un bain-marie et fouetter le mélange jusqu'à ce qu'il blanchisse et mousse (55-60 °C). Retirer du bain-marie, fouetter jusqu'à refroidissement. Incorporer 2 cuillerées de la préparation dans le beurre fondu, ajouter la farine en pluie en soulevant bien avec une spatule de bois, puis le reste du beurre. Mettre la pâte dans 2 moules à génoise beurrés et farinés et cuire 30 min au four préchauffé à 180 °C.

GENTIANE Plante des montagnes d'Europe (notamment du Jura et des Alpes), de la famille des gentianacées, et dont la racine est un succédané du quinquina. La grande gentiane jaune *(Gentiana lutea)* était une véritable panacée pour les montagnards. Aujourd'hui, elle est utilisée pour ses vertus apéritives et digestives : l'essence de gentiane est un tonique amer, qui entre dans la composition de nombreux apéritifs.

GEORGETTE Nom donné, à la fin du XIXe siècle,à divers apprêts, baptisés du titre d'une pièce de Victorien Sardou, jouée avec succès au théâtre du *Vaudeville* en 1885. Les pommes Georgette, servies pour la première fois au restaurant *Paillard*, proche du théâtre, sont des pommes de terre cuites entières, évidées, puis garnies, encore chaudes, d'un ragoût de queues d'écrevisse Nantua. Les œufs Georgette, pochés ou brouillés, sont servis dans des pommes de terre avec la même garniture.

Il existe aussi un potage Georgette (purées de tomate et de carotte mélangées, liées au tapioca et beurrées, ou velouté d'artichaut garni de perles du Japon).

Enfin, les crêpes Georgette sont des crêpes sucrées, fourrées d'un salpicon d'ananas au rhum lié de confiture d'abricot, poudrées de sucre et glacées au four.

GÉORGIE La cuisine géorgienne bénéficie d'un sol fertile et d'un climat chaud et ensoleillé qui permettent la culture de très nombreux fruits et légumes.

■ **Une cuisine méditerranéenne.** Les plats y ressemblent beaucoup à ceux que l'on prépare tout autour du bassin méditerranéen, comme l'*adjersandal* (aubergines cuites au four avec tomates et oignons frits) ou le poulet en cocotte aux tomates.

Les viandes, mouton et agneau surtout, se préparent en brochettes (chachlik) ou bien macèrent avec des épices et de l'ail, avant d'être séchées (pasterma) ; elles sont traditionnellement accompagnées de riz.

Les sauces sont très originales : aux noix, pour les viandes, poissons et volailles ; aux fines herbes, pour les haricots rouges, largement consommés ; aux pruneaux, notamment pour le poulet en gelée.

D'autres spécialités sont très populaires comme le yaourt, le *touchouri* (fromage à pâte dure) et le *ghomi* (porridge à la semoule de maïs).

■ **Vins.** La Géorgie a une histoire viticole très ancienne, puisque les premières vignes y ont été plantées 7 000 à 5 000 ans avant Jésus-Christ. Son climat, corrigé par les influences des mers Noire et Caspienne, a grandement favorisé la viticulture. Près de mille cépages sont implantés dans le pays, dont une vingtaine pour la production de vin : chinuri, gurdzhaani, murkhranuli, saperavi, tasitska, tsinandali et tsolikouri essentiellement.

Les deux régions viticoles les plus connues sont la Khakétie et l'Imérétie. La Khakétie, où les vignes sont tributaires de l'irrigation, produit des vins remarquables, notamment des blancs secs et parfumés, élevés trois ans en fût de chêne, et des rouges tanniques, rubis sombre, dont certains rappellent des bourgognes. L'Imérétie donne à la fois des vins rouges (le khvantchkara était le préféré de Staline) et des blancs qui portent le nom de leur cépage. Enfin, divers mousseux sont obtenus selon la méthode champenoise.

GERMINY Nom d'un potage à l'oseille que Francis Amunategui qualifia de « potage pour gouverneur de la Banque de France » ; il fut en effet inventé par un cuisinier qui le dédia à son maître, Charles Gabriel Le Bègue, comte de Germiny, gouverneur de la Banque de France. Une autre version veut qu'il ait été créé, en l'honneur du même comte, par le chef du *Café Anglais*.

▶ **Recette** : POTAGE.

GERMON Petit thon de l'Atlantique et des mers tropicales, de la famille des scombridés, pêché surtout en France dans le golfe de Gascogne (voir tableau des thons page 1045). Appelé aussi « thon blanc » à cause de sa chair pâle, il mesure souvent moins de 1 m, mais peut atteindre 1,50 m. Apprécié en Bretagne, il se cuisine piqué d'anchois, braisé au vin blanc avec tomates, oignons et ail, et servi avec des câpres. C'est le plus fin des thons de conserve, et son filet est très prisé.

GÉROMÉ OU **MUNSTER-GÉROMÉ** Fromage lorrain de lait de vache (45 à 50 % de matières grasses), à pâte molle et à croûte lavée rougeâtre (voir tableau des fromages français page 495). Le « géromé », qui est le nom local de la ville de Gérardmer, se présente sous la forme d'un disque de 13 à 19 cm de diamètre et de 2,5 à 3,5 cm d'épaisseur, et pèse 450 g au moins. L'appellation exacte du géromé est en fait munster ou munster-géromé (voir ces mots).

GÉSIER Deuxième poche de l'estomac des oiseaux, constituée d'un muscle épais, comestible. Si le gésier n'est pas avec l'oiseau, ou s'il n'est pas haché dans la farce, il peut être apprêté séparément, poêlé ou rôti, ou dans un ragoût d'abattis. Il est aussi souvent confit. Il faut le fendre en deux pour le débarrasser des petits cailloux et de la peau épaisse qui les contient.

GET Liqueur de menthe fraîche et forte, créée en 1796 à Revel, près de Toulouse, par Jean Get, qui la baptisa « pippermint » (menthe poivrée, en anglais). Le get se sert sur glace ou complété d'eau plate. Les Anglo-Saxons le dégustent sur de la glace pilée.

En Afrique et au Moyen-Orient, on l'allonge volontiers d'eau gazeuse.

GEVREY-CHAMBERTIN Vin de Bourgogne rouge, charpenté et puissant, provenant de l'une des communes les plus septentrionales de la Côte de Nuits et comprenant deux crus d'une classe exceptionnelle, le chambertin et le clos-de-bèze (voir BOURGOGNE).

GEWURZTRAMINER Cépage qui donne son nom à un vin AOC d'Alsace, qui présente des arômes épicés, de la générosité et de l'élégance (voir ALSACE).

GHEE Graisse clarifiée, couramment utilisée dans la cuisine indienne. Le meilleur ghee est à base de beurre de lait de bufflonne (deux fois plus riche en graisse que le lait de vache) ; il intervient comme ingrédient en pâtisserie, comme graisse de cuisson, pour condimenter les purées de légumes secs, le riz, etc. Chez les moins favorisés, le ghee est fait d'huile de sésame ou de moutarde. Au Népal, il est à base de lait de yack.

GIANDUJA Mélange de chocolat ayant une teneur minimale en matière sèche de cacao de 32 % et en cacao sec dégraissé de 8 %, avec 20 % au minimum et 40 % au maximum de noisettes finement broyées. Le gianduja entre dans la composition de nombreux bonbons et bouchées de chocolat, soit pur, soit en mélange ou en superposition avec de la pâte pralinée, des ganaches, des pâtes de fruit ou d'amande.

GIBELOTTE Ragoût de lapin, préparé avec des lardons, des petits oignons et un bouquet garni, et mouillé de bouillon et de vin. En cours de cuisson, on ajoute des champignons et, à la fin, le foie pilé.

Au Québec, la gibelotte est un ragoût de très nombreux légumes et de poisson.

gibelotte des îles Sorel

Faire revenir 25 g d'oignons hachés dans 12 cl d'huile très chaude. Mouiller de 25 cl d'eau aromatisée avec 1 cube de bouillon de bœuf. Y mettre 500 g de pommes de terre coupées en dés, saler et poivrer. Porter à ébullition et laisser mijoter 10 min. Verser 12,5 cl de crème de tomate et cuire 10 min. Ajouter 125 g de pois verts, 250 g de haricots verts cuits, 250 g de petites carottes cuites et 15 cl de maïs en crème. Chauffer et rectifier l'assaisonnement. Porter à ébullition 2,5 litres d'eau avec 30 g de gros sel et y cuire 5 min une barbotte de 1,5 kg. La servir sur le ragoût de légumes.

GIBIER Ensemble des animaux sauvages dont on pratique la chasse. Le gibier fut la base de l'alimentation pendant des siècles ; aujourd'hui, dans les pays industrialisés, il n'est plus que la base de mets accessoires et épisodiques, mais la chasse, devenue un sport, n'en garde pas moins un grand prestige. On compte en France un chasseur pour 30 km², ce qui entraîne une réduction dramatique du petit gibier (perdrix, faisan, lièvre), alors que le gros gibier, mieux protégé (voir tableau), est plus abondant.

Au Québec, le permis de chasse est demandé tous les ans par un million de personnes (un habitant sur six). Pour le petit gibier, ce permis concerne le lièvre et la marmotte, la gelinotte et le tétras. Pour le gros gibier, il autorise la chasse au cerf de Virginie, à l'orignal, à l'ours ou au caribou (pour les deux premiers, seulement les mâles). Les oiseaux migrateurs font l'objet d'une convention panaméricaine (Canada, États-Unis et Mexique). Le produit de la chasse n'est pas commercialisable, à la seule exception du caribou, parce qu'il connaît une surpopulation. En revanche, l'élevage des gibiers est autorisé, et l'on peut chasser toute l'année en enclos l'antilope d'Amérique, le daim, le sanglier et le wapiti.

En Europe, le gibier est toujours très apprécié et fournit toujours des mets hautement gastronomiques. Il ne paraît cependant sur le marché que durant les périodes où la chasse est autorisée, à moins qu'il ne s'agisse de bêtes d'élevage (cailles, faisans) ou d'importation.

Certains animaux, devenus trop rares, sont désormais protégés ; d'autres ne sont plus chassés.

■ **De poil et de plume.** On distingue deux catégories de gibier : le gibier à poil et le gibier à plume.

Dans le premier groupe, le gros gibier comprend : le bouquetin, le cerf, le chamois, le chevreuil, le daim, l'isard, le marcassin, le mouflon et le sanglier (que l'on regroupe sous le terme générique de « venaison » ou de « viande noire »), tandis que le petit gibier comprend le lièvre et le lapin de garenne.

Le gibier à plume englobe les oiseaux qui se chassent en montagne ou en plaine (bartavelle, bécasse, coq de bruyère, faisan, gelinotte, grouse, lagopède, perdrix, râle, ramier) ; on classe dans une catégorie spécifique le « menu » gibier (alouette, becfigue, grive, merle, ortolan), et dans une autre catégorie le gibier d'eau (barge, canard sauvage, courlis, oie sauvage, poule d'eau, sarcelle, vanneau).

■ **Une viande ferme et de haut goût.** Le mode de vie et d'alimentation de l'animal chassé déterminent la texture et la saveur de sa chair, en lui donnant un arôme parfumé et puissant qui s'accentue avec l'âge. La chair est plus compacte, plus colorée que la viande de boucherie, moins riche en graisse et plus riche en protéines ; elle est considérée comme difficile à digérer et doit être consommée avec modération.

Il faut toujours laisser reposer la viande de gibier avant de la cuisiner ; elle atteint ainsi un certain degré de maturation qui la rend plus tendre et savoureuse (voir FAISANDAGE).

S'il n'est pas faisandé, le gibier est très vite vidé, puis pendu dans un endroit frais et sombre – par les pattes postérieures pour le gibier à poil, par la tête pour le gibier à plume – ou placé en chambre froide. Il ne sera dépouillé ou plumé qu'au moment de l'utilisation. Quelques oiseaux, comme la grive et la bécasse,

peuvent ne pas être vidés : le tube digestif se transforme en une pâte à l'arôme puissant, avec laquelle on masque les canapés d'accompagnement.

Le gibier vendu dans le commerce est déjà maturé ; à l'achat, il convient de choisir un animal « frais » (non faisandé) et jeune (le bec d'un oiseau doit plier). Riche en protides, le gibier est toujours plus sain si l'animal a été « surpris » que s'il a été « forcé », car sa chair est alors chargée d'acide urique.

■ **La cuisine du gibier**. Le détail de la viande du gros gibier et ses modes de préparation sont les mêmes que pour les animaux de boucherie. Toutefois, le gibier est souvent mariné : carrés, cuissots et selles sont rôtis ; colliers, épaules et poitrine se préparent en ragoût et en civet ; côtelettes et noisettes se font sauter ou griller.

Un accompagnement sucré (fruits) permet parfois de mettre en valeur le goût prononcé de la viande noire, que l'on sert alors avec des sauces relevées. Le gibier à plume se traite comme la volaille.

Terrines et pâtés complètent la cuisine du gibier. On vend aujourd'hui des plats préparés et des conserves (20 % de viande de gibier suffisent pour que l'apprêt puisse être dit « de lièvre » ou « de sanglier »).

▶ **Recettes** : CONSOMMÉ, FOND, PAIN DE CUISINE, PURÉE, SAUCE, VELOUTÉ.

GIGONDAS Vin AOC rouge ou rosé, récolté au pied du mont Ventoux. Le rouge, corsé et puissant, est l'un des meilleurs côtes-du-rhône, surtout quand il a attendu deux ou trois ans ; le rosé, sec et fruité, est au contraire plus agréable dans sa jeunesse (voir RHÔNE).

Caractéristiques des différents gibiers commercialisés

variétés	provenance	époque	poids (kg)	aspect
gibier à poil				
cerf élaphe ou cerf noble *(Cervus elaphus)*	Europe	sept.-fin févr. (France), sept.-déc. (Suisse, Belgique)	160-220	pelage brun-rouge (été), marron-gris (hiver)
chevreuil *(Capreolus)*	Europe, Asie	1er juin-fin févr.	20-25	pelage roux (été), gris foncé (hiver)
lapin de garenne *(Oryctolagus cuniculus)*	monde entier	fin sept.-mi-mars	1,2-2	dos gris-roux, ventre blanc
lièvre d'Europe ou lièvre commun *(Lepus europaeus)*	Europe, Asie, Amérique, Océanie	sept.-fin févr.	3-5	pelage brun-gris à blond-roux, queue noire sur le dessus/blanche en dessous, oreilles longues, noires à l'extrémité
sangliers				
bête rousse (5 mois-mue)	Europe, Asie, Afrique du Nord	mi-août-fin févr.	15-60	pelage roux
bête de compagnie (mue)			60-80	pelage foncé
ragot mâle (2-3 ans)			80-100	pelage foncé
tiers-an mâle (3-4 ans)			100-110	pelage foncé
quartenier mâle (4-5 ans)			110-120	pelage foncé
solitaire (> 5 ans)			120-250	pelage foncé
gibier à plume				
canard colvert	Europe	août-févr.	0,8-1,2	plumage vert et gris, avec marron et blanc (mâle) ou brun (femelle)
faisan commun *(Phasianus colchicus)*	France, Amérique du Nord, Asie	nov.-févr.	1,2-1,5	plumage brun-roux, coloré à reflets brillants (mâle), ou beige à brun (femelle), queue très longue
faisan vénéré	Chine du Nord et du Centre, Angleterre, France	sept.-fin févr.	1,4-1,6	plumage brun-doré, tête blanche rayée de noir, corps brun et or (mâle) ou plus terne, brun foncé et clair (femelle), queue longue (jusqu'à 1,80 m), brune et blanche striée de noir
pigeon ramier	Europe	sept.-févr.	0,6	plumage gris-bleu, côtés du cou et ailes barrés de blanc
perdrix grise *(Perdix perdix)*	hémisphère Nord	fin sept.-fin déc.	0,36	plumage gris-marron tacheté de jaune crème, pattes et bec gris-bleu
perdrix rouge *(Alectoris rufa)*	sud-ouest de l'Europe	fin sept.-fin déc.	0,35-0,6	plumage fond gris, dos brun-rouge, bavette blanche, pattes et bec rouges

GIGOT Pièce de boucherie correspondant à l'ensemble formé par la selle et la cuisse du mouton ou de l'agneau ; le gigot « raccourci » ne comporte pas la selle (voir planche de la découpe de l'agneau page 22).

■ **Emplois.** On peut cuisiner les deux morceaux séparément : la selle de gigot ficelée est un rôti très fin, tandis que le gigot raccourci peut être grillé, rôti, bouilli, braisé, voire poêlé. C'est toujours le rôtissage qui lui convient le mieux, sans adjonction de corps gras ; si c'est un gigot maigre, on peut l'enduire d'huile. Une marinade préalable, suivie d'une cuisson au four, le transforme en « gigot chasseur », au goût de venaison.

Le gigot rôti, piqué d'ail et accompagné de flageolets, est le plat traditionnel des fêtes familiales et des repas fins. Il existe cependant d'autres apprêts du gigot : au vin blanc, au lard et aux oignons ; aux baies de genièvre, accompagné de chou rouge ; avec une sauce à la menthe, en viande de desserte, en brochettes à la turque, en daube ou en braisé, comme le célèbre « gigot de sept heures » (voir AGNEAU). Le gigot se sert aussi froid avec un aïoli, ou en gelée.

Le « manche de gigot » est l'extrémité de l'os long, que l'on garnit d'une papillote ; on y fixe le « manche à gigot », ustensile qui permet de le maintenir pour le découper. C'est sur cet os que se trouve la « souris », partie moelleuse en forme de grosse noix. Par extension, on appelle aussi « gigot » le pilon et la cuisse d'une dinde ou d'une poularde, réunis et ficelés, formant un morceau à rôtir ou à braiser, éventuellement farci. Le terme de gigot s'applique également à la lotte (braisée à la tomate et au vin blanc).

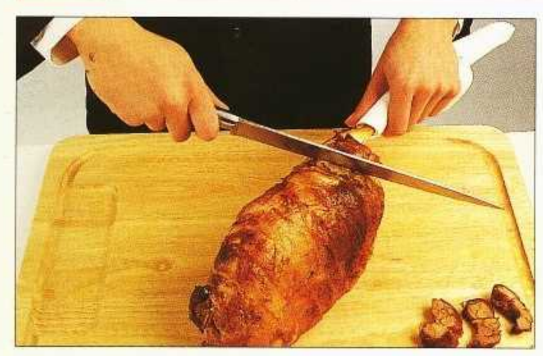
RECETTE D'ALAIN CHAPEL

gigot braisé aux petits oignons nouveaux

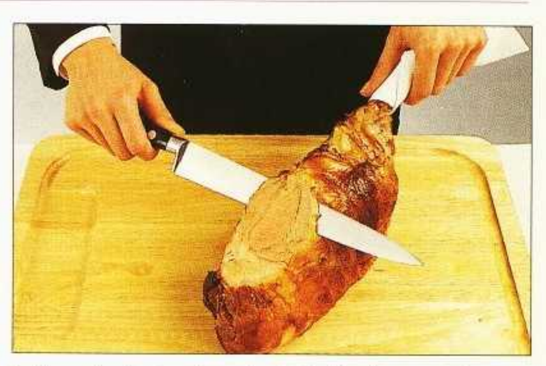
« Faire cuire le gigot en cocotte 25 min au four, puis l'égoutter. Changer le beurre de la cocotte et y mettre à colorer 1 kg de petits oignons nouveaux poudrés de sucre. Remettre le gigot sur les oignons, au four. Quand les oignons sont bien fondus, ajouter 2 tomates pelées et coupées en huit et 2 verres de vin blanc. Achever la cuisson en retournant le gigot pour bien le glacer, en le mouillant au fur et à mesure avec du bouillon de bœuf réduit. Égoutter le gigot et le couper en tranches. Dresser celles-ci en assiettes. Lier les oignons avec du beurre et en couvrir les tranches. »

▶
Gigot braisé aux petits oignons nouveaux
Recette d'Alain Chapel

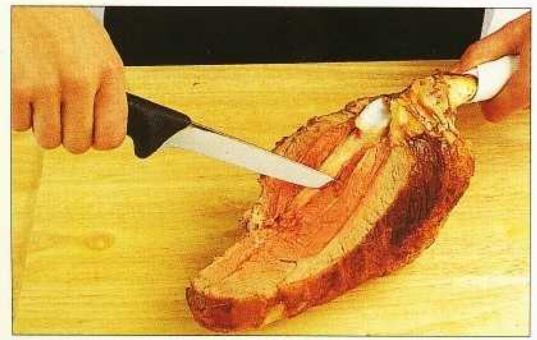
Découper un gigot



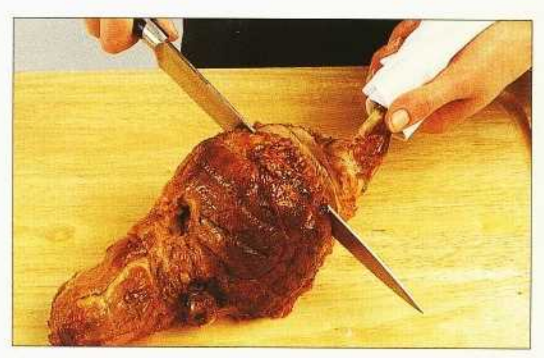
1. *Maintenir le gigot par le manche. Inciser la souris à l'aide d'un tranchelard en tournant autour de l'os. La dégager et la réserver.*



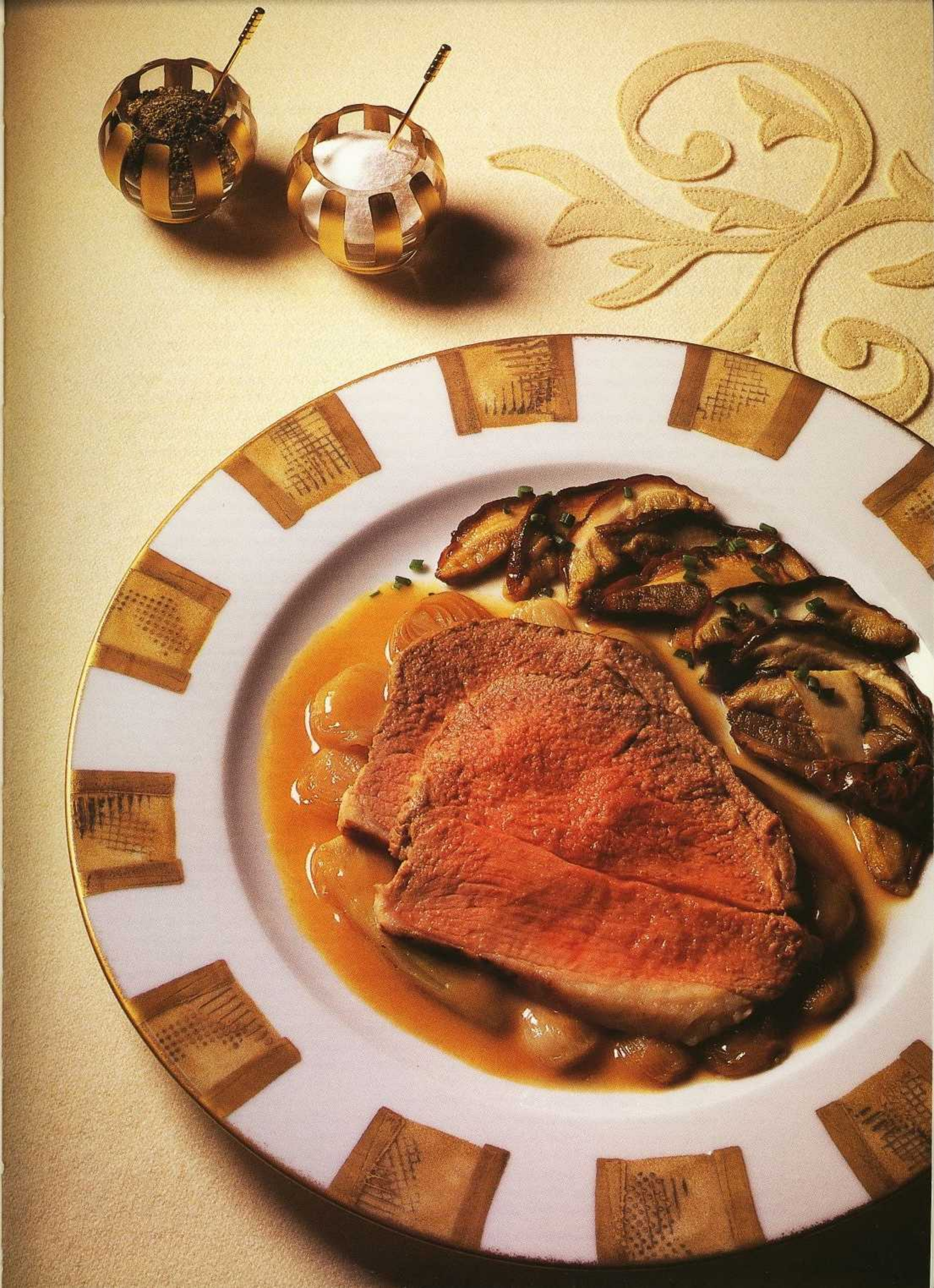
2. *Placer le gigot sur la noix et détailler la sous-noix en tranches fines, parallèlement à l'os.*



3. *Inciser sans excès de chaque côté du fémur à l'aide d'un couteau éminceur. Dégager légèrement le fémur de façon à trancher la noix plus facilement.*



4. *Retourner le gigot. Trancher finement la noix perpendiculairement à l'os. Certains professionnels préfèrent, après avoir dégagé la souris, trancher d'abord la noix.*



GIGUE Cuisse de gros gibier (chevreuil, cerf), également appelée « cuissot ». Une fois dénervée, la gigue est souvent piquée de lardons, parfois marinée, puis rôtie au four. La purée de céleri ou de marron, la fricassée de champignons des bois et la gelée de groseille en sont les garnitures classiques.

On appelle aussi « gigue » la cuisse de dinde ou de dindonneau.

GILBERT (PHILÉAS) Cuisinier français (La Chapelle-sur-Dreuse 1857 - Couilly-Pont-aux-Dames 1942). Après avoir fait son apprentissage de cuisinier-pâtissier à Sens et un « tour de France » – au cours duquel il eut l'occasion de travailler avec Auguste Escoffier, Émile Bernard, Ozanne et Prosper Montagné –, il devint un praticien talentueux, doublé d'un théoricien et d'un érudit.

Auteur de nombreux livres *(la Cuisine rétrospective, la Cuisine de tous les mois, l'Alimentation et la Technique culinaire à travers les âges),* il collabora à la rédaction du *Guide culinaire* d'Escoffier et préfaça la première édition du *Larousse gastronomique* (1938). Il signa également de nombreux articles dans des revues professionnelles et des journaux de cuisine, dans lesquels il se fit remarquer par de violentes polémiques avec ses confrères.

GILLIERS Chef d'office du roi Stanislas Leszczynski. Il publia en 1751 *le Cannaméliste français* (ce mot vient de « cannamelle », ancien nom de la canne à sucre, ou « canne à miel »). Ce document est précieux pour connaître l'histoire des friandises et, surtout, celle de l'ornementation de la table, grâce aux illustrations de Dupuis, gravées par Lotha, représentant les chefs-d'œuvre de la verrerie et de l'orfèvrerie au XVIIIe siècle.

GIMBLETTE Petite pâtisserie en forme de couronne, qui est une spécialité d'Albi. La pâte des gimblettes est cuite comme celle des échaudés (voir ce mot) : d'abord ébouillantés, les gâteaux sont égouttés, puis séchés et dorés au four. Fernand Molinier, pâtissier à Albi et auteur de *Recherches historiques sur les spécialités gourmandes du Tarn,* pense que cette friandise a été inventée par les moines de Nanterre, qui en auraient confié la recette aux chanoines d'Albi au XVe siècle.

RECETTE D'ANTONIN CARÊME

gimblettes à l'orange

« Râpez sur un morceau de sucre le demi-zeste d'une orange ; écrasez parfaitement le sucre et mêlez-le avec d'autre sucre en poudre pour en peser six onces ; pilez parfaitement quatre onces d'amandes douces, mettez sur le tour huit onces de belle farine, faites-en une fontaine et mettez au milieu quatre gros de levure, que vous délayez avec le quart d'un verre de lait. Vous y joignez deux onces de beurre, deux jaunes, un grain de sel, les amandes et le sucre à l'orange. Détrempez le tout comme de coutume et laissez cette pâte dans un lieu chaud, pendant 5 à 6 heures, pour que la fermentation s'opère. Alors vous rompez la pâte et la roulez par petites bandes grosses comme le bout du petit doigt ; quand vous avez cinq ou six de ces petites bandes, vous les coupez en biais et vous formez de petites couronnes dont la soudure ne doit pas apparaître. La pâte étant ainsi employée, vous jetez vos gimblettes dans une casserole d'eau bouillante que vous remuez légèrement à la surface avec une spatule pour détacher les gimblettes et les faire monter sur l'eau. Alors vous les égouttez et les versez dans de l'eau fraîche. Lorsqu'elles sont froides, vous les égouttez dans une grande passoire et les sautez ensuite, en y versant par intervalles deux onces de dorure ; laissez-les encore égoutter quelques minutes. Alors vous les rangez sur trois plaques légèrement huilées ; vous les mettez au four et les ôtez de belle couleur. »

GIN Eau-de-vie de grain (maïs, orge ou seigle, principalement) fabriquée dans les pays anglo-saxons. Le gin est parfumé avec divers arômes d'origine végétale, notamment des baies de genièvre, les premiers distillateurs britanniques (fin du XVIIe siècle) ayant cherché à imiter le goût et l'aspect du *genever* hollandais, eau-de-vie de genièvre dont l'importation venait d'être interdite.

Le gin se boit pur, frappé ou sur des glaçons. Il est aussi à la base de nombreux cocktails et de boissons rafraîchissantes, dont la plus répandue est le gin-fizz, mélange de gin, de jus de citron, de sucre et de soda.

▶ **Recette** : COCKTAIL.

GINGEMBRE Plante de la famille des zingibéracées, originaire des Indes et de Malaisie, cultivée dans les pays chauds, dont le tubercule aromatique, au goût piquant, est utilisé frais, confit dans du sucre ou en poudre (voir planche des légumes exotiques page 615). Très apprécié au Moyen Âge, le gingembre fournissait notamment la « poudre zinziberine », dont Taillevent (XIVe siècle) parfumait cretonnées, dodines, galimafrées et soupes.

Aujourd'hui, il n'est plus guère utilisé en Europe que pour faire de la pâtisserie et de la confiserie (biscuits, bonbons, confitures, gâteaux, en particulier en Alsace, aux Pays-Bas et en Grande-Bretagne), et pour aromatiser des boissons. En revanche, il reste un condiment important dans les cuisines orientales. En Inde et au Pakistan, le gingembre aromatise les viandes, les poissons en sauce, le riz et les purées de légumes, relève les caris et parfume le thé.

En Chine et surtout au Japon, on l'emploie volontiers frais et émincé dans les courts-bouillons, marinades et potages. C'est le condiment le plus utilisé pour agrémenter les poissons et les filets de baleine. On le croque même frais entre les plats. Dans tout le Sud-Est asiatique, confit dans du sucre, le gingembre constitue la friandise la plus répandue.

▶ **Recette** : BISCUIT.

GIGUE Cuisse de gros gibier (chevreuil, cerf), également appelée « cuissot ». Une fois dénervée, la gigue est souvent piquée de lardons, parfois marinée, puis rôtie au four. La purée de céleri ou de marron, la fricassée de champignons des bois et la gelée de groseille en sont les garnitures classiques.

On appelle aussi « gigue » la cuisse de dinde ou de dindonneau.

GILBERT (PHILÉAS) Cuisinier français (La Chapelle-sur-Dreuse 1857 - Couilly-Pont-aux-Dames 1942). Après avoir fait son apprentissage de cuisinier-pâtissier à Sens et un « tour de France » – au cours duquel il eut l'occasion de travailler avec Auguste Escoffier, Émile Bernard, Ozanne et Prosper Montagné –, il devint un praticien talentueux, doublé d'un théoricien et d'un érudit.

Auteur de nombreux livres *(la Cuisine rétrospective, la Cuisine de tous les mois, l'Alimentation et la Technique culinaire à travers les âges)*, il collabora à la rédaction du *Guide culinaire* d'Escoffier et préfaça la première édition du *Larousse gastronomique* (1938). Il signa également de nombreux articles dans des revues professionnelles et des journaux de cuisine, dans lesquels il se fit remarquer par de violentes polémiques avec ses confrères.

GILLIERS Chef d'office du roi Stanislas Leszczynski. Il publia en 1751 *le Cannaméliste français* (ce mot vient de « cannamelle », ancien nom de la canne à sucre, ou « canne à miel »). Ce document est précieux pour connaître l'histoire des friandises et, surtout, celle de l'ornementation de la table, grâce aux illustrations de Dupuis, gravées par Lotha, représentant les chefs-d'œuvre de la verrerie et de l'orfèvrerie au XVIIIe siècle.

GIMBLETTE Petite pâtisserie en forme de couronne, qui est une spécialité d'Albi. La pâte des gimblettes est cuite comme celle des échaudés (**voir** ce mot) : d'abord ébouillantés, les gâteaux sont égouttés, puis séchés et dorés au four. Fernand Molinier, pâtissier à Albi et auteur de *Recherches historiques sur les spécialités gourmandes du Tarn*, pense que cette friandise a été inventée par les moines de Nanterre, qui en auraient confié la recette aux chanoines d'Albi au XVe siècle.

RECETTE D'ANTONIN CARÊME

gimblettes à l'orange

« Râpez sur un morceau de sucre le demi-zeste d'une orange ; écrasez parfaitement le sucre et mêlez-le avec d'autre sucre en poudre pour en peser six onces ; pilez parfaitement quatre onces d'amandes douces, mettez sur le tour huit onces de belle farine, faites-en une fontaine et mettez au milieu quatre gros de levure, que vous délayez avec le quart d'un verre de lait. Vous y joignez deux onces de beurre, deux jaunes, un grain de sel, les amandes et le sucre à l'orange. Détrempez le tout comme de coutume et laissez cette pâte dans un lieu chaud, pendant 5 à 6 heures, pour que la fermentation s'opère. Alors vous rompez la pâte et la roulez par petites bandes grosses comme le bout du petit doigt ; quand vous avez cinq ou six de ces petites bandes, vous les coupez en biais et vous formez de petites couronnes dont la soudure ne doit pas apparaître. La pâte étant ainsi employée, vous jetez vos gimblettes dans une casserole d'eau bouillante que vous remuez légèrement à la surface avec une spatule pour détacher les gimblettes et les faire monter sur l'eau. Alors vous les égouttez et les versez dans de l'eau fraîche. Lorsqu'elles sont froides, vous les égouttez dans une grande passoire et les sautez ensuite, en y versant par intervalles deux onces de dorure ; laissez-les encore égoutter quelques minutes. Alors vous les rangez sur trois plaques légèrement huilées ; vous les mettez au four et les ôtez de belle couleur. »

GIN Eau-de-vie de grain (maïs, orge ou seigle, principalement) fabriquée dans les pays anglo-saxons. Le gin est parfumé avec divers arômes d'origine végétale, notamment des baies de genièvre, les premiers distillateurs britanniques (fin du XVIIe siècle) ayant cherché à imiter le goût et l'aspect du *genever* hollandais, eau-de-vie de genièvre dont l'importation venait d'être interdite.

Le gin se boit pur, frappé ou sur des glaçons. Il est aussi à la base de nombreux cocktails et de boissons rafraîchissantes, dont la plus répandue est le gin-fizz, mélange de gin, de jus de citron, de sucre et de soda.

▶ **Recette** : COCKTAIL.

GINGEMBRE Plante de la famille des zingibéracées, originaire des Indes et de Malaisie, cultivée dans les pays chauds, dont le tubercule aromatique, au goût piquant, est utilisé frais, confit dans du sucre ou en poudre (**voir** planche des légumes exotiques page 615). Très apprécié au Moyen Âge, le gingembre fournissait notamment la « poudre zinziberine », dont Taillevent (XIVe siècle) parfumait cretonnées, dodines, galimafrées et soupes.

Aujourd'hui, il n'est plus guère utilisé en Europe que pour faire de la pâtisserie et de la confiserie (biscuits, bonbons, confitures, gâteaux, en particulier en Alsace, aux Pays-Bas et en Grande-Bretagne), et pour aromatiser des boissons. En revanche, il reste un condiment important dans les cuisines orientales. En Inde et au Pakistan, le gingembre aromatise les viandes, les poissons en sauce, le riz et les purées de légumes, relève les caris et parfume le thé.

En Chine et surtout au Japon, on l'emploie volontiers frais et émincé dans les courts-bouillons, marinades et potages. C'est le condiment le plus utilisé pour agrémenter les poissons et les filets de baleine. On le croque même frais entre les plats. Dans tout le Sud-Est asiatique, confit dans du sucre, le gingembre constitue la friandise la plus répandue.

▶ **Recette** : BISCUIT.

GINGER BEER Boisson mousseuse et légèrement alcoolisée, très consommée en Grande-Bretagne, obtenue par fermentation dans l'eau d'un mélange de sucre, de gingembre et de crème de tartre (bitartrate de potassium). Les Anglo-Saxons, qui apprécient le goût un peu âcre et pimenté du gingembre, l'utilisent aussi dans la *ginger ale* (eau gazéifiée additionnée de colorant et d'essence de gingembre, souvent employée pour allonger le gin ou le whisky) et le *ginger wine* (eau, gingembre, levure, sucre, citron, raisins secs, poivre et parfois alcool) ; mélangé avec du whisky, celui-ci donne le whisky mac.

GINSENG Racine de l'aralia, de la famille des araliacées, poussant dans les régions montagneuses de la Corée et de la Mandchourie. Considérée comme la « racine de vie » par les Chinois, qui lui ont attribué toutes sortes de vertus thérapeutiques et magiques, voire aphrodisiaques, le ginseng est utilisé principalement dans une boisson tonique, mais il entre aussi dans la confection de friandises, de pastilles, de teintures et d'onguents. On peut également le conserver entier, dans de l'alcool ou séché, et l'employer, finement râpé, comme condiment, à la manière du gingembre. Son goût est voisin de celui du fenouil.

GIRARDET (FREDY) Cuisinier suisse (Lausanne 1936). Après de bonnes études, il fait de fréquentes incursions en Beaujolais, puis à Roanne, où il affermit sa passion de la haute cuisine française. Installé à Crissier, dans la banlieue de Lausanne, il y privilégie la parfaite qualité des produits et la tradition du pays de Vaud, qui a toujours voulu être un « pont » entre les deux cultures française et suisse. Fredy Girardet a été le premier – et reste le seul – restaurateur helvétique à recevoir d'emblée trois étoiles dans la première édition du guide Michelin de la Suisse (1995).

GIRAUMON Sorte de courge, de la famille des cucurbitacées, cultivée aux Antilles et dans certains pays tropicaux, acclimatée en France (**voir** planche des légumes exotiques page 615). Il en existe deux variétés : l'une à gros fruit (de 3 à 4 kg), l'autre moins grosse (1 kg env.), cette dernière étant préférable, car le giraumon ne se conserve pas une fois entamé. Également appelé « bonnet turc » et « citrouille iroquoise », le giraumon est riche en eau et peu énergétique (31 Kcal pour 100 g).

Sa chair ferme est douce au goût et légèrement musquée. Il se mange cru, comme le concombre, mais surtout cuit, comme le potiron, notamment dans la cuisine antillaise (dans une ratatouille, dite « giraumonade », et des ragoûts). Vert, il sert à faire une confiture, telle celle de tomate. Les feuilles sont parfois accommodées comme l'oseille.

GIRELLE Petit poisson de roche, de la famille des labridés, vivant dans la Méditerranée, aux couleurs vives, portant des rayons épineux sur la nageoire dorsale. Sa chair est tendre et parfumée, mais remplie d'arêtes. La girelle se mange parfois en friture, mais entre surtout dans la composition de la bouillabaisse.

GIROFLE (CLOU DE) Bouton floral du giroflier, de la famille des myrtacées, cueilli avant son épanouissement et séché au soleil. Brun et dur, il mesure 12 mm de long environ, avec une tête de 4 mm de diamètre, et il a une saveur piquante et épicée.

Le clou de girofle, introduit en Europe vers le IVᵉ siècle, fut longtemps aussi recherché que le poivre. Il est originaire de l'archipel des Moluques, où les Hollandais détinrent longtemps le monopole de sa culture, mais celle-ci ne fut introduite à la Réunion qu'au XVIIᵉ siècle. Au Moyen Âge, l'école de médecine de Salerne le considérait comme une panacée. Les oranges cloutées de girofle étaient censées protéger les gens contre la peste. À Naples, on fabriquait des pastilles à la girofle réputées aphrodisiaques. Le clou de girofle était aussi utilisé pour conserver la viande et la charcuterie.

Aujourd'hui, en Europe, il se limite à quelques emplois bien précis : cornichons et pickles ; fruits à l'eau-de-vie ; marinades au vinaigre ; matelotes au vin rouge ; oignon piqué de quelques clous dans les bouillis et les braisés ; pâtisseries au miel et aux fruits secs ; dans le vin chaud, il est souvent associé à la cannelle. Il est présent dans plusieurs mélanges d'épices indiens, dans le ras al-hanout maghrébin et dans le cinq-épices chinois.

▶ **Recette** : VIN CHAUD.

GIROLLE Petit instrument à manivelle verticale servant à racler certains fromages, notamment la tête-de-moine. La girolle permet de réaliser facilement des copeaux de fromage, minces et réguliers, en forme d'œillets, appelés eux aussi « girolles ».

GIROLLE (CHAMPIGNON) Champignon comestible, de la classe des basidiomycètes, appelé aussi « chanterelle », en forme d'entonnoir, cueilli de juin à octobre dans les bois de feuillus et de conifères (**voir** planche des champignons page 240). La face inférieure de son chapeau est généralement démunie de lamelles, lisse ou portant des plis plus ou moins charnus. La girolle la plus connue et la plus savoureuse est la crête de coq, espèce charnue, à pied court, épais, entièrement jaune d'œuf.

Deux autres espèces se partagent une excellente réputation gastronomique : la chanterelle en tube et la chanterelle jaunâtre, toutes deux grêles, élancées, peu charnues mais très parfumées, et poussant en troupe dans les forêts de pins.

Sautées, les girolles garnissent des omelettes, des œufs brouillés, ou accompagnent du lapin ou du veau. On peut aussi les manger crues, préalablement marinées dans une vinaigrette aux fines herbes. Il convient de les nettoyer avec précaution : simplement brossées dessus et dessous pour les plus petites, généralement assez propres ; passées rapidement sous le robinet, puis égouttées sur du papier absorbant pour les autres.

▶ **Recette** : SALADE.

GÎTE Morceau de viande de bœuf situé dans la partie inférieure de la cuisse, derrière le gîte noix. Composé de muscles qui se rattachent au tendon (ou tendron)

d'Achille, le gîte enserre une partie du jarret arrière. Il y a encore peu de temps, on le nommait « nerveux de gîte à la noix », ou « gousse d'ail ». Il s'utilise soit en pot-au-feu, braisé ou bourguignon, soit en bifteck après avoir été paré et débarrassé de son muscle central.

GÎTE NOIX Morceau de bœuf situé sur la face externe de la cuisse et composé d'une partie de la culotte et du milieu de gîte noix (**voir** planche de la découpe du bœuf pages 128 et 129). Anciennement dénommé « gîte à la noix », il comprenait le rond et le nerveux de gîte à la noix. Il était considéré comme une pièce à braiser, mais la demande croissante en pièces à biftecks en a fait un morceau à cuisson rapide. Le gîte noix sert aussi à préparer des steaks tartares et des brochettes ; en une seule pièce, ou séparé en deux parties, bardé et ficelé, il peut être rôti.

GIVRER Mettre quelques glaçons dans un verre vide et les faire tourner rapidement, afin de former sur la paroi une buée opaque, avant d'y verser un cocktail ou une eau-de-vie de fruit. On appelle « collerette de givre » le décor obtenu en humectant le bord d'un verre à cocktail avec du jus de citron ou du blanc d'œuf, puis en plongeant celui-ci à l'envers dans du sucre semoule, parfois vanillé, du sel (éventuellement coloré), ou encore dans du chocolat en poudre.

Le « fruit givré » est un entremets glacé, fait d'un fruit évidé puis rempli d'un sorbet fait avec sa pulpe.

▶ **Recettes** : CITRON, MANDARINE, ORANGE.

GIVRY Vin AOC, généralement rouge, de la Côte chalonnaise, vif et généreux, aux arômes de cerise et de framboise (**voir** BOURGOGNE).

GLACE ET **CRÈME GLACÉE** Entremets froid, obtenu par congélation d'une préparation sucrée et parfumée. Cette congélation se fait dans une sorbetière ou une turbine, composée d'une cuve réfrigérée dans laquelle des pales, mues par un moteur, brassent le mélange. La glace est ensuite généralement moulée, puis placée dans le congélateur. Il suffira de plonger rapidement le moule dans l'eau tiède pour en extraire la glace, qui pourra alors être servie décorée de fruits frais ou confits, de crème Chantilly, de grains de café à la liqueur, de copeaux de chocolat, etc.

■ **Du sharbet au fromage glacé.** Les Chinois connaissaient les boissons et les entremets glacés bien avant l'ère chrétienne. Ils en transmirent les secrets aux Arabes, qui préparèrent bientôt des sirops refroidis avec de la neige, les « sharbets » (d'où le mot sorbet).

Glaces panachées

Dans ce cornet géant s'empilent des boules de glace au café, au chocolat et à la vanille.

▼



Chez les Grecs et les Romains, on servait des macédoines et des purées de fruit mélangées avec du miel et de la neige. Mais c'est au XIII[e] siècle que Marco Polo rapporta d'Orient le secret d'une méthode de refroidissement sans glace, consistant à faire ruisseler un mélange d'eau et de salpêtre sur des récipients remplis d'une préparation à refroidir. Ainsi naquit en Italie la grande vogue des glaces à l'eau.

Venue en France en 1533 pour épouser le futur Henri II, Catherine de Médicis introduisit notamment à la cour les entremets glacés, mais les Parisiens ne découvrirent vraiment ceux-ci qu'un siècle plus tard, lorsqu'un certain Francesco Procopio ouvrit une « maison de café », où l'on pouvait déguster, entre autres, glaces et sorbets, qui firent bientôt fureur. Le successeur de Procope, Buisson, eut l'idée, vers 1750, d'en vendre en toutes saisons. Au fil des ans, les glaces devinrent plus délicates, plus riches, plus consistantes et s'enrichirent de lait, de crème, d'œufs. La fin du XVIII[e] siècle vit la grande mode des « fromages glacés ».

■ **De la bombe glacée à l'ice-cream.** Puis apparut la bombe glacée, qui s'imposa. Les Italiens Tortoni et Pratti furent réputés pour la finesse de leurs apprêts, le dernier créant notamment, en 1798, le « biscuit glacé ». Le second Empire découvrit l'omelette surprise, puis les coupes glacées, les mousses et les parfaits. On imagina les accords de parfums les plus raffinés, inspirés des formules du *Préceptoral des menus royaux* de 1822. À l'aube du XX[e] siècle, les marchands de glaces ambulants parcouraient déjà les rues. Les États-Unis se révélèrent particulièrement inventifs dans le domaine de l'industrie des ice-creams.

Les recettes anciennes, modifiées peu à peu, ont été adaptées aux nécessités de la fabrication industrielle. Aujourd'hui, on admet des stabilisants, comme la gélatine alimentaire, le blanc d'œuf, l'agar-agar et la caroube. Les colorants sont les mêmes que ceux des bonbons, et les arômes sont obligatoirement naturels. Selon leurs composants, très réglementés, les glaces sont divisées en trois groupes.

– Glaces à la crème, ou crèmes glacées : mélanges de lait, de crème fraîche et de sucre, parfumés avec un arôme naturel ou des fruits (pulpe ou jus).
– Glaces aux œufs : jaunes d'œuf, lait, sucre, parfum.
– Glaces au sirop : sucre et parfum, additionnés d'eau si ce parfum est un extrait de fruit, de lait si c'est un arôme tel que cacao, café, praliné ou vanille.

glace à l'abricot

Passer des demi-abricots au mixeur, puis au chinois, et ajouter à cette purée une quantité égale de sirop de sucre (densité : 1,2850) et le jus de 2 citrons par litre de composition (densité du mélange : 1,1515). Faire prendre dans une sorbetière et mettre en moule.

glace au café et à la fine champagne

Refroidir dans le congélateur un moule à bombe de 1 litre. Préparer une crème anglaise avec 1/2 litre de lait, 6 jaunes d'œuf et 125 g de sucre semoule, puis y ajouter 1 cuillerée à dessert ou à soupe de café soluble. Faire prendre dans une sorbetière, puis laisser durcir 30 min environ. Préparer un appareil à bombe : porter à ébullition un sirop fait avec 2 dl d'eau et 250 g de sucre semoule ; le verser aussitôt sur 8 jaunes d'œuf et fouetter au batteur électrique jusqu'à refroidissement. Monter en chantilly 2,5 dl de crème épaisse très froide avec 1 dl de lait très froid. Incorporer cette crème aux jaunes d'œuf refroidis, parfumer de 5 cl de fine champagne et mettre dans le réfrigérateur. Masquer le fond et la paroi du moule de glace au café, en une couche régulière de 2 cm d'épaisseur. Le remplir en tassant bien de l'appareil à bombe. Laisser prendre 4 heures dans le congélateur. Démouler et décorer de grains de café à la liqueur.

glace au caramel

Travailler vivement à la cuillère de bois 9 jaunes d'œuf avec 300 g de sucre semoule jusqu'à ce que le mélange blanchisse. Porter à ébullition 1 litre de lait. Mettre 100 g de sucre dans une casserole à fond épais et faire fondre doucement en remuant ; ajouter encore 100 g de sucre, le délayer, puis en incorporer de nouveau 100 g ; continuer à tourner jusqu'à ce que le caramel ait doré ; ajouter aussitôt 1 cuillerée à café de jus de citron ou de vinaigre, et retirer du feu. Mélanger à la cuillère de bois ce caramel avec le lait bouillant, sur feu doux. Verser cette préparation sur les jaunes d'œuf, en fouettant, puis laisser épaissir. Quand la crème nappe la cuillère, retirer la casserole du feu et plonger le fond dans de l'eau froide pour interrompre la cuisson. Continuer à tourner jusqu'à refroidissement complet. Faire prendre dans une sorbetière et mettre en moule.

glace au chocolat

Râper 250 g de chocolat. Travailler dans une terrine 8 jaunes d'œuf et 200 g de sucre, jusqu'à ce que le mélange fasse le ruban. Faire fondre le chocolat à couvert avec 2 dl d'eau. Y ajouter 1 litre de lait bouillant et bien remuer. Verser le chocolat bouillant sur les jaunes d'œuf et faire prendre sur feu très doux. Plonger le fond de la casserole dans l'eau froide pour interrompre la cuisson et continuer à tourner jusqu'à ce que la crème ait refroidi. Faire prendre dans une sorbetière et mettre en moule.

RECETTE DU RESTAURANT *APICIUS*,
JEAN-PIERRE VIGATO, À PARIS

glace au miel

« Faire infuser dans 1 litre de lait entier 10 g d'épices diverses (poivre noir, genièvre, clou de girofle, cannelle, etc.). Fouetter 10 jaunes d'œuf avec 400 g de miel noir de l'Yonne jusqu'à ce qu'ils blanchissent, verser le lait bouillant et pocher l'ensemble à 85 °C. Laisser refroidir et passer la préparation au chinois. Faire prendre dans une sorbetière et mettre en moule. »

glace plombières

Piler au mortier ou passer au mixeur 300 g d'amandes douces (et, éventuellement, 10 g d'amandes amères) mondées, en versant peu à peu 1/2 verre de lait. Ajouter alors 1,5 litre de crème fleurette bouillie

et bien mélanger. Passer au tamis fin en pressant au maximum. Travailler dans une terrine 12 jaunes d'œuf avec 300 g de sucre semoule jusqu'à ce que le mélange blanchisse. Porter le lait d'amande à ébullition et le verser sur les jaunes d'œuf en fouettant. Faire épaissir doucement sur le feu, puis plonger le fond de la casserole dans de l'eau froide et continuer à fouetter jusqu'à ce que la crème ait refroidi. Faire prendre celle-ci dans une sorbetière. Quand elle est froide, mais encore souple, l'additionner de 200 g de fruits confits taillés en salpicon et mis à macérer dans du rhum, et lui incorporer 4 dl de crème épaisse très froide fouettée avec 1,5 dl de lait également très froid. Mettre en moule et faire prendre dans le congélateur.

RECETTE D'ANDRÉ DAGUIN

glace aux truffes

« Mettre 3 belles truffes bien brossées dans 1 litre de lait et faire bouillir 1 heure environ. Pendant ce temps, travailler au fouet 8 jaunes d'œuf avec 250 g de sucre. Égoutter les truffes, les éponger et les parer. Verser le lait aromatisé à la truffe sur le mélange sucre et œufs pour faire une crème anglaise, la cuire au ruban et lui ajouter les parures de truffes hachées. Laisser refroidir, puis faire prendre dans une sorbetière. Tailler les truffes en julienne. Garnir des verres tulipes de couches de glace et de julienne de truffes alternées, en terminant par un décor de julienne. »

GLACE DE CUISINE Substance sirupeuse, obtenue par réduction d'un fond non lié de viande, de volaille ou, plus rarement, de gibier, voire de poisson.

La glace est utilisée dans la finition de certaines sauces, pour en corser le goût, ou pour napper des apprêts destinés à être glacés au four ; la glace est aussi employée comme fond de sauce, après addition d'autres éléments.

On utilise également les glaces pour préparer potages, coulis, gelées, etc. On trouve maintenant dans le commerce, sous le nom d'« extrait » ou d'« essence », des glaces de viande toutes préparées, le plus souvent à base de bœuf et de substances végétales ; elles offrent une gamme de saveurs plus restreinte que les glaces cuisinées, mais ces dernières, longues à réaliser, ne jouent plus un rôle aussi important que jadis.

glace de poisson

Faire réduire jusqu'à consistance sirupeuse un fumet de poisson, en le décantant et en le passant à la mousseline ; cette glace permet de rehausser la saveur d'une sauce ou de napper un poisson avant de le passer au four.

glace de viande

Dégraisser complètement un fond brun clair. Lorsqu'il est tout à fait limpide, le faire réduire de moitié. Le passer à travers une mousseline, puis le faire réduire à nouveau et le passer. Recommencer jusqu'à ce que le fond nappe le dos d'une cuillère, en réduisant chaque fois un peu plus la température de réduction. Verser la glace de viande dans de petits récipients et conserver dans le réfrigérateur.

glace de volaille ou de gibier

Procéder de la même façon avec un fond de volaille ou de gibier pour obtenir une glace de volaille ou de gibier. Pour obtenir une glace blonde de volaille, auxiliaire de certaines sauces ou élément de glaçage, réduire un fond blanc de volaille de la même façon.

GLACE À RAFRAÎCHIR Glace en pain, de fabrication industrielle, employée autrefois comme élément réfrigérant dans une glacière, et aujourd'hui pour présenter certains produits frais (fruits de mer, poissons) chez les commerçants et les restaurateurs. Les particuliers utilisent plus souvent les glaçons du réfrigérateur (notamment pour les boissons).

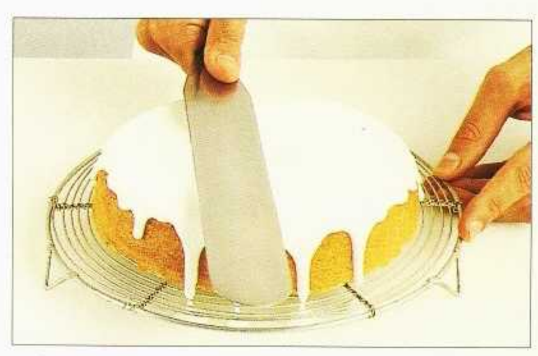
La glace à rafraîchir est préparée dans des établissements agréés.

GLACE DE SUCRE Préparation à base de sucre glace, utilisée comme glaçage en pâtisserie et en confiserie (voir GLACER).

Réaliser un glaçage au sucre



1. *Verser la glace de sucre en quantité suffisante pour qu'elle recouvre les bords du gâteau (le surplus s'écoulera par les interstices de la grille).*



2. *Étaler la glace avec la spatule tenue bien à plat, dans un mouvement circulaire, sans oublier les bords. Couper net les coulures à la base du gâteau.*

GLACER Obtenir à la surface d'un mets une couche brillante et lisse. Le mot signifie également faire refroidir ou durcir une boisson ou un aliment.

■ **Glaçage à chaud.** Il consiste à enduire régulièrement une pièce cuite au four de jus ou de fond, au cours de la cuisson ou en fin de cuisson, pour qu'une mince couche brillante se forme sur le dessus. Le glaçage à chaud peut aussi se faire en soumettant à une chaleur vive (sous la salamandre ou le gril du four) une préparation salée ou sucrée, nappée d'une sauce contenant des jaunes d'œuf, de la hollandaise, un sabayon, du beurre frais incorporé petit à petit ou de la crème, réduite avec le fond de sauce, pour que la surface dore.

■ **Glaçage des légumes.** Il consiste à cuire des petits oignons, des carottes ou des navets tournés en gousses avec de l'eau, du sel, du beurre et du sucre jusqu'à ce que le liquide de cuisson se transforme en sirop et enrobe les légumes d'une pellicule brillante et caramélisée. Les petits oignons « glacés à blanc » (le sirop étant gardé clair) sont utilisés pour des mets en sauce blanche (blanquette) ; si l'on poursuit un peu la cuisson, le sirop brunit et l'on obtient des oignons « glacés à brun », qui entrent notamment dans les garnitures de mets en sauce brune (sauté de veau, matelote).

■ **Glaçage des entremets.** Il consiste à recouvrir les entremets, à chaud ou à froid, d'une fine couche de nappage de fruit ou de chocolat (appelée « miroir ») pour les rendre brillants et attrayants. Il est surtout appliqué aux pâtisseries dites « miroir ».

■ **Glaçage au sucre.** Il consiste à recouvrir le dessus d'un gâteau d'une couche de fondant (voir ce mot), de glace de sucre cru, de glace à l'eau (200 g de sucre pour un demi-verre d'eau), ou de glace royale, éventuellement parfumée ou colorée ; ainsi, le glaçage blanc est additionné de jus de citron, le glaçage de couleur, d'un ou de plusieurs colorants. En confiserie, le glaçage des fruits (confits ou à la liqueur) ou des petits-fours se fait en trempant ceux-ci dans du sucre cuit au cassé, pour les enrober d'une couche brillante et dure (les « marrons glacés », eux, sont des châtaignes confites au sirop de sucre). Enfin, ce glaçage peut se faire en poudrant de sucre glace, en fin de cuisson, un gâteau, un entremets, un soufflé, etc., pour que le dessus caramélise et devienne brillant.

■ **Glaçage au froid.** Il consiste à mettre certains mets à rafraîchir sur ou dans de la glace pilée. « Glacée » se dit aussi bien d'une boisson servie très froide que d'une préparation de pâtisserie mise à prendre dans le réfrigérateur ou sanglée.

GLAYVA Liqueur écossaise faite de whisky écossais aromatisé d'herbes, d'épices et d'anis.

GLOUCESTER Fromage traditionnel anglais de lait de vache (45 % de matières grasses), à pâte pressée non cuite jaune clair et à croûte lavée, souvent recouverte d'un enduit cireux brun-rouge (voir tableau des fromages étrangers page 499). Le gloucester se présente sous la forme d'un cylindre de 20 à 30 cm de diamètre et de 10 à 15 cm (pour le *single*) ou de 20 à 35 cm (pour le *double*) d'épaisseur. Sous la croûte se développe parfois une pellicule bleue, signe de qualité. La pâte blanche a une saveur crémeuse légèrement piquante. Le gloucester sert à préparer des sandwiches et des canapés, mais il se consomme aussi en dessert, avec une salade ou une compote de fruit.

GLOUCESTER (SAUCE) Sauce anglaise froide, à base de mayonnaise très serrée additionnée de crème aigre et de jus de citron, et aromatisée de fenouil haché finement. Selon les cas, elle est parfumée d'un peu de sauce Derby ou de sauce Escoffier.

GLUCIDE Principe énergétique (1 g de glucides apporte 4,1 Kcal) présent dans de nombreux aliments (céréales, fruits, lait, légumes, pain, sucreries, etc.). Les glucides, aussi appelés « sucres » ou « hydrates de carbone », n'ont pas tous une saveur sucrée. On distingue les glucides simples (glucose, fructose...) et les glucides doubles (lactose, saccharose...) des glucides complexes (amidon, cellulose, glycogène...).

On a longtemps associé les deux premiers groupes aux sucres « rapides » (absorbés par l'organisme en moins de trente minutes), et le troisième groupe aux sucres « lents » (absorbés en deux à six heures). En fait, il existe des sucres simples à absorption lente. En outre, les associations d'aliments ou leur mode de préparation et de cuisson influent sur l'index glycémique, qui mesure l'élévation du taux de glucose dans le sang. Ainsi, plus un aliment est moulu ou râpé finement, plus il apporte de glucides.

À condition d'être consommés seuls, biscottes, carottes, corn-flakes, miel, pain complet apportent des sucres rapides ; bananes, flocons d'avoine cuits, oranges, petits pois, pommes de terre, riz apportent des sucres mi-rapides, mi-lents ; cerises, haricots blancs, lait, lentilles, pamplemousses, raisin, yaourts apportent des sucres lents. Une alimentation équilibrée doit comporter de 50 à 55 % de glucides, dont un dixième sous forme de sucres rapides.

GLUCOSE Glucide le plus simple, élément énergétique majeur de toutes les cellules, celles du cerveau notamment. C'est en glucose que les sucs digestifs réduisent les glucides alimentaires pour les assimiler ; en effet, celui-ci est rarement présent tel quel dans les aliments. Il fermente sous l'action de la levure de bière pour donner de l'alcool.

Le sirop de glucose, ou « de fécule », est une matière visqueuse, transparente, formée de divers sucres ; on l'obtient par saccharification de l'amidon. Il est employé en confiserie pour graisser les sucres cuits et la marmelade d'abricot utilisée pour les nappages.

GLUTAMATE DE SODIUM Condiment utilisé dans la cuisine extrême-orientale. Extrait chimiquement du gluten des céréales, le glutamate de sodium sert à renforcer la saveur des aliments.

GNAEGI Terme employé en Suisse romande pour désigner les différentes parties salées du porc – groin, queue, oreilles, ainsi que jambonneau – , quand elles sont cuites avec des légumes tels que chou, haricots verts séchés ou raves en compote.

GNOCCHIS Apprêt à base de pomme de terre, de semoule, ou de farine et d'épinards. Façonnés en boulettes, les gnocchis sont généralement pochés, puis assaisonnés avec une sauce ou gratinés et servis en entrée chaude. D'origine italienne, ils ont inspiré les cuisines austro-hongroise et alsacienne sous la forme de Knödel, de noques ou de Spätzle, préparations toutes plus ou moins proches.

On distingue les gnocchis « à la romaine » des gnocchis « à la parisienne » et des gnocchis « à la piémontaise » ou « à la tyrolienne » (pommes de terre en purée sans lait, œufs et farine). Mais on peut varier à l'infini le principe de base.

RECETTE DE PAOLO PETRINI

gnocchis aux herbes et aux tomates

« Laver 500 g de pommes de terre et les cuire, sans les peler, 40 min au four préchauffé à 180 °C. Les éplucher tant qu'elles sont encore chaudes et les réduire en purée. Les disposer en fontaine et laisser tiédir. Éplucher et épépiner 500 g de tomates bien rouges, puis les couper en petits dés. Chauffer de l'huile d'olive dans une sauteuse et y faire revenir 1/2 oignon, 1 échalote et 1 petite branche de céleri, hachés, et 1 gousse d'ail. Retirer celle-ci dès qu'elle est dorée. Mettre alors les tomates, faire revenir quelques minutes, ajouter un peu de basilic, de romarin, de sauge et de menthe. Saler, poivrer et faire réduire de moitié. Incorporer à la purée de pomme de terre 120 g de farine, 2 pincées de noix de muscade, 3 jaunes d'œuf, 50 g de parmesan fraîchement râpé ; ajouter encore un peu de farine jusqu'à obtenir une boule ni trop sèche, ni trop humide. Débiter celle-ci en morceaux de 100 g et les rouler sur une plaque farinée. Couper les rouleaux en petits morceaux et les passer sur le dos d'une fourchette pour les creuser un peu à l'intérieur et les décorer à l'extérieur. Pocher ces gnocchis de 6 à 8 min dans de l'eau bouillante salée. »

gnocchis à la parisienne

Préparer de la pâte à choux en remplaçant l'eau par du lait et en aromatisant à la muscade râpée ; y ajouter du parmesan râpé (150 g pour 1 kg de pâte). Porter à ébullition de l'eau salée (8 g par litre). Mettre la pâte à choux dans une poche à grosse douille lisse et en faire tomber dans l'eau des morceaux de 3 cm. Laisser pocher les gnocchis quelques minutes, puis les égoutter et les disposer sur un linge. Masquer de sauce Mornay un plat à gratin, y ranger les gnocchis, les napper de sauce, parsemer de gruyère râpé et arroser de beurre fondu. Gratiner dans le four préchauffé à 250 °C.

gnocchis à la romaine

Verser 125 g de semoule dans 1/2 litre de lait bouillant et remuer pour obtenir une bouillie lisse et très épaisse. Ajouter du sel, du poivre et de la muscade râpée, puis 100 g de parmesan râpé et 25 g de beurre ; laisser tiédir. Ajouter alors 1 œuf légèrement battu et 2 jaunes d'œuf. Étaler régulièrement la pâte sur une plaque à pâtisserie mouillée, la laisser refroidir, puis la détailler à l'emporte-pièce en disques de 5 cm. Beurrer un plat à rôtir, y disposer les gnocchis, les poudrer largement de parmesan râpé, les arroser de beurre fondu et les faire gratiner doucement.

GOBELET Récipient à boire de forme cylindrique légèrement évasée, avec ou sans anse, mais dépourvu de pied. Aujourd'hui, le gobelet est communément appelé « verre », qu'il soit en verre, en cristal, en aluminium, en carton ou en matière plastique.

GOBERGE Nom donné au lieu noir, au Canada. Il est pêché sur la côte nord de l'Atlantique, jusqu'au Massachusetts, où il est appelé *Boston bluefish*. On en fait notamment du surimi.

GOBO Racine d'une variété de bardane, plante de la famille des composées, longue, mince et brune, qui est utilisée couramment au Japon comme condiment, finement émincé, le plus souvent blanchi. Le gobo a un goût proche de celui du cardon et entre dans les fonds de cuisson et les mélanges de légumes.

GODARD Nom d'apprêts classiques de grosses pièces de boucherie, de poulardes ou de ris de veau. Ceux-ci sont entourés soit de petites et de grosses quenelles et de ris d'agneau braisés et glacés, soit de ris de veau piqués et braisés (dans le cas d'une volaille ou d'une viande), ainsi que de crêtes et de rognons de coq, de petites truffes et de têtes de champignon cannelées. La sauce qui les nappe se compose de vin blanc ou de champagne et d'une mirepoix au jambon.

► Recette : SAUCE.

GODIVEAU Farce fine à base de veau et de graisse, avec laquelle on façonne des quenelles servies en entrée chaude, ou pour garnir des vol-au-vent ou pour accompagner des viandes. Le godiveau se prépare également avec de la chair de poisson ou de volaille. L'appareil doit être bien lisse et ferme, ce qui est assez long, la viande et la graisse étant pilées à froid avec de la crème ou de la panade, des œufs et des condiments.

godiveau à la crème

Hacher 1 kg de noix de veau et 1 kg de graisse de rognon de bœuf, et les piler séparément ; mélanger, ajouter 25 g de sel, 5 g de poivre, 1 g de muscade râpée, 4 œufs entiers et 3 jaunes d'œuf, un par un, en broyant vigoureusement au pilon. Passer la farce au tamis fin. L'étaler sur une plaque. La laisser sur de la glace ou dans le réfrigérateur jusqu'au lendemain. Glacer le mortier. Piler à nouveau la farce. Y ajouter petit à petit, toujours en pilant, 7 dl de crème fraîche. Faire pocher une boulette de godiveau pour en apprécier la consistance, ajouter un peu d'eau glacée s'il est trop ferme, un peu de blanc d'œuf s'il est trop léger. Façonner en quenelles et faire pocher.

godiveau à la graisse ou farce de veau à la glace
Couper en dés 1 kg de chair maigre de veau, parée et dégraissée, et en menus morceaux 500 g de graisse de rognon bien sèche, parée et dénervée ; les hacher séparément et les poudrer de 25 g de sel, 5 g de poivre blanc et 1 g de muscade râpée. Piler, toujours séparément, la chair et la graisse. Les réunir et les piler finement ou les passer au mixeur. Ajouter 8 œufs entiers, un par un, en continuant à piler. Passer la farce au tamis fin, puis l'étaler sur un plat et la laisser sur de la glace ou dans le réfrigérateur jusqu'au lendemain. La piler alors à nouveau au mortier, en y ajoutant 7 ou 8 dl d'eau glacée, par petites quantités. Bien mélanger. Façonner en quenelles et faire pocher celles-ci après en avoir apprécié la consistance.

godiveau lyonnais ou farce de brochet à la lyonnaise
Piler au mortier 500 g de graisse de rognon dénervée et parée, divisée en menus morceaux, avec 500 g de panade frangipane et 4 blancs d'œuf. Ajouter 500 g de chair de brochet. Saler et poivrer. Travailler vigoureusement à la spatule, puis au pilon. Passer au tamis fin. Mettre dans une terrine et lisser la préparation.

GOGUES Spécialité charcutière de l'Anjou à base de légumes, de lard, de crème fraîche et de sang (voir tableau des boudins page 147). Ces boudins sont pochés à l'eau, puis coupés en tranches et poêlés.

gogues
Hacher 250 g d'oignons, 250 g de feuilles de bette, 250 g de feuilles d'épinard et 250 g de feuilles de laitue. Saler et poivrer ce hachis ; le laisser reposer 12 heures et faire étuver à feu très doux avec 3 cuillerées à soupe de saindoux, dans une cocotte. Couper en très petits dés 250 g de lard gras, le faire fondre sans le laisser colorer, l'ajouter au hachis avec une pincée de cannelle et de quatre-épices. Hors du feu, ajouter 1 dl de crème fraîche épaisse et 2,5 dl de sang de porc ; rectifier l'assaisonnement. Emplir de cette préparation un boyau de porc, en tournant celui-ci tous les 10 à 15 cm après remplissage. Pocher les gogues 30 min à l'eau salée frémissante, sans ébullition. Lorsqu'elles montent à la surface, les piquer avec une épingle pour éviter qu'elles n'éclatent. Égoutter et laisser refroidir. Couper en rondelles très épaisses et dorer celles-ci au beurre ou au saindoux.

GOMBO OU **OKRA** Plante potagère tropicale, de la famille des malvacées, appelée également « ketmie », (voir planche des légumes exotiques page 615), dont on consomme, selon les espèces, soit les feuilles (oseille de Guinée), soit les fruits (ketmie-gombo). Il existe plusieurs variétés de cette seconde espèce qui se différencient par la forme du fruit. Strié de sillons longitudinaux, celui-ci est soit allongé (6 à 12 cm de long), soit court et trapu (3 à 4 cm de long) ; il porte alors souvent le nom de « bamya » (ou « bamia »).

Riche en calcium, en phosphore, en fer et en vitamine C, le ketmie-gombo fournit 40 Kcal pour 100 g. On l'utilise avant maturité, quand il est tendre et pulpeux, bien vert, et que les graines ne sont pas complètement formées (celles-ci, très mûres, furent utilisées comme succédané du café). L'oseille de Guinée est également riche en minéraux, mais moins énergétique (23 Kcal pour 100 g).

Le gombo est disponible frais toute l'année dans les magasins de produits exotiques ; on le trouve aussi séché et en conserve au naturel. Une fois blanchi et rafraîchi, il s'apprête au beurre, braisé au gras, à la crème, en purée, au citron vert, étuvé, en fritots, avec du riz, etc. Il entre dans la préparation des tajines, du foutou, de la ratatouille créole ; il accompagne le mouton en Égypte et le poulet aux États-Unis.

GOMME Suc végétal visqueux et translucide, qui suinte de certains végétaux, naturellement ou après incision de l'écorce.

• GOMMES PROPREMENT DITES. Elles se répartissent en trois groupes.

– La gomme arabique provient de deux espèces d'acacias *(Acacia verek* et *Acacia arabica)* du Soudan et de l'Égypte. Connue depuis la plus haute antiquité, elle se présente en petits morceaux arrondis, blancs ou roux, très friables, et fond rapidement dans l'eau. Utilisée comme base pour les gommes à mâcher, les pâtes de guimauve et de réglisse, elle sert aussi à préparer l'intérieur des dragées et à lustrer certains articles de confiserie. Elle intervient en outre dans le traitement chimique des vins, comme stabilisant de la limpidité.

– La gomme adragante, la plus mucilagineuse, est extraite d'une variété d'astragale *(Astragalus gummifer)* poussant en Asie, en Syrie, en Iran et en Grèce. Elle est totalement insoluble. On en tire des stabilisants, des émulsifiants et des épaississants pour l'industrie alimentaire (entremets, gelées, mayonnaise, potages) ; elle empêche la formation de cristaux dans les crèmes glacées et la cristallisation du sucre dans les confitures. Elle est aussi utilisée dans l'industrie pharmaceutique. La gomme de guar, produite par une légumineuse, a les mêmes emplois que la gomme adragante.

– La gomme nostras, ou de pays, appelée aussi « gomme du cerisier » ou « de France », est produite par la plupart des arbres du genre *Prunus*, notamment l'abricotier, le cerisier et le prunier. Elle ne se dissout qu'imparfaitement dans l'eau, avec laquelle elle forme un mucilage très épais.

• GOMMES-RÉSINES. On classe sous ce nom des sucs opaques à odeur forte, qui proviennent de plusieurs familles de végétaux ; composées de gommes, de résines et d'essences, les gommes-résines sont très peu solubles dans l'eau. Regroupant notamment l'asa fœtida, l'encens, la gomme-gutte, la myrrhe, l'opoponas et la scammonée, les gommes-résines sont employées en thérapeutique.

GOMME À MÂCHER Traduction française et littérale du mot américain *chewing gum*. À l'origine, il s'agissait d'une gomme naturelle, le chicle, fournie par un arbre des forêts d'Amérique centrale, le sapotier,

que les Mexicains avaient l'habitude de mâcher après l'avoir fait sécher et découpée en bandelettes. Amélioré grâce à du sirop de glucose parfumé à la menthe, le chicle allait conquérir le monde. Il arriva en France dans le sillage des troupes du général Pershing venues en renfort sur le front français en 1918. Les premiers chewing-gums « sans sucre » sont apparus en 1987.

Le chewing-gum se fabrique par chauffage et malaxage d'un mélange de gommes naturelles ou de synthèse et de résines, auquel on ajoute sucres ou édulcorants, glycérine ou lécithine pour la souplesse, arômes, colorants et divers autres additifs. La pâte est mise en forme à l'aide de laminoirs (pour les dragées) et d'extrudeurs (pour les tablettes). Elle doit maturer ensuite de 6 à 48 heures dans des conditions de température et d'humidité spécifiques.

GONDOLE Décor fait d'une serviette de table blanche apprêtée, renforcée par une feuille de papier sulfurisé ou d'aluminium, pliée selon une technique précise pour obtenir une corne recourbée. En restauration, les gondoles servent à orner les deux extrémités d'un plat long, pour le dressage d'un poisson.

GORENFLOT Nom attribué, au milieu du XIXe siècle, d'une part à un gros baba hexagonal, d'autre part à une garniture de pièces de boucherie braisées, associant une julienne de chou rouge, des rondelles de cervelas et des pommes de terre farcies. Ce nom vient de celui d'un moine truculent, héros de plusieurs romans d'Alexandre Dumas.

GORGONZOLA Fromage italien AOC de lait de vache (de 55 à 86 % de matières grasses), à pâte persillée, blanche ou jaune clair veinée de vert, et à croûte naturelle grise marquée de rouge (voir tableau des fromages étrangers page 498). Le gorgonzola se présente sous la forme d'un cylindre de 25 à 30 cm de diamètre et de 16 à 20 cm d'épaisseur, emballé sous papier métallique portant sa marque. Il a une odeur prononcée et une saveur douce, accentuée ou encore piquante selon son degré d'affinage (à sec, en cave froide et humide). Sa technique de fabrication est particulière : le caillé chaud de la traite du matin est placé au fond des moules, sur les côtés et sur le dessus, tandis que le caillé froid du soir est introduit au milieu.

Servi en petits cubes à l'apéritif, incorporé, comme le roquefort, à des salades composées, étalé sur des canapés ou présenté sur un plateau, ce magnifique fromage millénaire peut aussi relever des sauces ou des farces, parfumer des gratins, des soufflés ou des feuilletés. En Lombardie, on sert parfois la polenta chaude avec un morceau de gorgonzola fondant au milieu. Dans la région de Trieste, on apprécie comme dessert un mélange de gorgonzola, de mascarpone (un fromage frais crémeux), de crème fraîche, de pâte d'anchois, de cumin, de ciboulette et de moutarde douce.

GOTTSCHALK (ALFRED) Médecin et érudit d'origine suisse (Genève 1873 - Paris 1954). Fondateur de la revue de gastronomie médicale *Grandgousier* (1934 - 1948), il publia en outre, en 1948, une *Histoire de l'alimentation et de la gastronomie* en deux volumes. Il a collaboré avec Prosper Montagné à la première édition du *Larousse gastronomique*, publié en 1938.

GOUDA Fromage hollandais de lait de vache (48 % de matières grasses), à pâte pressée non cuite et à croûte naturelle paraffinée (voir tableau des fromages étrangers page 499). Le gouda se présente sous la forme d'une petite meule à talon convexe, de 25 à 30 cm de diamètre et de 7 cm d'épaisseur, pesant de 5 à 15 kg. Il est jaune clair à ocre jaune selon qu'il est affiné pendant deux ou trois mois (croûte paraffinée, teintée de jaune ou incolore), demi-étuvé (croûte rouge) ou étuvé (croûte jaune).

Le « noord-hollandse gouda » est protégé par un label. Selon sa durée de maturation, il est tendre, ferme ou très dur, et a une saveur douce ou prononcée. Copié un peu partout dans le monde, il ressemble beaucoup à l'édam, et il s'emploie comme lui.

GOUFFÉ (JULES) Cuisinier français (Paris 1807 - Neuilly 1877). Apprenti pâtissier chez son père, à Paris, Jules Gouffé devint le disciple d'Antonin Carême. De 1840 à 1855, il dirigea un restaurant réputé du faubourg Saint-Honoré. Alors qu'il était déjà dans une semi-retraite, il était toujours sollicité par l'empereur Napoléon III pour les dîners d'apparat. Son fondamental *Livre de cuisine* (1867) fut plusieurs fois réédité, et même revu et augmenté par Prosper Montagné ; citons encore le *Livre des conserves* (1869), le *Livre de pâtisserie* (1873) et le *Livre des soupes et des potages* (1875). On l'a surnommé l'« apôtre de la cuisine décorative ».

On a donné son nom à un apprêt de petites pièces de boucherie sautées, nappées d'un déglaçage au madère et au fond de veau lié, garnies de petites croustades en appareil à pommes duchesse, frites, évidées et remplies de morilles à la crème avec des bottillons de pointes d'asperge au beurre.

GOUGÈRE Boulette ou couronne de pâte à choux additionnée de fromage (comté, emmental ou gruyère), poivrée et cuite au four. En Bourgogne, les gougères froides accompagnent les dégustations de vin en cave, mais on les sert aussi tièdes, en entrée.

gougères

Préparer 500 g de pâte à choux salée. Après avoir ajouté les œufs, incorporer 100 g de gruyère coupé en fines lamelles et un peu de poivre blanc. Beurrer une tôle à pâtisserie, y disposer la pâte en petites boules, façonnées avec deux cuillères, ou la pousser à la poche à douille pour former une couronne ; dorer à l'œuf ; parsemer de lamelles de gruyère. Cuire 20 min au four préchauffé à 200 °C, jusqu'à ce que les gougères soient bien dorées. Laisser tiédir dans le four éteint et entrouvert.

▶
Gougères aux céleri-rave et céleri branche, crème de caviar
Recette voir page 536.



gougères aux céleri-rave et céleri branche, crème de caviar
Remplir une poche à grosse douille cannelée de 1/4 de litre de pâte à gougère. Façonner 4 couronnes de 10 cm de diamètre et les cuire au four préchauffé à 240 °C ; les réserver au sec. Trier, laver et ciseler grossièrement 1 frisée fine : l'assaisonner de sel, de poivre et de jus de citron jaune. Trier et laver les céleris ; les couper en très fins bâtonnets. Mélanger la frisée et les céleris avec 2 dl de crème fleurette montée et 30 g de caviar, en travaillant délicatement avec 2 fourchettes pour ne pas écraser les œufs de poisson. Dresser sur chaque assiette un tour de feuilles de mâche, déposer au centre 1 couronne de gougère coupée en deux dans l'épaisseur et largement garnie de céleri au caviar, et recouvrir avec l'autre moitié de la couronne. (Voir photographie page 535.)

GOUJON Petit poisson de rivière, de la famille des cyprinidés, à grosse tête et à lèvres épaisses, dont la chair est très fine. Jadis abondant, le goujon faisait la réputation des caboulots et guinguettes des bords de la Seine ou de la Marne, spécialisés dans les fritures.

Les goujons doivent être vidés, essuyés (mais non lavés), passés dans du lait ou de la bière, puis égouttés, salés et poivrés, roulés dans la farine et frits à l'huile très chaude ; dès qu'ils sont dorés et croustillants, ils sont égouttés, poudrés de sel fin et servis avec du citron, en hors-d'œuvre. (S'ils sont un peu gros, on les fait frire en deux temps, d'abord dans de l'huile pas trop chaude, pour les cuire, puis dans une friture très chaude, pour les dorer.)

Par extension, on appelle « goujonnettes » des languettes taillées en biais dans des filets de sole, également frites, servies comme les goujons ou utilisées comme élément de garniture.

GOULACHE Plat hongrois portant le nom des gardiens de bœufs magyars *(gulyas)*. L'origine de cette soupe de bœuf aux oignons et au paprika, garnie de pommes de terre, remonte au IXe siècle, avant la fondation de l'État hongrois, lorsque les tribus nomades avaient une alimentation adaptée à leur mode de vie.

À cette époque, il s'agissait de lamelles de viande mijotées avec des oignons jusqu'à réduction complète du liquide puis séchées au soleil et transportées dans une outre ; au bivouac, on préparait un ragoût ou une soupe en faisant cuire cette viande dans de l'eau avec des raves. L'ajout du paprika dans le plat est plus tardif.

Le goulache se prépare traditionnellement dans un chaudron spécial (le *bogracs*). Il en existe des variantes régionales, mais les puristes s'accordent pour exclure toute liaison à la farine ou au vin, de même que l'ajout de crème aigre au moment de servir. Les Hongrois considèrent le *Goulasch* viennois (orthographe allemande) comme une version édulcorée de l'authentique goulache, qui s'accompagne localement soit de *tarhonya* (grains de pâte aux œufs, séchés puis sautés dans du saindoux avec des oignons et du persil), soit de *csipetke* (petites quenelles de pâte aux œufs, pochées au bouillon).

goulache
Éplucher 250 g d'oignons et les couper en rondelles. Couper 1,5 kg de paleron en morceaux de 80 g environ. Chauffer dans une cocotte 100 g de saindoux. Y mettre la viande et les oignons, les dorer, puis ajouter 500 g de tomates pelées, épépinées et coupées en quartiers, 1 gousse d'ail écrasée, 1 bouquet garni, du sel et du poivre et, enfin, 1 cuillerée à dessert de paprika doux. Mouiller de bouillon à hauteur, porter à ébullition, puis réduire le feu et cuire 2 heures tout doucement, à couvert. Ajouter alors 2 dl d'eau bouillante et 750 g de pommes de terre pelées et coupées en quartiers. Porter de nouveau à ébullition et la maintenir jusqu'à ce que les légumes soient cuits. Rectifier l'assaisonnement. Verser dans un plat et servir très chaud.

GOUMI Baie sauvage originaire d'Extrême-Orient, aujourd'hui cultivée aux États-Unis. Le goumi possède une enveloppe pulpeuse, rouge ou orangée, piquetée d'argent. Crue, sa chair est un peu acide ; on l'utilise surtout cuite, en compote ou en garniture de tarte.

GOURGANE Grosse fève verte du Québec, qui entre dans la composition de diverses spécialités de cette province. Dans la région du Saguenay, on prépare ainsi la traditionnelle soupe aux gourganes. Les fèves sont cuites pendant trois heures avec des morceaux de lard salé, des carottes, des oignons, des herbes salées (mélange de fines herbes saumurées) et de l'orge.
▶ **Recette** : SOUPE.

GOURMAND ET **GOURMET** Qualificatifs désignant l'un celui qui aime la bonne chère, l'autre celui qui sait la choisir et l'apprécier. Au XVIIe siècle, dans les *Caractères*, La Bruyère évoquait ainsi *le Gourmand*, qui aime manger mais « sait » aussi manger : « Il a surtout un palais sûr, qui ne prend point le change, et il ne s'est jamais vu exposé à l'horrible inconvénient de manger un mauvais ragoût ou de boire un vin médiocre... » Chaque époque a eu ses gourmands et ses gourmets célèbres. Une meilleure connaissance de la diététique, un mode de vie très différent et une uniformisation de l'alimentation ont fait disparaître la race des grands mangeurs sans que la gourmandise et la gastronomie aient pour autant disparu.

GOURNAY Fromage normand de lait de vache (45 % de matières grasses), à pâte molle et à croûte fleurie. Le gournay se présente sous la forme d'un petit disque très blanc de 8 cm de diamètre sur 2,5 cm d'épaisseur, pesant 120 g environ. Fabriqué dans le pays de Bray, il est très peu affiné et a une saveur acidulée.

GOÛT Sens qui permet de discerner les saveurs des aliments et dont l'organe est la langue. Il n'existe pas moins de 8 000 bourgeons récepteurs du goût sur les papilles gustatives de la langue, du palais et de la cavité buccale.

On distingue quatre saveurs fondamentales : le salé et l'acide (identifiés par les papilles situées sur les côtés de la langue), le sucré et l'amer (identifiés par

les papilles situées à l'avant de la langue pour le premier, et à l'arrière pour le second), qui, différemment combinées, définissent le goût de chaque chose. Sur le plan gastronomique, on ne dissocie pas le sens du goût de celui de l'odorat qui, en percevant les odeurs, révèle l'arôme des mets.

Quand on parle du goût d'un plat, on fait autant allusion aux informations transmises par les nerfs olfactifs qu'à celles données par les papilles gustatives. Enfin, le goût est aussi l'appétit, le désir de manger.

GOÛTER Identifier la saveur d'un mets inconnu, ou porter à sa bouche une petite quantité d'un aliment ou d'une boisson afin de contrôler sa saveur et sa consistance, en s'assurant qu'elles correspondent bien à l'idée qu'en donnaient leur apparence, leur couleur et leur odeur. En cuisine, on goûte les plats en cours de préparation pour en rectifier éventuellement l'assaisonnement et vérifier la qualité de l'apprêt.

GOÛTER (REPAS) Légère collation prise entre le déjeuner et le dîner (voir ces mots). Avec la modification des heures de ces derniers au XVIIIe siècle, le goûter, qui se prenait jadis vers 17 heures et constituait un véritable repas, généralement froid, avec des gâteaux, du fromage, des fruits et du vin, fut progressivement supprimé. En ville, il fut remplacé par la mode anglaise du *five o'clock tea*, avec thé et gâteaux, tandis que dans les campagnes on continua à servir le « goûter dînatoire » en fin d'après-midi, après les travaux des champs ; suffisamment copieux, ce goûter pouvait tenir lieu de dîner, une simple soupe ou du lait et du pain étant pris à la nuit. Aujourd'hui, le goûter, ou « quatre heures », concerne presque exclusivement les enfants (biscuits, chocolat, jus de fruits, lait, pain). En Espagne, où les heures des repas sont décalées, c'est à 18 heures – milieu de l'après-midi – que l'on prend la *merienda* (avant le dîner, qui aura lieu vers 22 heures), généralement composée d'une tasse de café ou de chocolat et de pâtisseries.

GOÛTEUR Spécialiste qui apprécie la qualité d'une boisson ou d'un aliment par le goût (voir DÉGUSTATION). Aucun instrument n'est parvenu à égaler un palais humain bien exercé, dans le domaine du vin notamment. Il existe à Paris une Compagnie de courtiers-gourmets-piqueurs (du nom d'une sorte de vrille que l'on « piquait » dans le fût pour prélever un échantillon) de vins, dont les origines remontent à Philippe le Bel, et chargée, entre autres, de goûter les vins, à la demande des tribunaux ou des administrations. Les industries alimentaires font aussi appel à des goûteurs ou dégustateurs. Café, beurre, foie gras, huiles sont ainsi testés par des *panels*, mot anglais désignant des groupes de goûteurs dont on confronte les jugements.

GOYAVE Fruit d'un arbre de la famille des myrtacées, originaire d'Amérique centrale et des Antilles, dont les diverses variétés ont une forme de petite poire, de pomme ou de noix (voir planche des fruits exotiques pages 502 et 503). Importée du Brésil ou des Antilles (décembre à janvier), ou de l'Inde et de la Côte d'Ivoire (novembre à février), la goyave est assez énergétique (52 Kcal pour 100 g) et surtout très riche en vitamines C, A et PP, ainsi qu'en phosphore. Sa peau mince et jaune, piquetée de noir à maturité, parfois marbrée de vert, recouvre une pulpe rose-orangé, blanche ou jaune. Très parfumée et rafraîchissante, un peu acidulée, celle-ci renferme de nombreuses graines très dures. Celle qui est baptisée « poire des Indes », grosse comme un œuf de poule, est la plus appréciée.

■ **Emplois.** La goyave se consomme mûre, nature, pelée au couteau, comme une poire, soigneusement épépinée (on peut lui ajouter du sucre ou du rhum si elle n'est pas parfaitement à point) ; on en fait des boissons, des crèmes glacées et des gelées. Au Brésil, la pulpe récupérée après la préparation de la gelée permet de confectionner une pâte de fruit qui se sert en dessert avec du fromage de chèvre frais. La goyave existe aussi en conserve au sirop et entre dans la composition des salades de fruits exotiques. En Chine, on apprécie la « goyave-fraise », grosse comme une noix, à chair blanche, noire, jaune ou rouge, très parfumée.

GOYÈRE Spécialité du nord de la France, notamment de Valenciennes, dont l'origine remonte au Moyen Âge. C'était alors une tarte au fromage blanc, aux œufs et à la cassonade (ou au miel), aromatisée à la fleur d'oranger. C'est aujourd'hui une tarte riche au maroilles (affiné et blanc), qui se déguste très chaude, en entrée, avec une bière assez forte ou du vin rouge.

goyère

Préparer une pâte brisée avec 250 g de farine, 1 œuf, 125 g de beurre et 1 grosse pincée de sel. L'abaisser sur 3 mm et en garnir une tourtière, la cuire de 10 à 12 min à blanc et la laisser refroidir. Écroûter un demi-fromage de maroilles, couper la pâte en cubes et les passer au tamis, avec 200 g de fromage blanc bien égoutté. Ajouter à ce mélange 3 œufs battus en omelette, 2 cuillerées à soupe de crème fraîche et 1 pincée de sel, poivrer généreusement et bien malaxer le tout. Verser la garniture sur le fond, égaliser la surface et cuire 20 min au four préchauffé à 220 °C. Sortir la goyère et tracer sur le dessus des losanges, avec la pointe d'un couteau. Parsemer de dés de beurre ; remettre au four 15 min. Servir très chaud.

GOZETTE Petite poche de pâte feuilletée, brisée ou levée dans laquelle on introduit des tranches de pomme à la cannelle, frites au beurre à la poêle et poudrées de cassonade. La gozette est fermée et dorée au jaune d'œuf, puis cuite à four doux (voir CHAUSSON).

GRADIN Socle, généralement taillé dans du pain de mie, utilisé pour le dressage de pièces froides, comme les chauds-froids, notamment pour les buffets. Les gradins étaient aussi autrefois très utilisés pour les pièces de pâtisserie. Il s'agissait alors de mandrins en bois tourné, décorés de pastillage, de pâte d'amande, de sucre travaillé, de nougat, etc. Plus tard, les gradins furent réalisés en préparations de pâtisserie comestibles.

GRAINER Manquer de cohésion et former une multitude de petits grains ; le mot s'applique aux blancs d'œuf qui se défont. Ce problème est souvent dû à un mauvais dégraissage du matériel ; on peut essayer d'y remédier en ajoutant deux ou trois gouttes de vinaigre au moment où les blancs commencent à faire des petites bulles avant de monter.

Grainer se dit aussi du sucre cuit qui tend à se cristalliser et à devenir trouble, ou encore d'une pâte de fondant qui a été trop chauffée.

GRAISSE ANIMALE Substance située dans les tissus animaux, onctueuse, qui fond à basse température et sert de matière grasse en cuisine.
– La « graisse de couverture » du porc, sur le dos et dans la poitrine, constitue le lard, mais la véritable graisse utilisable comme corps gras est fournie par le saindoux (très employé en Autriche, en Allemagne et en Hongrie, ainsi qu'en Chine et dans le centre et l'est de la France).
– Le suif du bœuf est devenu rare en cuisine. Mais on utilise encore traditionnellement de la graisse de rognon de bœuf, notamment en Angleterre (pâtisseries, puddings, ragoûts).
– La graisse de rognon ou de queue de mouton intervient surtout dans les cuisines orientales.
– La graisse d'oie, de haute réputation gastronomique, a, en France, une aire géographique précise : le Périgord, la Gascogne, le Béarn et le Languedoc ; elle est aussi utilisée par les cuisines scandinave et juive.
– La graisse de veau intervient dans certaines farces.

Cependant, les graisses animales sont surtout employées par l'industrie (biscuiterie, margarines). L'introduction des huiles tropicales et des graisses végétales ainsi que le développement de l'utilisation du beurre ont en effet sensiblement réduit le rôle des graisses animales dans la cuisine.

▶ **Recettes** : GODIVEAU, TRUFFE.

GRAISSER Enduire d'un corps gras une plaque à pâtisserie, l'intérieur d'un cercle ou d'un moule, pour éviter que les préparations n'attachent pendant la cuisson et pour faciliter leur démoulage.

GRAISSES VÉGÉTALES Improprement appelées « beurres », les graisses végétales sont pour la plupart extraites du chou palmiste, du coprah et du karité. Corps gras traditionnels de nombreux pays africains et orientaux, les graisses végétales servent aussi à fabriquer des produits d'usage courant en Europe, telle la Végétaline (90 % de graisse de coprah et 10 % d'huile de chou palmiste).

Elles se présentent souvent sous forme de pains rectangulaires blancs et cireux. Leur point de fusion est inférieur à celui des graisses animales, mais, comme les huiles, elles supportent les températures élevées, et peuvent donc être utilisées pour les fritures, qu'elles rendent ainsi plus digestes.

GRAMMONT Nom donné à un apprêt des crustacés froids, généralement réservé aux homards et langoustes. Ceux-ci sont d'abord cuits au court-bouillon, puis refroidis ; la chair de la queue est escalopée, ornée de tranches de truffe et glacée à la gelée. La carapace est garnie d'une mousse faite avec la chair des pinces additionnée du corail, puis des escalopes de chair alternées avec des huîtres pochées et glacées. Le plat est décoré de cœurs de laitue et de persil.

Le mot s'applique aussi à une préparation classique de poularde pochée, dont on lève les suprêmes et dont on retire les os du coffre. La cavité est garnie de filets de mauviette, de têtes de champignon, de crêtes et de rognons de coq, liés avec une béchamel parfumée à l'essence de truffe, sur lesquels on dépose les filets détaillés en aiguillettes. Le plat est ensuite nappé de sauce suprême, parsemé de parmesan et enfin gratiné au four.

GRAMOLATE Sorte de granité que l'on travaille comme un sorbet au moment du glaçage. La gramolate, ou *gramolata*, se sert en « trou normand » ou en rafraîchissement au cours d'une soirée.

Il ne faut pas la confondre avec la *gremolata*, condiment de la cuisine italienne, fait d'un mélange de zeste d'orange et de citron, de persil et d'ail hachés, utilisé dans les ragoûts.

GRANA PADANO Fromage italien AOC de lait partiellement écrémé de vache (32 % de matières grasses), à pâte pressée cuite et à croûte naturelle graissée à l'huile (voir tableau des fromages étrangers page 498). Il se présente sous la forme d'un cylindre à flanc légèrement convexe, pesant entre 24 et 40 kg. Connu depuis le XIIe siècle, il a une texture granuleuse et très dure, et un goût boucané, légèrement rance. En cuisine, il s'emploie souvent râpé, notamment dans le minestrone.

GRANCHER (MARCEL ÉTIENNE) Écrivain et chroniqueur gastronomique (Lons-le-Saunier 1897 - Le Cannet 1976). Lyonnais d'adoption, fondateur de l'académie Rabelais et de l'académie des Gastronomes lyonnais, il signa avec Curnonsky un ouvrage sur *Lyon, capitale de la gastronomie* (1937). Il est aussi l'auteur de romans où les mets tiennent une grande place, comme *le Charcutier de Mâchonville* (1942), de même que les vins, qu'il a décrits en connaisseur dans *Des vins d'Henri IV à ceux de Brillat-Savarin* (1952).

Dans *Cinquante Ans à table* (1953), il dit : « Magie des mets, magie des mots : un grand cuisinier est somme toute un grand poète... Car, enfin, ne fut-il pas visité des Muses, celui qui, le premier, eut l'idée de marier le riz à la poule, le raisin à la grive, les pommes à l'entrecôte, le parmesan aux pâtes, l'aubergine à la tomate, le chambertin au coq, la fine champagne à la bécasse, l'oignon au gras-double ? »

GRAND-DUC Se dit de divers apprêts créés dans les restaurants parisiens du second Empire et de la Belle Époque fréquentés par l'aristocratie russe. Ils ont en commun la présence de pointes d'asperge et de truffe. La dinde étoffée grand-duc est une recette originale très élaborée, créée en 1906 par M. Valmy-Joyeuse, chef des cuisines de la marquise de Mazenda.

RECETTE DE M. VALMY-JOYEUSE

dinde étoffée grand-duc

« Farcissez une dinde, désossée sur le dos, avec l'appareil suivant : 500 g de chair de poulet passée au tamis fin, 1/2 litre de crème double, 250 g de foie gras poché au vin de Porto, passé au tamis, le tout bien mélangé et assaisonné. Ajoutez à cet appareil 12 truffes pelées, cuites 10 min dans un peu de fine champagne, 24 cœurs de poulet dégorgés et débarrassés de toutes les parties sanguinolentes, macérés dans du malaga blanc, égouttés, épongés, farcis d'une purée de jambon d'York et pochés 15 min dans du fumet de truffe. Reformez soigneusement la dinde ainsi étoffée. Enveloppez-la de tranches de jambon cru ou de bacon. Emballez-la dans une large abaisse de pâte à foncer, en conservant autant que possible la forme de la volaille, et mettez-la à cuire au four pendant 2 heures et demie. Durant la cuisson, qui doit être lente, recouvrez la dinde de papier d'office plié en quatre, afin de la bien atteindre à l'intérieur tout en empêchant la pâte de colorer trop vite. Pour servir, présentez la dinde telle qu'elle sort de cuisson, et envoyez en même temps une saucière de demi-glace au fumet de truffe. »

GRAND MARNIER Liqueur onctueuse et parfumée, à base d'orange et de cognac. Un alcoolat d'orange, obtenu par distillation d'une macération d'écorces d'orange dans de l'alcool, est mélangé soit à du cognac pour obtenir le « cordon rouge », le plus fort, soit à des eaux-de-vie de vin pour donner le « cordon jaune ». L'assemblage vieillit plusieurs mois en fût de chêne avant d'être filtré et sucré. Le Grand Marnier, créé en 1880 par la famille Marnier-Lapostolle, de Neauphle-le-Château, se sert comme liqueur et est fréquemment utilisé en pâtisserie. Il entre aussi dans la composition de cocktails.

GRAND-MÈRE Se dit d'apprêts voisins de ceux appelés « bonne femme » ou « en cocotte », et notamment d'une volaille cuite à la casserole, accompagnée de lardons, de petits oignons glacés à brun, de champignons sautés et de petites pommes de terre rissolées.

▶ Recette : BŒUF.

GRAND VÉFOUR (LE) Restaurant parisien, situé galerie de Beaujolais, au Palais-Royal, à Paris. Initialement appelé *Café de Chartres*, l'établissement fut racheté en 1820 par Jean Véfour. Napoléon Bonaparte, Anthelme Brillat-Savarin, Joachim Murat, Alexandre Grimod de La Reynière, puis Alphonse de Lamartine, Adolphe Thiers et Charles-Auguste Sainte-Beuve fréquentèrent ce restaurant réputé, appréciant le poulet Marengo et les mayonnaises de volaille. Lorsque, sous le second Empire, un frère de Jean Véfour ouvrit à son tour un restaurant au Palais-Royal, on prit l'habitude de distinguer le *Grand Véfour* et le *Petit Véfour* (lequel disparut en 1920). En 1948, Louis Vaudable, dont le restaurant *Maxim's* avait été fermé, racheta l'établissement et s'associa avec un jeune chef, Raymond Oliver, qui, deux ans plus tard, devint le maître des lieux. Jean Cocteau, Colette et Emmanuel Berl – dont la place habituelle est marquée par une plaque rivée au mur –, qui y venaient en voisins et à qui sont dédiées plusieurs recettes, contribuèrent à l'ascension de ce haut lieu de la gastronomie, qui a gardé intact son décor du XVIIIe siècle.

GRAND VENEUR Se dit de petites ou de grosses pièces de gibier à poil rôties ou sautées, nappées d'une sauce poivrade additionnée de gelée de groseille et de crème fraîche, parfois avec le sang de l'animal, et le plus souvent accompagnées de purée de marron. La sauce grand veneur est également appelée « sauce venaison ».

▶ Recettes : CHEVREUIL, SAUCE.

GRANITÉ Sorte de sorbet à l'italienne, dont Tortoni lança la mode à Paris au XIXe siècle. Cette préparation semi-prise est faite d'un simple sirop de fruit peu sucré, ou d'un sirop parfumé au café ou à la liqueur, qui doit son nom à sa texture grenue. On le sert dans un verre à sorbet ou dans une coupe, soit en « trou normand », soit en rafraîchissement.

granité

Préparer un sirop froid léger à base de jus de fruit (citron, orange, mandarine, fruit de la Passion, mangue) ou de café très fort : la densité ne doit pas dépasser 1,1074. Le verser dans les bacs à glaçons du réfrigérateur, sans remuer. Au bout de 3 ou 4 heures, il se présente comme une masse grenue, peu homogène.

GRAPPA Eau-de-vie de marc fabriquée dans le nord de l'Italie. La grappa est obtenue en distillant les marcs de pressoir, notamment à partir de muscat ou de raisin de Barolo ; les meilleures grappa viennent du Piémont, de Vénétie, du Frioul et du Trentin. Pour atténuer le goût du tanin, on place l'alcool dans des tonneaux en chêne de Slavonie.

On utilise aussi la grappa en cuisine, notamment pour préparer le chamois braisé, aromatisé aux baies de genièvre et au thym, spécialité du Piémont.

GRAS Qualificatif désignant les aliments ou leurs constituants contenant une forte proportion de lipides (ou acides gras). Outre les corps gras (100 % de lipides pour les huiles, 82 % pour le beurre), d'autres aliments sont gras, soit naturellement, soit en raison de leur fabrication. Il s'agit essentiellement de la charcuterie, des fruits oléagineux (60 % de lipides dans les noix), des viandes, des fromages, du jaune d'œuf, du chocolat et des pâtisseries.

Cet adjectif permet aussi de classer certains aliments. Un fromage gras contient de 50 à 60 % de matières grasses (taux calculé sur extrait sec). Les viandes et les poissons ont des taux variables : moins de 5 % pour

le cabillaud, la dorade, le gibier, la limande, la sole ; de 5 à 10 % pour le hareng, le maquereau, le turbot, les volailles ; 10 à 15 % pour l'agneau, le canard, le porc, le thon, le veau ; au-delà pour les viandes persillées.

▶ **Recettes** : CÉLERI-BRANCHE, CRÈME-POTAGE, FENOUIL, LAITUE, MIREPOIX, RIZ, SAUCE, SOUPE.

GRAS-DOUBLE Préparation tripière composée uniquement de morceaux de panse de bœuf échaudés, grattés, lavés à grande eau, moulés en pains rectangulaires, précuits et vendus en tranches (voir tableau des abats page 10). Le gras-double fait l'objet de nombreux apprêts régionaux, généralement très relevés. On le mange mariné et frit ou grillé, ou sauté avec des oignons, mijoté avec une fondue de tomate, en gratin ou en ragoût. Le « tablier de sapeur » est composé de carrés de gras-double enduits de moutarde, panés et frits ; il est servi avec une sauce vinaigrette ou gribiche. Le gras-double de veau, un peu moins gras, s'accommode de la même manière, parfois aussi en blanquette et à la poulette ; il entre dans la réalisation d'une spécialité milanaise, la busecca (voir ce mot).

gras-double de bœuf à la bourgeoise

Couper en carrés 750 g de gras-double blanchi. Éplucher 24 petites carottes nouvelles et les blanchir. Peler 3 douzaines de petits oignons ; en cuire les 2/3 à moitié dans du bouillon. Faire revenir les autres dans 50 g de beurre ; les poudrer d'une cuillerée de farine, les dorer légèrement, les mouiller de 6 dl de bouillon, remuer et laisser bouillir 6 min. Ajouter le gras-double, du sel, du poivre, une pointe de poivre de Cayenne, un bouquet garni et faire partir sur feu vif. Ajouter les carottes et les oignons, couvrir et cuire 1 h 30. Dresser dans un plat creux avec du persil ciselé.

gras-double de bœuf à la lyonnaise

Détailler en minces lanières 750 g de gras-double cuit et bien égoutté. Le faire sauter à la poêle avec du beurre ou du saindoux brûlant ; le saler et le poivrer. Ajouter 4 cuillerées d'oignons émincés et sautés au beurre ou au saindoux. Mélanger et faire bien rissoler. Dresser dans un plat creux ; déglacer la poêle avec un filet de vinaigre et parsemer de persil ciselé.

RECETTE DE FERNAND POINT

gras-double à la voironnaise

« Couper en morceaux et blanchir à l'eau bouillante 1 kg de gras-double cuit, très épais. Faire chauffer 100 g de beurre et 3 cuillerées à soupe de farine jusqu'à ce que le mélange blanchisse et soit bien mousseux (éviter de laisser roussir), puis mouiller avec du bouillon en ayant soin de laisser cette sauce un peu épaisse. Ajouter le gras-double avec des petits oignons, 1 bouquet garni, sel et poivre, 1 verre de vin blanc, et cuire à l'étouffée 1 heure environ. Retirer les oignons et le bouquet garni, et servir très chaud. »

soupe au gras-double à la milanaise → SOUPE

GRATARON Fromage savoyard de lait de chèvre (45 % de matières grasses). Il se présente sous la forme d'un cylindre de 7 cm de diamètre et de 6 cm d'épaisseur, pesant de 200 à 300 g. Le grataron d'Arèches a une saveur caprine très prononcée (voir tableau des fromages français page 497).

GRATIN Croûte dorée qui se forme sous l'action de la chaleur à la surface d'un mets souvent recouvert d'une couche de fromage râpé, de chapelure ou de panure. Autrefois, le gratin était ce qui restait attaché au récipient de cuisson et que l'on « grattait » comme une friandise. Par extension, le gratin désigne un apprêt de poissons, de viandes, de légumes, des plats de pâtes et même des préparations sucrées.

La réalisation d'un gratin consiste à faire cuire ou réchauffer au four l'aliment à gratiner sous une couche protectrice qui doit éviter qu'il ne se dessèche tout en lui apportant du moelleux et de la saveur. Cet aliment peut être cru (gratin dauphinois) ou déjà cuit.

Dans tous les cas, il faut respecter quelques règles : employer des plats allant au four et pouvant passer directement à table, et les beurrer largement pour que la préparation n'attache pas ; si l'apprêt est simplement mis à dorer sous la rampe du gril, il doit être déjà très chaud ; pour un gratin complet, il faut que le plat soit isolé par une grille ou placé dans un bain-marie, notamment pour les cuissons délicates.

Servi directement dans son plat de cuisson, le gratin est souvent un plat familial, à base de viande de desserte hachée, restes de volaille par exemple, mais il peut également être un plat de grande cuisine.

GRATINS SALÉS

asperges au gratin → ASPERGE
aubergines au gratin à la toulousaine → AUBERGINE
bananes à la créole gratinées → BANANE
cèpes au gratin → CÈPE
chapon poché et rôti au gratin de potiron → CHAPON
chou-fleur au gratin → CHOU-FLEUR
choux de Bruxelles gratinés → CHOU DE BRUXELLES
courge au gratin → COURGE
crêpes gratinées aux épinards → CRÊPE
épinards au gratin → ÉPINARD
farce à gratin → FARCE

RECETTE DE JACQUES MANIÈRE

gratin de bettes au verjus

« Effiler 1 kg de bettes et les détailler en bâtonnets. Les faire cuire dans un blanc et les égoutter sans les rafraîchir. Faire chauffer sur feu doux, sans la laisser bouillir, 200 g de crème fraîche, en la fouettant. La retirer du feu. Mélanger 1/2 verre de verjus (obtenu en pressant une grosse grappe de raisin vert), 2 jaunes d'œuf, 1 cuillerée à soupe de persil haché, du sel et du poivre. Ajouter petit à petit ce mélange à la crème. Disposer les

bettes dans un plat à gratin ; les masquer de sauce. Poudrer de cantal râpé, ajouter de toutes petites noisettes de beurre et faire gratiner de 4 à 6 min suivant la température du four (de 250 à 280 °C). »

gratin dauphinois

Éplucher et émincer en rondelles 1 kg de pommes de terre et les disposer régulièrement dans un plat largement beurré, éventuellement frotté d'ail. Délayer 2 œufs entiers avec un peu de lait, y ajouter 1 cuillerée à café rase de sel, puis les incorporer au fouet à 6 dl de lait ou de crème fraîche tiédis. Verser ce mélange sur les pommes de terre et parsemer de noisettes de beurre. Cuire 50 min au four préchauffé à 220 °C.

RECETTE DE DANIEL BOUCHÉ
DANS *INVITATION À LA CUISINE BUISSONNIÈRE*

gratin de filets de sardines au citron

« Laver rapidement 800 g de sardines et les éponger dans du papier absorbant. Lever les filets à l'aide d'un couteau d'office et les disposer dans un plat à rôtir beurré, côté peau vers le bas. Dans un bol, mettre le zeste de 1 citron, 100 g de crème fraîche, saler, poivrer, et ajouter le jus de 2 citrons. Mélanger et verser sur les sardines. Cuire 5 min au four préchauffé à 275 °C. Servir avec du pain grillé. »

RECETTE DE PIERRE ORSI

gratin de macaronis

« Porter à ébullition 2,5 litres d'eau salée. Y cuire 5 min 300 g de macaronis et les séparer avec une cuillère de bois pour qu'ils ne collent pas. Les sortir, les égoutter, les rafraîchir sous l'eau froide, les égoutter de nouveau. Mettre les pâtes dans une terrine et les mouiller à hauteur de lait. Réserver 12 heures, à couvert, au réfrigérateur. Le lendemain, sortir les macaronis, saler et poivrer. Bien mélanger, verser dans un plat à gratin en une couche régulière et égaliser avec une spatule de bois. Parsemer de 75 g de gruyère râpé et répartir sur le dessus 30 g de beurre divisé en petites parcelles. Cuire 10 min au four préchauffé à 180 °C, puis faire gratiner 1 min sous gril moyen. Servir très chaud. »

RECETTE DU RESTAURANT *ANAHI*, À PARIS

gratin de maïs

« Couper en dés 2 blancs de poulet. Hacher très finement 2 oignons et 75 g d'olives ; ajouter du sel, du poivre, des feuilles de coriandre hachées, et bien dorer le tout. Retirer du feu. Faire revenir dans de l'huile d'olive 2 oignons hachés et 4 tomates pelées, épépinées et concassées, et 250 g de grains de maïs. Disposer dans un plat à rôtir une couche de poulet, une couche de purée de maïs, et continuer ainsi jusqu'à épuisement des ingrédients. Gratiner 5 min au four préchauffé à 275 °C et servir très chaud. »

gratin d'œufs brouillés à l'antiboise → ŒUF BROUILLÉ

gratin de potiron à la provençale

Peler un potiron bien mûr, l'épépiner et retirer les filandres. Couper la pulpe en petits morceaux ; blanchir ceux-ci 10 min à l'eau bouillante, les rafraîchir et les égoutter. Éplucher des oignons (le quart du poids de potiron), les émincer et les étuver doucement 5 min. Frotter d'ail l'intérieur d'un plat à gratin, le beurrer et y disposer 1 couche de potiron, puis les oignons et le reste du potiron. Parsemer de fromage râpé, arroser d'huile d'olive et gratiner au four préchauffé à 230 °C.

hachis de bœuf en gratin aux aubergines → HACHIS
navets au gratin → NAVET
oreilles de porc au gratin → OREILLE
poireaux au gratin → POIREAU
salsifis au gratin → SALSIFIS
sardines gratinées → SARDINE

GRATIN SUCRÉ

RECETTE DE SIMONE LEMAIRE, CUISINIÈRE

gratin de fraises au sabayon de citron

« Couper 24 grosses fraises en deux et les disposer dans un plat à gratin, face coupée contre le fond. Confectionner un sabayon au citron en mettant dans une casserole en cuivre 4 œufs entiers, le zeste et le jus de 4 citrons jaunes, 100 g de sucre semoule et 100 g de beurre en petits morceaux. Monter vigoureusement l'appareil au fouet, au bain-marie, jusqu'à ce qu'il blanchisse et soit bien mousseux. En masquer délicatement les fraises et faire gratiner rapidement sous la rampe du gril. »

GRATINÉE Soupe à l'oignon versée dans un bol, une petite soupière ou un poêlon individuel en porcelaine à feu, garnie de pain séché et de fromage râpé, passée à four très chaud et servie gratinée. Alors que la soupe à l'oignon est lyonnaise, la gratinée est parisienne, servie traditionnellement dans les bistrots de Montmartre et du quartier des Halles, où l'on soupe tard.

En général, le fromage utilisé est du gruyère, du comté ou de l'emmental, mais on peut réaliser des gratinées au cantal ou au bleu d'Auvergne.

On appelle aussi « gratinée » une soupe de fruits rapidement passée au four pour la faire dorer.

RECETTE DE BERNARD RAVET
L'ERMITAGE, À VUFFLEUR-LE-CHÂTEAU

gratinée de poires aux pistaches

« Dans une grande casserole, portez à ébullition 1 litre d'eau, 1 gousse de vanille fendue en deux, 200 g de sucre semoule et 2 cuillerées à soupe de jus de citron. Pochez-y



doucement 6 poires mûres mais bien fermes, pelées et évidées. Laissez refroidir. Préparez une crème pâtissière avec 1/4 de litre de lait, 1 gousse de vanille fendue en deux, 20 g de farine, 3 jaunes d'œuf et 70 g de sucre. Mettez-la dans une terrine, ajoutez 1 cuillerée à soupe d'eau-de-vie de poire et, quand elle est presque froide, 3 cuillerées de crème battue. Fouettez 1 jaune d'œuf avec 30 g de sucre jusqu'à ce qu'il mousse et blanchisse. Incorporez 1 cuillerée de pistaches hachées et 2 cuillerées de crème fouettée. Égouttez les poires et coupez-les en éventail en les gardant attachées. Détaillez 1 gousse de vanille en fins bâtonnets. Répartissez la crème pâtissière dans les assiettes et posez une poire au centre. Saupoudrez de sucre glace, sans déborder. Glissez les assiettes sous la salamandre du four pour faire dorer les fruits. Coulez uniformément la crème à la pistache autour des poires et dessinez des marbrures avec la pointe d'un couteau. Saupoudrez le bord des assiettes de sucre glace et de pistaches hachées, posez une quenelle de glace à la vanille à côté de chaque poire, décorez de bâtonnets de vanille et servez aussitôt. »

soupe gratinée

Peler et émincer 4 gros oignons. Faire chauffer dans une sauteuse 40 g de beurre et 4 cuillerées à soupe d'huile ; y faire revenir les oignons, en remuant à la spatule de bois. Poudrer de 30 g de farine et remuer jusqu'à ce qu'elle soit également dorée. Ajouter 2 dl de vin blanc sec, laisser réduire à petit feu pendant quelques minutes puis verser 1 litre d'eau ou de bouillon. Saler, poivrer, ajouter 2 petites gousses d'ail écrasées et 1 bouquet garni, puis porter à ébullition et cuire 1 heure, tout doucement. Faire sécher au four des rondelles de ficelle de boulangerie ; délayer 3 jaunes d'œuf avec 1 dl de madère ou de porto. Préchauffer le four à 220 °C et y placer la lèchefrite contenant de l'eau. Quand la soupe à l'oignon est cuite, retirer le bouquet garni, ajouter peu à peu les jaunes d'œuf, puis répartir la préparation entre 4 soupières individuelles pouvant aller au four. Parsemer largement de gruyère râpé les croûtons et les disposer à la surface des soupières. Placer celles-ci dans le bain-marie au four. Les retirer dès que le dessus des tranches est gratiné et servir brûlant.

GRATINER Cuire ou finir de cuire une préparation au four, afin qu'elle présente en surface une mince croûte dorée. Il est assez délicat d'obtenir qu'un plat auquel on n'a pas ajouté de chapelure soit entièrement cuit sans que sa couche de surface dépasse le stade de la coloration brune.

◄
Gratinée de poires aux pistaches
Recette de Bernard Ravet

En revanche, on obtient assez facilement le dorage superficiel d'une préparation déjà cuite en la parsemant de fromage râpé, de panure ou de chapelure, ou de fromage mélangé à de la chapelure, avec quelques noisettes de beurre (gratinée, coquilles garnies, légumes nappés de sauce Mornay, etc.). Le gratinage se réalise au four pour une cuisson lente, ou sous le gril ou la salamandre dans le cas d'une finition rapide.

GRATTONS Résidus de graisse de porc ou d'oie fondue, additionnés de petits morceaux de viande, constituant des sortes de rillettes grossières et que l'on mange froids (on dit aussi « gratterons » ou « fritons »). Les grattons auvergnats contiennent gorge et gras de porc, découpés en lanières, cuits avec de la graisse, hachés, puis moulés et pressés (voir tableau des rillettes et autres viandes confites page 900).

Les grattons lyonnais sont rissolés et non moulés. Les grattons bordelais associent du gras fondu et de la viande maigre de porc. Les grattons réunionnais sont constitués de couennes de porc frites dans du saindoux ; très croustillants, ils accompagnent certaines spécialités créoles. Dans *Odeurs de forêt et fumets de table*, Charles Forot donne la recette des grattons du Vivarais : « La graisse de porc, coupée en petits morceaux, sera fondue pendant cinq ou six heures à feu très doux. Une fois bien fondue, elle sera mise en pots. On ajoutera aux débris de viande qui restent au fond de la marmite sel, poivre, épices, persil haché, une pointe d'ail, on tournera longtemps de façon à mélanger substances et arômes, que l'on mettra ensuite dans une terrine. »

Les grattons d'oie sont faits en égouttant à chaud les résidus de graisse d'oie et les menus fragments de viande, après la préparation d'un confit. Ils sont ensuite pressés, poudrés de sel fin et refroidis complètement.

GRAVES Vignoble situé sur la rive gauche de la Garonne, entre la forêt des Landes et le fleuve. Les graves sont produits à partir de cépages cabernet franc et cabernet-sauvignon : rouges bouquetés, et blancs, issus des cépages sémillon, sauvignon et muscadelle, fins et puissants. L'AOC graves supérieur ne s'applique qu'aux vins blancs moelleux (voir BORDELAIS).

GRÈCE La cuisine grecque se caractérise par une grande consommation de poisson, de mouton et de légumes méditerranéens, agrémentés d'herbes aromatiques, d'huile d'olive et de citron. L'influence orientale s'y retrouve également, avec le goût pour les petits amuse-gueule (mézès) que l'on grignote en buvant de l'ouzo, pour le café très fort servi avec de l'eau froide, pour les pâtisseries grasses et sucrées…

■ **Viandes et poissons.** Dans le Nord, le mouton est relativement abondant et se prépare en ragoût (notamment avec des poireaux et des aromates, dans une sauce liée aux œufs et au jus de citron), en brochettes (souvlakis) ou en boulettes hachées et épicées (keftédès). Dans le Sud, la viande est plus rare, et l'on utilise les abats dans des mets typiques, comme le *kokoretsi* (foie, rate et poumon d'agneau enveloppés dans des intestins d'agneau).

Partout, le poisson est abondant ; il est le plus souvent grillé, badigeonné d'huile d'olive et garni de citron, ou cuit au four avec des herbes aromatiques (anis, coriandre, fenouil). Les œufs de poisson entrent dans la préparation du célèbre tarama. Les moules se dégustent à la sauce piquante et la viande est séchée à l'ail (pasterma). Le citron est omniprésent, depuis l'*avgolemono* (un consommé aux œufs et au jus de citron, épaissi de riz) jusqu'aux garnitures de ragoût, aux légumes marinés et aux entremets sucrés (crèmes aux œufs et gâteaux de semoule).

■ **Légumes.** Avec la préparation des légumes, la cuisine grecque marque vraiment son originalité, en particulier avec les aubergines, indispensables pour la moussaka, et qui s'apprêtent aussi farcies, gratinées ou en purée (pour la préparation du *tarato*, potage épais et servi froid, agrémenté de poivrons, de yaourt et relevé de vinaigrette). Les courgettes sont farcies de risotto aux herbes, enrichi de mouton haché ; les artichauts, farcis à l'athénienne ; les feuilles de vigne ou de chou (dolmas) sont elles aussi farcies ; les légumes sont marinés « à la grecque ». Enfin, la *pitta* est une tourte aux épinards et au fromage de brebis, que l'on sert avec du yaourt liquide. Ce dernier intervient dans le tzatziki, hors-d'œuvre rafraîchissant fait de concombre, de yaourt et d'ail.

■ **Laitages.** Ils représentent une part importante de l'alimentation, comme dans tous les Balkans. Les fromages grecs, faits de lait de brebis ou de chèvre, sont réputés et assez variés : les uns sont à pâte dure, comme l'agrafaou, le kefalotyri (très salé) ou le skyros ; les autres, à pâte molle, comme la feta (la plus connue, affinée ou non) ou le kasseri, qui se mange frais, sans oublier un bleu, le kopanisti. Ces fromages sont souvent utilisés pour faire les farces, les gratins, les sauces ou pour fourrer les *bourekakia* (petites pâtisseries d'entrée, aux légumes, à la viande ou au poisson, hachés avec de la feta et des herbes) ; les fromages blancs sont agrémentés de fines herbes, d'oignon et de crème aigre ; les salades de tomate et de concombre sont mélangées avec de petits cubes de fromage frais salé et des olives noires.

■ **Vins.** Dès l'Antiquité, les vins grecs étaient les plus réputés du monde méditerranéen. Si la vigne est encore très présente en Grèce, elle donne essentiellement des raisins de table, qui seront éventuellement séchés (raisins de Corinthe, notamment). Elle produit cependant un vin très original, spécifiquement local : le retsina (voir ce mot), ou vin résiné. Parmi les vins de dessert, la réputation du muscat de Samos, sec et très alcoolisé (18 % Vol.), n'est plus à faire, et le mavrodaphne de Patras est également très bon. Quant au monemvasia, c'est un malvoisie produit dans tout le pays, qui peut être excellent.

GRÈCE ANTIQUE La cuisine ancienne grecque est peu connue car, au contraire de la cuisine romaine, aucun recueil de recettes ne nous est parvenu. Toutefois, Athénée, compilateur égyptien qui vécut au IIIe siècle de notre ère, nous a apporté quelques précisions dans *le Dîner des savants*, notamment sur le célèbre Archestrate (milieu du IVe siècle av. J.-C).

Originaire de Sicile, en Grande-Grèce – siège d'une civilisation raffinée –, Archestrate était un riche armateur, un connaisseur éclairé, un gastronome voyageur, comme le fut au XIXe siècle Anthelme Brillat-Savarin. Il parcourut tout le monde grec, notant aussi bien la qualité des produits locaux – en particulier celle des poissons, omniprésents dans ce pays d'îles – que la meilleure façon de les accommoder.

Il parle ainsi du thon et des civelles, déjà frites à l'huile – d'olive, évidemment. (Selon la mythologie, Athéna, déesse de l'Intelligence, aurait fait don à Athènes de l'olivier, à la fois fruit de la terre et symbole de la paix.)

Les Anciens utilisaient aussi comme matière grasse le fromage frais, qui entre dans la préparation de certains plats ; si l'on en croit Aristophane, poète comique contemporain d'Arches-trate, l'ordinaire du soldat en campagne était « le fromage et l'oignon ».

À la même époque, une vive polémique semble avoir existé à propos de la cuisson des viandes (en particulier celles du lièvre et de la grive, l'un et l'autre appréciés). Certains étaient partisans de faire bouillir avant de rôtir, les autres préféraient rôtir directement. Or les Grecs considéraient que griller une viande était un procédé barbare.

Le développement de la boulangerie est aussi l'apanage de la Grèce antique : à Athènes, on préparait soixante-douze espèces de pain ; des siècles plus tard, les boulangers de Rome étaient presque tous grecs.

Le petit déjeuner des Grecs consistait d'ailleurs en pain trempé dans du vin pur (seul repas où ils ne le coupaient pas d'eau). Il était suivi, vers midi, d'un repas pris sur le pouce et généralement, en fin d'après-midi, d'un casse-croûte pour attendre le dîner. Seul ce dernier, pris très tard, donnait lieu à une réunion amicale, éventuellement suivie d'une fête plus prolongée et souvent très arrosée.

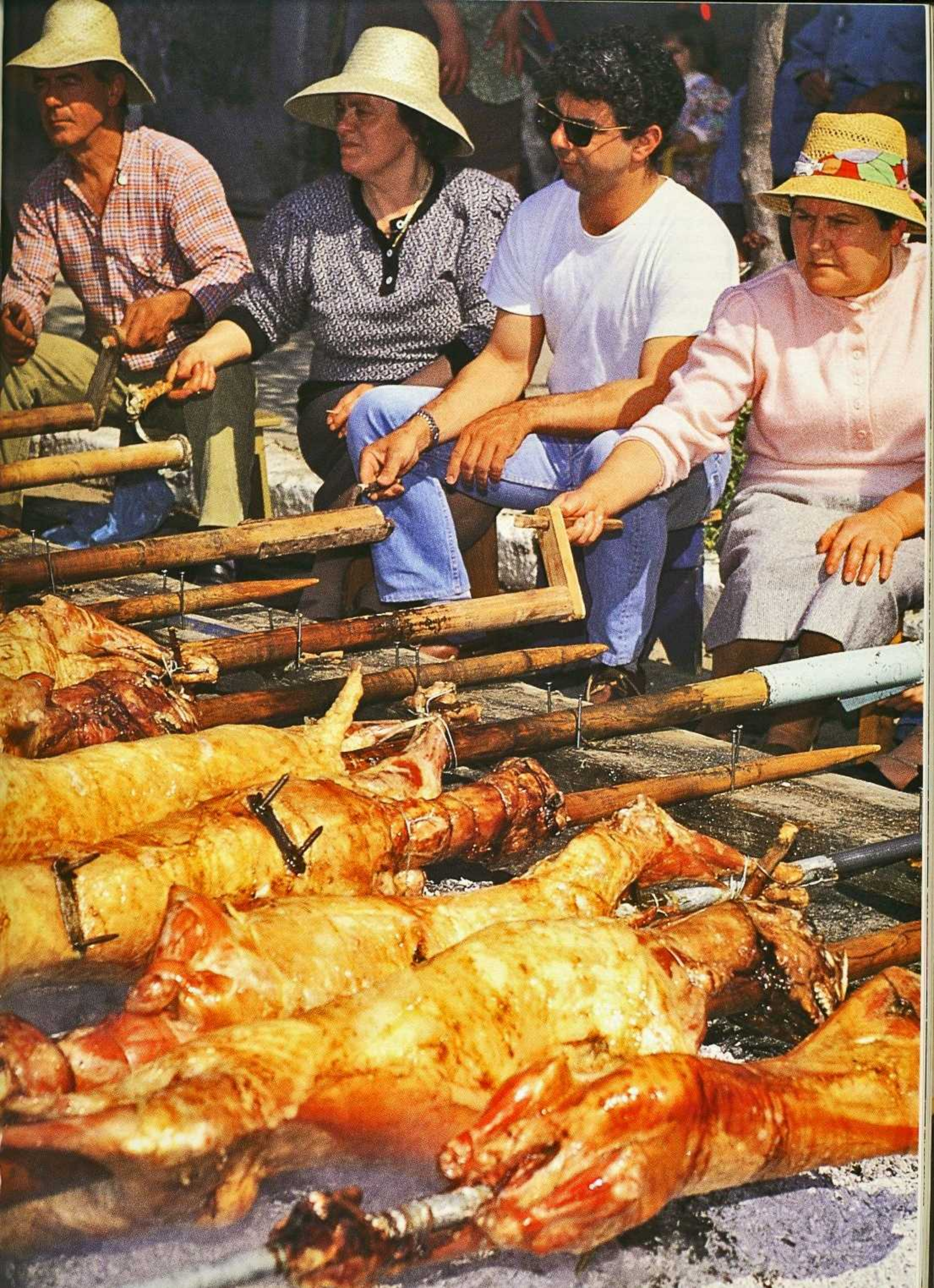
La pâtisserie n'était guère différente de celle que l'on trouve aujourd'hui dans tout le bassin méditerranéen : miel, huile et farine, pétris d'aromates divers, enrichis d'amandes, de dattes, de graines de pavot, de noix, de pignons, sous forme de galettes plates et de beignets, éventuellement agrémentés de graines de sésame, et accompagnés de fromage blanc et de vin doux.

GRECQUE (À LA) Se dit d'apprêts originaires de Grèce ou simplement inspirés de la cuisine méditerranéenne. Les légumes à la grecque sont cuits dans une marinade aromatisée à l'huile d'olive et au citron et servis froids, la plupart du temps en hors-d'œuvre ou en entrée.

Le pilaf à la grecque agrémente le riz de base de chair à saucisse, de petits pois et de dés de poivron rouge. Les poissons à la grecque sont nappés d'une sauce au vin blanc parfumée au céleri, au fenouil et aux grains de coriandre.

▶ **Recette** : POISSON.

▶
Grèce. Environs de Delphes.
Les agneaux pascals rôtissent sur de longues perches de bois.



GRENADE Fruit du grenadier, de la famille des punicacées, originaire d'Asie, à la peau coriace, dont la pulpe est constituée par une multitude de graines vermillon, enveloppées d'un tégument charnu et séparées par des cloisons blanches (voir planche des fruits exotiques pages 502 et 503). La grenade possède une saveur douce et parfumée. Peu énergétique (32 Kcal pour 100 g), elle est riche en phosphore et en pectine.

Les Égyptiens la faisaient fermenter pour en tirer un vin capiteux. Employée comme condiment par les Anciens (graines séchées), surtout utilisée comme médicament jusqu'à la Renaissance, elle apparaît dans des recettes à l'époque de Louis XIV, notamment pour des sauces et des potages. Cultivée dans de nombreux pays chauds (Amérique centrale, Inde, Liban, Pakistan), la grenade pousse aussi dans le Midi. On ne la consomme guère aujourd'hui en France que comme fruit frais et en boisson rafraîchissante.

D'autres cuisines l'utilisent comme ingrédient ou comme condiment : concentré de grenade dans les apprêts libanais ; graines fraîches dans les salades, les purées d'aubergine, les couscous sucrés ou la crème aux amandes dans la cuisine orientale ; graines écrasées dans les viandes en Inde et au Pakistan.

GRENADIER Poisson de la famille des macrouridés, qui vit dans les eaux profondes de l'Atlantique et se pêche du Groenland jusqu'au golfe de Gascogne. Il se reconnaît à son corps effilé se terminant en pointe. Sa chair très blanche, sans arêtes, vendue en filets, est idéale pour préparer des mousselines de poisson.

GRENADIN Tranche de veau épaisse (2 cm environ), peu large (6 ou 7 cm), ronde, taillée dans le filet, la noix ou la sous-noix. Éventuellement piqué de lard, le grenadin se traite grillé ou poêlé, voire braisé. Un petit grenadin de veau non bardé, poêlé au beurre, est appelé « noisette ». On prépare aussi des grenadins dans le blanc de dinde escalopé. Le grenadin est aussi appelé « médaillon », « mignon », « noisette » ; ces pièces de veau sont parfois vendues sans barde.

▶ **Recette** : VEAU.

GRENADINE Boisson rafraîchissante à base d'eau et de sirop de grenadine. Ce dernier, autrefois fabriqué avec des grenades, est aujourd'hui élaboré à partir de substances végétales, d'acide citrique, de divers fruits rouges et d'arômes naturels.

Le sirop de grenadine colore en outre certains cocktails, des diabolos et des apéritifs (telle la « tomate », mélange d'anis et de sirop de grenadine allongé d'eau).

GRENOBLOISE (À LA) Se dit de poissons cuits à la meunière et garnis de câpres et de demi-tranches de citron pelées à vif, auxquels on peut ajouter des croûtons de pain de mie dorés.

GRENOUILLE Batracien des lieux humides et des eaux douces, dont on ne consomme que les cuisses. En France, la grenouille verte, avec trois bandes foncées sur le dos, qui vit au bord des mares, dans les marais, le long des ruisseaux, est la plus savoureuse ; la grenouille rousse, plus foncée, qui ne s'approche de l'eau qu'au moment de l'accouplement, séjourne dans les lieux frais, parfois dans les vignes. En Belgique, la chasse de la grenouille est interdite. De nombreuses cuisses de grenouille sont importées d'Europe centrale ; elles sont souvent vendues surgelées (il faut alors les faire décongeler dans du lait).

Les cuisses de grenouille ont une saveur un peu fade qui a besoin d'être relevée ; apprêtées en blanquette, à la crème, aux fines herbes, en potage, en omelette, en mousseline, elles peuvent aussi être frites ou sautées, à l'ail ou à la persillade. Les recettes les plus réputées sont originaires du Lyonnais, de l'Alsace et du Poitou. Les cuisses de grenouille sont très appréciées par les Allemands et les Italiens, alors qu'elles suscitent du dégoût chez les Britanniques.

grenouilles : préparation

Écorcher les grenouilles en fendant la peau du cou et en tirant vers l'arrière. Trancher la colonne vertébrale de façon à ne pas séparer les cuisses. Ôter les pattes. Mettre les cuisses 12 heures dans de l'eau très froide, que l'on changera plusieurs fois, pour faire gonfler et blanchir les chairs. Les essuyer.

cuisses de grenouille aux fines herbes

Saler et poivrer les cuisses de grenouille parées, les fariner – on peut aussi les paner à l'anglaise – et les faire sauter de 7 à 10 min au beurre ou à l'huile d'olive, sur feu vif, dans une sauteuse. Les égoutter et les dresser en buisson dans un plat de service chauffé ; parsemer de persil ciselé et arroser de jus de citron. Si elles ont doré au beurre, les arroser de leur cuisson ; sinon, les égoutter et les masquer de beurre maître d'hôtel. Servir avec des pommes de terre à l'anglaise.

fritots de grenouilles → FRITOT

RECETTE DE BERNARD LOISEAU

grenouilles à la purée d'ail et au jus de persil

« Équeuter et laver 100 g de persil ; le cuire 3 min à l'eau bouillante, le rafraîchir et le réduire en purée au mixeur. Pocher 2 min à l'eau bouillante salée les gousses de 4 têtes d'ail ; les peler ; les remettre dans l'eau bouillante de 7 à 8 min, et recommencer 6 ou 7 fois jusqu'à ce que l'ail soit très cuit. Le mixer. Mettre cette purée dans une casserole avec 1/2 litre de lait. Saler et poivrer. Saler et poivrer les grenouilles et les dorer 2 ou 3 min dans de l'huile d'olive avec une noix de beurre. Faire chauffer la purée de persil dans 1 dl d'eau. Égoutter les cuisses de grenouille sur du papier absorbant. Dresser la sauce de persil sur un plat chaud. Disposer la purée d'ail au milieu et les cuisses de grenouille tout autour. »

marinière de grenouilles à la coque → MARINIÈRE
potage aux grenouilles → POTAGE

GRÈS Céramique opaque, dense et dure. Les grès communs sont bruns, rouges, jaunes ou gris, suivant la couleur de l'argile vitrifiable qui les compose ; les grès fins, faits d'un mélange d'argile et de feldspath, sont le plus souvent émaillés (grès d'Alsace). Le grès sert à réaliser des pièces de service rustique ou des ustensiles destinés à conserver les aliments.

GRESSIN Bâtonnet sec et croustillant, de la grosseur d'un crayon, fait d'une pâte à pain additionnée d'huile. D'origine italienne, plus particulièrement turinois, les gressins *(grissini)* servent d'amuse-gueule (enroulés dans une tranche de jambon) et remplacent le pain.

GREUBONS Résidu obtenu après avoir fait fondre doucement de la panne de porc pour préparer du saindoux. Ces fragments colorés, appelés aussi « rillons » ou « grabons » dans le Jura, entrent dans la composition d'une pâtisserie salée suisse : le taillé aux greubons.

GRIBICHE Sauce froide dérivée de la mayonnaise, dans laquelle le jaune d'œuf cru est remplacé par du jaune d'œuf dur. Additionnée de câpres, de fines herbes et de blanc d'œuf dur haché, la sauce gribiche accompagne la tête de veau ou des poissons froids.
▶ **Recette** : SAUCE.

GRIFFE Muscle plat du bœuf, recouvrant une partie de l'épaule et du collier. La griffe constitue une bonne viande de pot-au-feu, associée à d'autres morceaux plus gras ou plus moelleux.

GRIL Ustensile de cuisine servant à griller viandes, poissons et légumes. Le modèle le plus ancien consiste en une grille en fer forgé, dotée d'une poignée et montée sur quatre pieds, que l'on pose sur des braises. Préalablement huilé, ce gril convient pour les grosses pièces de viande. Un autre modèle est formé de deux grilles réunies par une charnière et entre lesquelles on emprisonne les aliments à griller. Les grils faits d'une plaque de fonte ou de tôle, eux, sont placés en contact direct avec la plaque ou le brûleur de la cuisinière.

L'un des éléments chauffants des fours électriques ou à gaz est un gril, ou grilloir, constitué par des brûleurs ou des éléments infrarouges situés dans la voûte, et qui fait aussi office de salamandre.

Enfin, les grils électriques indépendants agissent soit par rayonnement, grâce à une résistance, soit par contact ; ces derniers, souvent dotés d'un revêtement antiadhésif, sont constitués d'une plaque épaisse, lisse ou cannelée, ou de deux plaques à charnière.

GRILLADE Pièce de viande, généralement de bœuf, cuite sur le gril ; en principe, le mot ne s'emploie pas pour les autres aliments. La grillade est le plus souvent servie garnie de pommes de terre frites ou de légumes revenus à la poêle avec un beurre composé ou une sauce béarnaise, Choron, etc.

La grillade est aussi une pièce de viande de porc, prise le long de la palette et du carré de côtes (**voir** planche de la découpe du porc page 839). C'est un morceau rare, car il n'y en a qu'une (de 400 à 500 g) par demi-porc. Légèrement grasse, tendre et savoureuse, la grillade se caractérise par des fibres longues, que l'on cisèle dans le sens contraire avant de la cuire. On la fait poêler ou griller à feu moyen ; on peut aussi la paner, la farcir ou en faire une grosse paupiette.

GRILLE Ustensile de pâtisserie, rond ou rectangulaire, en fil de fer étamé ou en fil d'acier inoxydable, souvent doté de petits pieds. On y dépose certains gâteaux, dès leur démoulage à la sortie du four ; la vapeur s'échappe pendant qu'ils refroidissent, ce qui évite leur ramollissement. La grille est aussi un accessoire qui, placé dans un plat ou une lèchefrite, évite que la pièce à rôtir ne baigne dans son jus de cuisson.

GRILLE-PAIN Ustensile servant à faire griller des tranches de pain. Les modèles anciens sont dotés d'un long manche permettant de griller le pain sur les braises, ce qui le parfume, surtout s'il s'agit d'un pain à la mie assez aérée. D'autres modèles simples, employés sur des cuisinières, servent aussi de diffuseurs ; ils sont faits d'un treillis métallique, ou de deux plaques de tôle d'acier, dont l'une est perforée. Il vaut mieux ne pas utiliser ce modèle sur le gaz, qui donne une odeur désagréable au pain.

Les grille-pain électriques, ou toasters, sont semi-automatiques (il faut retourner le pain) ou automatiques (les tranches sont éjectées quand elles sont grillées, le degré de chaleur étant réglé par thermostat).

Le pain frais grille moins facilement que le pain rassis, et prend moins bien couleur. Qu'il s'agisse de pain de mie, de pain bis ou de pain de campagne, le pain grillé doit être consommé immédiatement.

GRILLÉ AUX POMMES Pâtisserie rectangulaire à base de compote de pomme, parfois aromatisée à la vanille, montée sur une base de pâte feuilletée et recouverte de croisillons de même pâte, que l'on fait griller au four très chaud.

GRILLER Cuire un aliment en l'exposant à l'action directe de la chaleur, par rayonnement ou par contact : braises de charbon de bois, de bûches ou de sarments ; pierre plate ou plaque de fonte très chaude ; gril. Cette technique de cuisson permet de saisir rapidement l'aliment pour lui conserver toute sa saveur (**voir** tableau des modes de cuisson page 375). Pour les viandes, en particulier, elle provoque une caramélisation superficielle des protides, le « croûtage », qui emprisonne les sucs nutritifs (pour que la viande ne saigne pas, il faut éviter de la saler ou de la piquer). Avant de poser les aliments sur le gril, on les badigeonne souvent d'huile ou de beurre fondu.

Les pièces de viande en contact avec le gril brûlant sont marquées de traits bruns ; en les faisant pivoter en cours de cuisson, on obtient un quadrillage décoratif. Si la cuisson doit être poussée à cœur, on procède d'abord au « croûtage » de la pièce à feu vif, puis on diminue l'intensité de la chaleur.

Griller des amandes effilées consiste à les placer sur une plaque, dans le four chaud, en les remuant souvent, afin de les colorer légèrement et uniformément.

GRILL-ROOM Restaurant où l'on ne sert théoriquement que des grillades. Cette expression anglaise, apparue dans les années 1890, s'applique plus particulièrement, dans les grands hôtels, à une salle de restaurant où le service est plus rapide et les plats moins élaborés que dans la salle à manger. On rencontre souvent la forme abrégée « grill ».

GRIMOD DE LA REYNIÈRE (ALEXANDRE BALTHASAR LAURENT) Écrivain et gastronome français (Paris 1758 - Villiers-sur-Orge 1837). Dernier-né d'une très riche lignée de fermiers généraux, infirme de naissance, avec une main en forme de griffe et l'autre en patte d'oie, l'enfant, repoussé par sa mère, se révolta contre sa famille et, tout en faisant des études de droit, se fit remarquer par ses extravagances.

■ **Le goût du scandale.** Alors qu'il venait d'obtenir son diplôme d'avocat, le jeune homme, qui avait publié des *Réflexions philosophiques sur le plaisir par un célibataire,* organisa un dîner mémorable, fin janvier 1783, où il convia ses invités par le faire-part suivant : « Vous êtes prié d'assister aux convoi et enterrement d'un gueuleton qui sera donné par Messire Alexandre Balthasar Laurent Grimod de La Reynière, écuyer, avocat au parlement, correspondant pour sa partie dramatique du *Journal de Neuchâtel,* en sa maison des Champs-Élysées. On se rassemblera à neuf heures du soir et le souper aura lieu à dix. » Il y avait bien au milieu de la table un catafalque, et le maître des lieux affirma à plusieurs reprises que les divers mets avaient été préparés par « des cousins de son père. »

En clamant ainsi l'extraction plébéienne de ses ancêtres paternels, Alexandre, qui était effectivement petit-fils de charcutier, ne cherchait qu'à blesser sa mère, quant à elle d'origine aristocratique, mais il parvint surtout à se faire une réputation de fou, qu'il entretint soigneusement.

Dans l'hôtel particulier de son père, il tenait salon deux fois par semaine. Féru de littérature, il accueillait aussi bien Beaumarchais, Chénier ou Restif de La Bretonne que des rimailleurs ou des écrivains publics. La seule condition pour être admis était de pouvoir boire d'affilée dix-sept tasses de café. Il ne faisait servir que des tartines beurrées avec des anchois, et, le samedi, de l'aloyau.

■ **De la retraite à l'épicerie.** À la suite d'un scandale particulièrement éclatant, la famille du jeune avocat obtint contre lui une lettre de cachet. En avril 1786, Alexandre fut envoyé dans un couvent de bernardins, près de Nancy, où il passa trois ans. C'est à la table du père abbé que Grimod découvrit l'art du bien manger, dans lequel il se perfectionna à Lyon et à Béziers, où il se réfugia ensuite.

Pour vivre, il choisit de se faire négociant. À Lyon, rue Mercière, il ouvrit un commerce d'épicerie, de droguerie et de parfumerie. Puis il parcourut longuement les foires du Midi.

Mais la mort de son père, en 1792, le rappela à Paris. Il renoua alors avec sa mère, qu'il sauva de l'échafaud, et entreprit de récupérer quelques bribes de l'héritage paternel, dont l'hôtel des Champs-Élysées, où il se remit à organiser des dîners extravagants.

■ **Une vocation de gastronome.** Grimod se tourna ensuite vers une institution nouvelle, les restaurants. C'est de cette façon que naquirent les huit numéros de l'*Almanach des gourmands,* 1804-1812, guide anecdotique et pratique de Paris, comportant un « itinéraire nutritif », qui connut un grand succès. En 1808, il publia un *Manuel des amphitryons,* pour enseigner aux parvenus du « Nouveau Régime » l'art de recevoir. Il avait en outre institué un jury dégustateur, qui délivrait aux mets et aux victuailles que lui envoyaient des fournisseurs désireux de se faire de la publicité une sorte de brevet appelé « légitimation ». Parmi les membres les plus influents de ce jury, on comptait Cambacérès, le marquis de Cussy et le médecin et gastronome Gastaldy. Le jury dégustateur dut cependant bientôt cesser de siéger, car certains jugements entraînèrent des protestations, et l'on accusa même Grimod de partialité intéressée.

Menacé de procès, il dut suspendre la publication de son almanach. À la mort de sa mère, il hérita des restes d'une immense fortune, épousa la comédienne avec laquelle il vivait depuis vingt ans et se retira à la campagne, où venaient le visiter ses amis de toujours. Il devait mourir un jour de réveillon.

GRIS DE LILLE Fromage flamand de lait de vache (45 % de matières grasses), à pâte molle et à croûte lavée (voir tableau des fromages français page 495). Il se présente sous la forme d'un pavé de 12 à 13 cm de côté et de 5 à 6 cm d'épaisseur. Durant son affinage, le gris de Lille est régulièrement plongé dans de la saumure et lavé à la bière. Aussi appelé « puant de Lille » ou « vieux Lille », il a une odeur puissante et une saveur très relevée et salée.

GRIVE Petit oiseau de la famille des turdidés, comme le merle. Il en existe en France une douzaine de variétés. Toutes sont chassées en automne et en hiver pour leur chair délicate, leur parfum dépendant de leur alimentation (baies de genièvre, graines, raisin, etc.). Trois variétés sont plus particulièrement connues : la grive musicienne est la plus fine ; la draine, plus grosse, consomme du gui, ce qui la rend un peu amère ; le mauvis, plus petit, est lui aussi très apprécié. Les grives importées d'Europe du Nord et commercialisées sont moins tendres et ont moins de goût.

Au Canada, les diverses variétés de grives, insectivores protégés, sont toutes interdites de chasse.

Les grives se préparent comme les cailles. Elles entrent dans la composition de certaines spécialités régionales, notamment de pâtés et de terrines. Elles sont souvent cuites avec des baies de genièvre.

grives à la bonne femme

Plumer, vider et brider les grives en leur donnant une forme bien ronde. Les dorer au beurre, dans une cocotte, puis ajouter de très petits lardons de poitrine et cuire de 25 à 30 min. Tailler des petits dés de pain et les frire au beurre. Les ajouter dans la cocotte au dernier moment. Arroser les grives d'un filet de cognac et de leur jus de cuisson. Servir en cocotte.

grives en croûte à l'ardennaise

Mettre à tremper une crépine de porc, puis l'essorer. Ouvrir les grives par le dos, retirer la colonne vertébrale, les côtes et le bréchet, assaisonner l'intérieur de sel, de poivre et d'un soupçon de poivre de Cayenne. Garnir chaque oiseau d'un peu de farce fine, additionnée de dés de foie gras et de truffe et de grains de genièvre écrasés, le tout salé et poivré. Reformer les grives, les envelopper une par une dans la crépine. Faire revenir dans une cocotte les os des oiseaux avec 1 carotte et 1 oignon émincés. Y ranger les grives, serrées les unes contre les autres, les arroser de beurre fondu et les cuire de 15 à 20 min au four préchauffé à 200 °C. Évider un pain rond, le beurrer et le dorer au four. Le tapisser de farce à gratin et le mettre de nouveau au four. Égoutter les grives, les déballer, les ranger dans le pain et tenir au chaud. Déglacer la cocotte avec 2 dl de xérès et 3,5 dl de demi-glace, et faire réduire. Passer au beurre quelques lamelles de truffe, les ajouter à la sauce. En napper les grives au moment de servir.

grives à la liégeoise

Plumer les grives sans les vider, les flamber au genièvre, retirer les yeux et le gésier. Les trousser en repliant et en croisant les pattes, ou les brider. Chauffer du beurre dans une cocotte, y dorer les grives uniformément, puis couvrir et cuire doucement de 20 à 25 min. Écraser finement 10 baies de genièvre et les ajouter dans la cocotte. Remuer. Frire au beurre des demi-tranches de pain de mie débarrassées de leur croûte, puis y dresser les grives et tenir au chaud. Déglacer la cocotte avec un peu de bouillon et faire réduire. Verser sur les grives et servir.

grives à la polenta

Préparer de la polenta au fromage et la verser en une couche de 3 cm d'épaisseur dans un plat à rôtir rond. Cuire des grives 15 min au four préchauffé à 240 °C. Avec le dos d'une cuillère mouillée d'eau, marquer la polenta d'autant de creux qu'il y a de grives et la poudrer de fromage râpé. Mettre un oiseau dans chaque cavité et arroser d'un peu de beurre. Remettre au four de 12 à 15 min. Arroser du jus de cuisson des grives déglacé au vin blanc.

RECETTE DE DANIEL BOUCHÉ,
AU PETIT MONTMORENCY, À PARIS

grives à la purée d'oignon au vinaigre de xérès

« Plumer et vider 8 grives. Garder les cous et les ailerons pour la préparation du fumet : éplucher 100 g d'oignons et les émincer, ainsi que 100 g de carottes ; faire chauffer 1 cuillerée à café d'huile dans une casserole et y faire revenir les os et les parures des grives avec les carottes et les oignons, 2 baies de genièvre et 1 bouquet garni ; laisser cuire le tout une dizaine de minutes, puis jeter la graisse de cuisson et ajouter 1/4 de litre d'eau, 10 g de sel et du poivre du moulin. Laisser cuire tout doucement pendant 30 min et passer au chinois. Préparer une purée d'oignon : éplucher 500 g d'oignons, les émincer ; faire fondre 50 g de beurre dans une casserole, ajouter les oignons ; couvrir et laisser cuire doucement pendant 5 min, puis ajouter 100 g de crème fraîche, le fumet passé et 1 dl de vinaigre de xérès. Laisser cuire doucement pendant 30 min, rectifier l'assaisonnement et passer dans un appareil électrique pour obtenir une purée fine. Saler légèrement les oiseaux et les faire rôtir à four chaud (260 °C) pendant 8 min. À la sortie du four, les arroser de quelques gouttes d'alcool de genièvre. Couper les grives en deux, beurrer un plat, y ranger les demi-oiseaux et verser sur le tout la purée d'oignon. Passer au four 5 minutes. »

tourte de grives à la périgourdine → TOURTE

GROG Boisson traditionnelle en hiver, faite d'un mélange d'eau bouillante, de rhum (ou de cognac, de kirsch, de whisky), de sucre (ou de miel) et de citron. À l'origine, le grog était simplement un verre de rhum allongé d'eau.

Son nom vient du sobriquet d'un amiral britannique, Vernon, dit *Old Grog* parce qu'il portait un vêtement de gros-grain (*grogram*, en anglais) : en 1776, il ordonna aux marins de son équipage de mettre de l'eau dans leur ration d'alcool.

GRONDIN Appellation usuelle de plusieurs poissons de la famille des triglidés, très répandus sur les côtes européennes (voir planche des poissons de mer pages 820 et 821) ; ce nom leur vient du bruit qu'ils émettent quand on les sort de l'eau.

Tous les grondins ont un corps cylindrique, une queue fuselée et une grosse tête cuirassée de plaques osseuses, avec un museau allongé et une large bouche. Longs de 20 à 60 cm, pesant de 100 g à 1,2 kg, ils se distinguent essentiellement par leur couleur : le grondin-perlon est rouge marbré de verdâtre ; le grondin gris est gris-brun ; le grondin rouge (ou rouget grondin) et le grondin-lyre (ou rouget camus) vont du rose au rouge, avec le ventre plus clair. Leur chair maigre, blanche et ferme, parfois un peu fade, est riche en protides, en iode et en phosphore. On les mange surtout pochés, en soupe ou en bouillabaisse, toujours soigneusement parés, avec les nageoires coupées. On peut aussi les cuire au four et même les griller, mais il faut alors les protéger, car leur peau fragile craint la chaleur trop vive.

grondins au four

Choisir 2 beaux grondins de 400 g chacun environ, les vider, les nettoyer et les éponger. Pratiquer trois incisions en biais sur leur dos en partant de l'arête centrale et y verser quelques gouttes de jus de citron. Beurrer un plat à gratin, le masquer d'un hachis fait de 2 beaux oignons, 2 échalotes et 1 petite gousse

d'ail ; parsemer de persil haché. Disposer les poissons dans le plat et les arroser de 2 dl de vin blanc et de 50 g de beurre fondu ; saler et poivrer, parsemer d'un peu de thym ; tailler des rondelles de citron et en garnir le dos des grondins ; couper et répartir dans le plat 1 feuille de laurier. Cuire 20 min au four préchauffé à 240 °C, en arrosant plusieurs fois. On peut, au moment de servir, flamber les poissons avec 4 cuillerées à soupe de pastis chauffé.

GROSEILLE Petit fruit rond du groseillier, arbrisseau de la famille des saxifragacées, rouge ou blanc, disposé en grappes de sept à vingt baies.

Originaire de Scandinavie, la groseille – appelée « raisinet » en Suisse – fut introduite en France au Moyen Âge. Elle est peu nourrissante (30 Kcal pour 100 g). Riche en acide citrique, qui lui donne sa saveur aigrelette (la blanche est plus sucrée), elle contient des vitamines et de la pectine.

Une variété rose framboise, encore plus parfumée, la groseille-raisin, dont les grains sont gros comme ceux du chasselas (récolte en août), est très appréciée pour les tartes.

On la cultive surtout dans la vallée du Rhône, en Côte-d'Or et dans le Val de Loire, mais elle devient rare sur le marché, sauf localement (récolte en juillet). Des importations de Pologne et de Hongrie fournissent des groseilles congelées pour l'industrie des confitures.

■ **Emplois.** Les groseilles se mangent nature (lavées rapidement, puis égrappées et poudrées de sucre), seules ou en salade ; on en fait aussi des sirops, des jus et des ratafias, ainsi que des entremets froids et des tartes. Leur emploi principal est toutefois la préparation des confitures et des gelées, très utilisées en pâtisserie et même en cuisine.

gelée de fruits rouges → GELÉE DE FRUIT

RECETTE DE PIERRE JULIEN

groseilles en tulipe

« À l'aide d'une spatule plate, étaler sur une plaque à pâtisserie 250 g d'appareil à tuile en cercles de 12 cm de diamètre. Les cuire à four fort jusqu'à légère coloration et leur donner une forme de tulipe en les roulant autour d'un bol. Réserver au sec. Faire tremper 1 feuille 1/2 de gélatine alimentaire dans de l'eau froide. Hacher finement 1/4 de botte de basilic. Porter à ébullition 300 g de fraises et 40 g de sucre roux. Laisser mijoter de 8 à 10 min en écrasant grossièrement les fruits à la fourchette. Incorporer la moitié du basilic, réserver au frais. Monter 3 dl de crème fleurette en chantilly, y ajouter 30 g de sucre semoule, puis, délicatement, 300 g de groseilles préalablement égrenées et le reste de basilic. Verser sur chaque assiette un peu de coulis de fraise au basilic et couronner d'une tulipe garnie de crème de groseille. Décorer de pointes de crème fraîche. »

GROSEILLE À MAQUEREAU Fruit du groseillier épineux, de la famille des saxifragacées, se présentant comme une grosse baie, soit violacée, ovoïde et duveteuse (originaire du Val de Loire, très savoureuse, donnant un jus délicieux, vendue localement en juillet), soit verdâtre, jaune ou blanche, ronde et lisse (cultivée en petite quantité en Lorraine, disponible aussi en juillet).

La groseille à maquereau est un fruit peu nourrissant (30 Kcal pour 100 g), peu sucré, riche en potassium, en vitamine C et en oligoéléments.

Les groseilles à maquereau sont produites à plus vaste échelle aux Pays-Bas et en Grande-Bretagne, où elles servent à préparer une sauce aigre-douce qui accompagne traditionnellement le maquereau (d'où leur nom), le gigot et la venaison. On les mange aussi crues, avec du sucre, et on en fait des tartes, des sorbets, des fools (voir COCKTAIL), des gelées et des sirops. On les incorpore à des puddings, des chutneys, des salades de fruits, et on les utilise en cuisine pour accompagner certains poissons et le canard.

▶ Recette : TARTE.

GROS-PLANT Cépage VDQS produit dans le pays nantais. Le vin, qui porte son nom, appelé à Cognac « folle blanche », est blanc et fringant (voir BRETAGNE).

GROUSE Nom anglais du lagopède d'Écosse, oiseau de la famille des gallinacés, proche de la gelinotte, qui se nourrit de bourgeons de bouleau, de baies de genièvre et d'airelles.

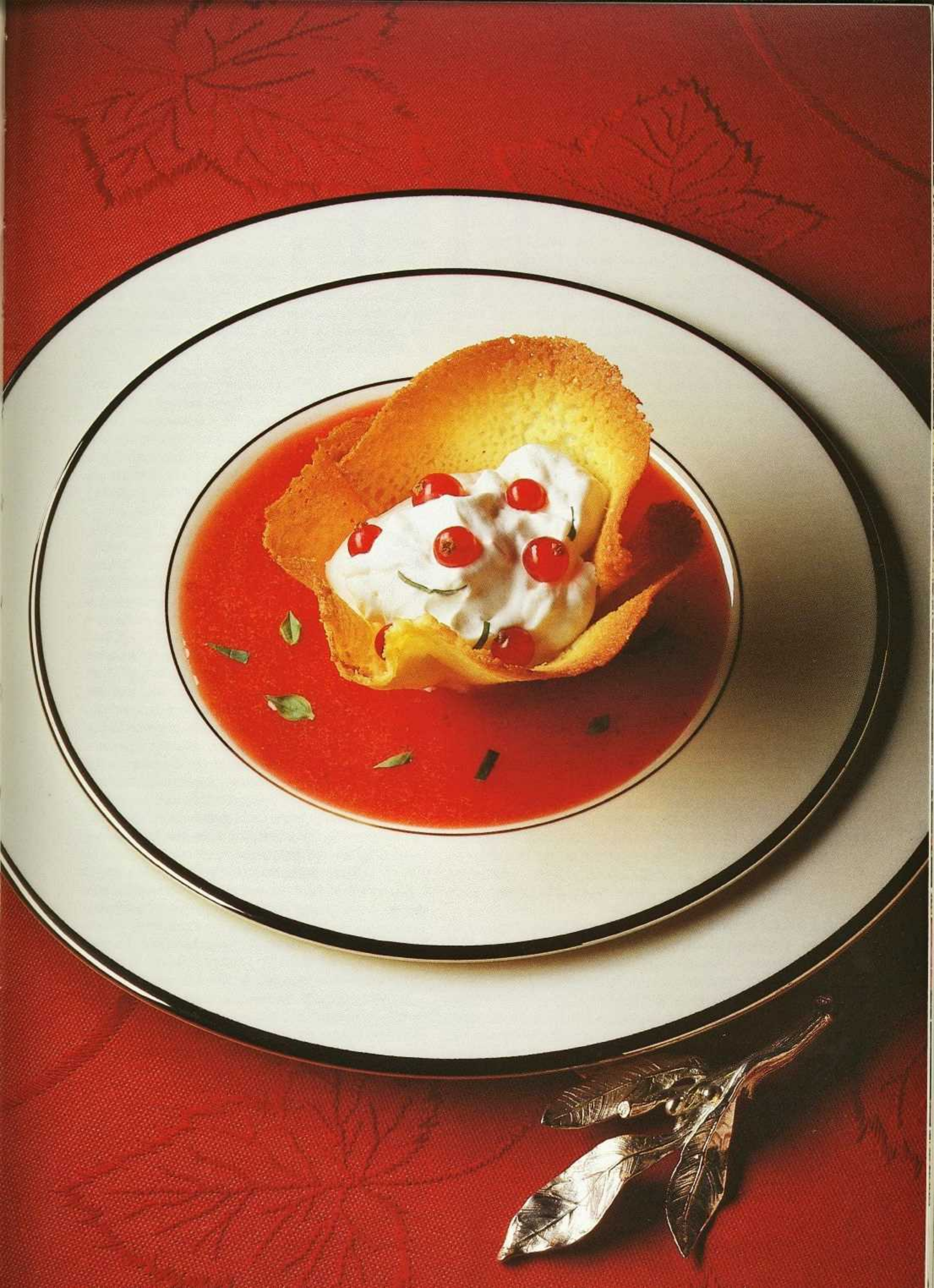
Très prisée en Angleterre et en Écosse où elle est abondante (alors que ce gibier est pratiquement inconnu en France), la grouse se mange non faisandée, préalablement trempée dans du lait, et rôtie, braisée, en pâté ou en terrine, selon son âge. Le « glorieux douze » (12 août, jour de l'ouverture de la chasse à la grouse en Grande-Bretagne) est un événement d'importance nationale.

GRUAU Nom générique des grains de diverses céréales grossièrement broyées et dépouillées de leur enveloppe par une mouture incomplète. Le gruau est aussi la partie la plus dure du grain de blé, la plus riche en gluten (élément protéique de la farine). La farine de gruau est une farine de blé supérieure, obtenue en réduisant les semoules avec des broyeurs à cylindres lisses. Le pain de gruau, ou pain viennois, a un agréable goût de noisette.

Le gruau de Bretagne est fait d'avoine concassée ; le gruau de Paris est fait de blé décortiqué ; enfin, le gruau d'orge est souvent appelé « orge perlé ».

GRUMEAU Petit fragment coagulé d'un liquide (lait, sang), ou petit agrégat qui se forme quand on délaye sans précautions une matière pulvérulente comme la farine, notamment pour les pâtes fluides (à crêpes, à frire), les bouillies, les sauces et les liaisons.

▶
Groseilles en tulipe
Recette de Pierre Julien



GRUYÈRE Fromage suisse ou français de lait de vache (45 % de matières grasses), à pâte pressée cuite et à croûte brossée et lavée (voir tableau des fromages français page 496 et étrangers page 498).

Le gruyère se présente d'ailleurs différemment dans les deux pays, sous la forme d'une meule de 30 à 45 kg en Suisse, de 20 à 60 kg en France. Il est fabriqué en Suisse dans les cantons de Fribourg, de Neuchâtel et de Vaud, et, en France, en Savoie, en Franche-Comté et en Bourgogne.

Pour les Suisses, le gruyère porte le nom des comtes de Gruyère (dont le blason était orné d'une grue), installés dans le canton de Fribourg au début du IXe siècle (en France, le gruyère suisse est d'ailleurs appelé « fribourg »).

Pour les Français, le mot viendrait plutôt de l'« agent gruyer », fonctionnaire de l'administration des eaux et forêts; qui, au Moyen Âge, percevait certains impôts sous forme de bois de coupe et de fromage.

Par une extension de sens abusive, on emploie souvent le mot, en France, pour désigner tous les fromages en grandes meules à pâte pressée cuite (beaufort, comté, emmental).

Affiné six mois en cave humide, présentant en général quelques ouvertures allant de la grosseur d'un pois à celle d'une noisette, le gruyère a une délicieuse saveur fruitée. On le consomme en fin de repas ou en sandwich, et il se prête à de multiples emplois en cuisine : en dés, en lamelles ou râpé (fondue, gratin, soufflé, croûte, croque-monsieur, salades composées, condiment des pâtes alimentaires et du riz, etc.). Il entre aussi dans la fabrication des fromages fondus appelés « crèmes de gruyère ».

GUACAMOLE Spécialité d'Amérique centrale, à base d'avocat, de tomate, d'oignon, de crème fraîche et d'épices. D'origine indienne, le guacamole s'accompagne de *totopos*, des chips de maïs.

GUÊLON Mélange composé d'œufs, de lait et de sucre, comparable à une royale sucrée. Cette préparation, parfois additionnée de crème ou de babeurre, voire de farine, permet d'enrichir les tartes aux fruits tout en assurant une liaison du jus de cuisson.

GUÉRARD (MICHEL) Cuisinier français, né à Vétheuil (Val-d'Oise) en 1933. Après avoir été chef pâtissier au *Crillon* (1957), puis consacré « meilleur ouvrier de France » pour la pâtisserie (1958), il crée *le Pot-au-Feu*, à Asnières, en 1965. Avec Jacques Manière et quelques autres, il bénéficie de la vogue de la « nouvelle cuisine » et s'installe à Eugénie-les-Bains (1974), où il obtient la troisième étoile Michelin en 1977. Il développe ses propres recherches diététiques, notamment avec une ligne de produits surgelés, et publie plusieurs ouvrages qui connaissent un immense succès.

GUEUZE Bière belge traditionnelle, moyennement alcoolisée (de 3,5 à 4,5 % Vol.), acidulée et bien fruitée. La gueuze est obtenue par l'assemblage de différents lambics, qui sont remis en fermentation dans des bouteilles champenoises pendant un an ou deux. Cette bière s'apprécie à la mode bruxelloise, avec de grandes tranches de pain tartinées de fromage crémeux et accompagnées de radis noir.

GUIGNOLET Liqueur à base de cerises (guignes et griottes) macérées dans l'alcool ; le mélange est ensuite soutiré, filtré et sucré.

Le « guignolet au kirsch », fait de cerises macérées dans du kirsch pur, est savoureux et parfumé ; plus sucré et moins alcoolisé que le cherry anglais, il se sert en apéritif. Le guignolet ordinaire est souvent amélioré par l'addition d'un peu de kirsch dans le verre : c'est le « guignolet kirsch ».

GUILLOT (ANDRÉ) Cuisinier français (Faremoutiers 1908 - 1993). Entré en apprentissage à l'âge de seize ans dans les cuisines de l'ambassade d'Italie auprès de Fernand Juteau, ancien élève d'Escoffier, il fit ensuite carrière en « maison bourgeoise » (chez Raymond Roussel, écrivain richissime et épicurien qui faisait venir ses primeurs de la Côte d'Azur en Rolls ; puis chez le duc d'Auerstedt).

En 1952, il s'installa à l'*Auberge du Vieux-Marly*, dont il fit un restaurant de haute renommée. Retiré, il a consigné son expérience dans *la Grande Cuisine bourgeoise* (1976) et dans *la Vraie Cuisine légère* (1981), sans hésiter à s'attaquer aux traditions les mieux établies.

GUIMAUVE Plante médicinale, de la famille des malvacées, au goût douceâtre, entrant dans la composition de certaines pâtes pectorales. Par analogie d'aspect, la guimauve a donné son nom à des confiseries plus ou moins élastiques et souvent colorées qui n'en contiennent pas.

– La guimauve molle est un mélange de sucres cuits, allégé, moulé, séché et souvent enrobé de chocolat.
– Le marshmallow, très apprécié dans les pays anglo-saxons, est une variante de la guimauve molle, obtenue par extrusion de la pâte à travers une filière et par enrobage d'un mélange de sucre glace et d'amidon.
– La pâte de guimauve est une dissolution de gomme battue avec du blanc d'œuf et du sucre ; parfumée et colorée, elle se présente en longs bâtons souples.

GUINGUETTE Cabaret de banlieue situé le plus souvent dans un cadre de verdure, où l'on va boire, manger et danser les jours de fête.

Au XVIIIe siècle, à Paris, les guinguettes s'échelonnaient le long de la Seine, dans le quartier des Tuileries. Leur souvenir reste surtout lié à l'époque romantique, où on les trouvait de l'autre côté des barrières de la capitale, comme celles des *Porcherons* à Sannois et du *Père la Galette*, ou encore sur les hauteurs de Belleville. La tradition survit sur les bords de Marne.

GULAB JAMUN Spécialité indienne, composée de boules à base de farine de blé et de fromage *(panir)* frites dans l'huile puis mises à mariner dans un sirop de sucre.



HABILLER Préparer, avant cuisson, un poisson, une volaille ou un gibier à plume.

• Habillage d'un poisson. Il consiste à l'ébarber, à l'écailler, à le vider et à le laver. Selon que le poisson est plat, rond, petit ou gros, et selon son utilisation, l'habillage varie : pour une « sole portion », par exemple, on n'enlève que la peau noire, tandis qu'une sole à fileter n'est pas ébarbée, mais débarrassée de ses deux peaux.

• Habillage d'une volaille ou d'un gibier à plume. Il consiste à plumer l'animal, à l'éplucher et à le flamber. Les volailles sont ensuite vidées, généralement bridées et parfois bardées, mais la préparation varie selon qu'il s'agit d'une caille, d'un canard, d'une dinde, d'un pigeon ou d'un poulet. Les gibiers à plume ne sont pas toujours complètement vidés ; bridage ou troussage, et parfois bardage complètent l'habillage.

La préparation est différente lorsque les volatiles sont découpés en morceaux, ou que l'on prélève les abattis, les blancs, les suprêmes, etc. Dans ce cas, seuls interviennent le plumage, le flambage et le vidage.

HACHER Réduire un aliment en très menus fragments, à l'aide d'un couteau ou d'un hachoir, pour obtenir un apprêt plus ou moins fin, voire pâteux (pour farces, mousses, etc.), ou pour réaliser un décor (jaunes et blancs d'œuf dur ; gelée).

HACHIS Préparation à base de viande, de poisson ou de légumes crus ou cuits, coupés en très menus fragments, utilisée comme base de farce. En cuisine, on appelle surtout « hachis » un apprêt de viande de desserte ; l'exemple le plus classique en est le hachis Parmentier, associant bœuf haché et purée de pomme de terre sous un gratin. Les pommes de terre peuvent être remplacées par une purée de légume.

Les hachis de bœuf, de mouton, de lapin ou de porc sont parfois enrichis de champignons, ceux de veau ou de volaille, de crème, de béchamel ou de sauce Mornay. Les hachis de viande servent aussi de base aux boulettes, caillettes, croquettes et fricadelles.

Les hachis de poisson sont faits avec des poissons à chair ferme comme le thon ou la morue ; il est préférable de n'employer qu'une seule espèce.

hachis de bœuf en gratin aux aubergines

Préparer et cuire la sauce comme pour le hachis à l'italienne, en ajoutant avec le bœuf une bonne cuillerée à soupe de persil haché. Dorer à l'huile des rondelles d'aubergine. Les disposer dans un plat à gratin beurré, les napper de hachis, bien égaliser la surface, poudrer de parmesan râpé et de chapelure, arroser d'un filet d'huile d'olive et gratiner au four préchauffé à 230 °C.

hachis de bœuf à l'italienne

Faire fondre 2 cuillerées à soupe d'oignon haché dans un peu d'huile d'olive et laisser à peine blondir, puis poudrer de 1 cuillerée à soupe de farine et bien remuer. Mouiller de 2 dl d'eau (ou de bouillon) et de 2 cuillerées à soupe de concentré de tomate délayées dans 1 dl de bouillon. Ajouter 1 bouquet garni et 1 gousse d'ail écrasée ; laisser mijoter 20 min. Hors du feu, retirer le bouquet garni, laisser tiédir, puis ajouter du bœuf bouilli ou braisé haché et réchauffer. Servir avec de la sauce italienne à part et des tagliatelles.

hachis Parmentier

Couper en petits dés ou hacher grossièrement 500 g de bœuf bouilli ou braisé. Chauffer 25 g de beurre dans une sauteuse et y dorer 3 oignons hachés ; poudrer de 1 bonne cuillerée à soupe de farine, la laisser blondir

et mouiller de 2 dl de bouillon de pot-au-feu. Cuire 15 min ; laisser refroidir, puis ajouter le bœuf et bien mélanger. Étaler le hachis dans un plat à gratin beurré. Recouvrir d'une couche de purée de pomme de terre, la parsemer de chapelure et l'arroser de beurre fondu ; gratiner 15 min au four préchauffé à 275 °C.

HACHOIR Ustensile manuel ou électrique, destiné à hacher la viande, le poisson, les légumes ou les herbes. Le hachoir traditionnel, également appelé « berceau », est constitué d'une large lame incurvée, munie, à chaque extrémité, d'une poignée verticale ; en le tenant à deux mains, on lui imprime un mouvement de bascule sur la planche à hacher. Il sert surtout pour les épinards, l'oseille, les salades cuites, les fines herbes. Le hachoir à vis, électrique, est équipé d'un entonnoir où l'on met les éléments, qui sont entraînés vers les couteaux par une vis et ressortent par des grilles interchangeables selon la finesse souhaitée. Le hachoir à couteau se présente comme un cylindre massif, vertical, terminé par un réceptacle de taille moyenne, où tourne le couteau ; il est couvert d'un capot transparent, doté d'un dispositif de sécurité. Il hache non seulement la viande et le poisson, mais aussi les fruits secs (amandes, noix) et les légumes crus. Il est souvent complété par des accessoires (râpe, éminceur).

HADDOCK Églefin vidé, étêté, fendu en deux dans le sens de la longueur et fumé lentement à basse température. Sa couleur orangée caractéristique est souvent renforcée à la teinture de rocou. Sa chair moelleuse, délicatement parfumée, est généralement pochée dans du lait et servie avec des pommes vapeur, des épinards en branche, parfois avec un œuf poché et nappé d'une sauce blanche à la crème.

En Grande-Bretagne, le haddock désigne l'églefin frais ; quand il est fumé, il prend le nom de *finnan haddie*. Celui-ci, poché, figure au menu du breakfast écossais, voire du *high tea* ; il est aussi consommé grillé, avec du beurre fondu, ou cuit à l'étouffée, avec une sauce au cari.

haddock à l'indienne

Faire tremper 500 g de haddock 2 ou 3 heures dans du lait froid. Préparer une sauce indienne au cari. Bien éponger le poisson, le détailler en petits morceaux carrés, retirer les arêtes. Éplucher et émincer 2 gros oignons et les faire fondre au beurre ; laisser tiédir. Ajouter les morceaux de haddock, mouiller de sauce au cari et cuire 10 min, doucement, à couvert. Servir avec du riz à l'indienne.

HAEBERLIN (MARC) Cuisinier français (Colmar 1954), fils de Paul et neveu de Jean-Pierre. Il est le représentant de la quatrième génération de l'*Auberge de l'Ill*, à Illhaeusern, propriété de la famille depuis plus d'un siècle. Après des études à l'école hôtelière de Strasbourg, il fait son apprentissage chez Lasserre, Bocuse, Troisgros, Lenôtre et à l'hôtel *Erbprinz*, à Ettlingen (Allemagne). Paul Haeberlin avait reçu la troisième étoile Michelin en 1967 ; depuis, son fils perpétue la tradition, si importante en Alsace.

HAGGIS Plat « national » écossais, fait d'une panse de brebis ou de mouton farcie avec la fressure de l'animal (cœur, foie, poumons) hachée avec des oignons, du gruau d'avoine et de la graisse de mouton. Ce mets au fumet corsé est poché deux heures au moins dans un bouillon. Il se sert avec une purée de navet ou avec les légumes du pot cuits dans le bouillon. On l'accompagne de whisky pur malt ou de bière forte.

HALÉVY Nom de deux apprêts, l'un d'œufs pochés ou mollets, l'autre de poisson poché (cabillaud, turbot). Ces apprêts, assez désuets, ont l'originalité d'associer deux sauces pour le même mets.

Les œufs sont présentés par deux, servis sur des tartelettes garnies à moitié de fondue de tomate et de salpicon blanc de volaille lié au velouté ; nappés l'un de sauce tomate, l'autre de sauce parisienne, ils sont séparés par un cordon de glace de viande.

Le cabillaud, entouré d'une bordure en pommes duchesse, est servi avec les mêmes sauces, qui le nappent en deux moitiés, tandis que le turbot, lui aussi garni de pommes duchesse, est nappé pour moitié de sauce au vin blanc et de truffe hachée, et pour moitié de sauce Nantua et de blanc d'œuf haché.

HALICOT Ragoût de mouton, aussi appelé « haricot de mouton », bien qu'il ne comporte pas de haricots, du moins à l'origine ; on en trouve d'ailleurs des recettes, au XIVe siècle, chez Taillevent, alors que ces légumes n'étaient pas introduits en France.

Le halicot comporte aujourd'hui, outre la viande coupée en morceaux, des navets, des oignons, des pommes de terre et parfois des haricots en grains.

▶ **Recette** : MOUTON.

HALLE Grand espace couvert où se tient un marché. Les grandes halles romaines s'ouvrant sur la rue présentaient déjà, selon les étages, des étalages de fruits, des jarres de vin et d'huile, des épices, des poissons, etc. Les principales halles parisiennes ont été les Halles centrales (qui remontaient à 1183, sous Philippe Auguste), la halle au blé et à la farine, de 1765, ainsi que la halle à la marée et la halle aux huîtres. Jusqu'en 1969, les Halles centrales de Paris groupèrent l'ensemble des marchés de gros de l'alimentation sous les pavillons métalliques, dits « parapluies », construits à partir de 1851, sous Napoléon III, par l'architecte Victor Baltard. Aujourd'hui, le marché en gros de l'alimentation parisienne est installé à Rungis.

HÂLOIR Local ventilé, à la température ou à l'hygrométrie strictement contrôlées, permettant de stabiliser l'humidité des fromages avant leur affinage. Ainsi, le camembert y séjourne de quatre à sept jours, le munster une dizaine de jours, les chèvres entre deux et trois semaines. C'est là que l'on ensemence les pâtes persillées, en les transperçant avec des aiguilles.

HALVA Confiserie orientale à base de graines de sésame torréfiées et malaxées en pâte fine *(tahin)*, à laquelle on ajoute du sucre cuit. Moulé en plaquettes, le halva (ou *chalwa*, ou *halwa*) est riche en matières grasses et possède un goût sucré, mais un peu amer.

HAMBURGER Bifteck haché rond et épais, constituant un élément de base du barbecue américain traditionnel. Son nom est une abréviation de *hamburger steak*, « bœuf grillé à la mode de Hambourg », qu'introduisirent aux États-Unis les colons d'origine allemande. Aujourd'hui, largement popularisé par les snack-bars et les fast-foods, il est souvent servi avec un œuf à cheval et de la sauce tomate, ou glissé dans un petit pain rond avec une feuille de salade et des rondelles de tomate. Au Canada, on l'appelle plus justement « hambourgeois ».

HAMPE Muscle en forme de bande allongée et plate, aux fibres apparentes et de couleur assez foncée, constituant le diaphragme d'un bovin adulte ou d'un cheval (voir planche de la découpe du bœuf pages 128 et 129). Débarrassée de ses membranes, légèrement aplatie et entaillée en surface, la hampe donne des biftecks longs, un peu fermes mais très savoureux. Cette pièce, badigeonnée d'huile, est grillée à feu vif et se sert très saignante. On peut aussi la faire sauter.

HARENG Poisson de la famille des clupéidés, vivant dans les eaux de l'Atlantique nord. Dépassant rarement 30 cm, le hareng a le corps fuselé, bleuâtre avec des reflets verts, et le ventre argenté. Ses grosses écailles se détachent facilement. Il a constitué une ressource alimentaire essentielle dès le Moyen Âge, surtout en Europe du Nord, où, pendant plusieurs siècles, il a joué sur le plan économique un rôle aussi important que les épices. Il est ainsi à l'origine des premières règles de droit maritime, et il a favorisé la naissance de la Ligue hanséatique. Le hareng servait à la fois de nourriture, de monnaie d'échange, de rançon et de cadeau.

■ **Emplois.** Le hareng plein, ou « bouvard », pêché avec les œufs (la rogue) ou la laitance, avant le frai (octobre à janvier), est le plus savoureux, mais le plus gras (6 % de lipides). Pêché après le frai, de janvier à mars, il est dit « guais » ou « vide » ; il est deux fois plus maigre et sa chair est plus sèche. Frais, il se prépare en papillote, au gril, à la poêle, au four, à la moutarde, farci, à la crème, etc.

Dans tous les pays nordiques, le hareng connaît une grande diversité d'apprêts : en Russie, il fait partie des zakouski, en Scandinavie des smörgasbord ; à Berlin, il est frit, puis mangé chaud ou froid ; en Norvège, on le prépare à l'aigre-doux, au vinaigre, sucré, à la moutarde et au gingembre ; en Flandre, la salade de harengs saurs et de pommes de terre tièdes est un classique, devenu bien français.

■ **Conservation.** Le hareng peut se conserver de diverses façons, la plupart du temps par salage.

– Hareng salé. Il se présente sous deux formes : petit hareng entier de Dieppe ou de Boulogne, salé sur les bateaux de pêche et étêté ; gros hareng de la Baltique, en filets épais, mis en saumure dans un tonneau.

– Hareng saur (ou pec). Salé pendant deux à six jours, il est ensuite fumé légèrement à froid, et vendu en filets, sous sachet.

– Bouffi (ou bloater). À peine salé (une journée au maximum), il est fumé entier jusqu'à devenir jaune paille ; il se conserve une dizaine de jours dans le réfrigérateur.

– Buckling. Salé pendant quelques heures, il est fumé à chaud, subissant ainsi un début de cuisson.

– Kipper. Ouvert et mis à plat, il est salé pendant une heure ou deux, puis légèrement fumé des deux côtés sur des copeaux de bois ; c'est un plat classique du breakfast en Grande-Bretagne. Il se conserve un ou deux jours dans le réfrigérateur.

– Gendarme. Salé pendant neuf jours, il est ensuite fumé pendant dix à dix-huit heures.

– Rollmops et hareng de la Baltique. Ouverts comme le kipper, ils sont marinés dans du vinaigre et des aromates, le premier roulé sur un cornichon et maintenu avec un bâtonnet de bois, le second en filet à plat.

On trouve également de nombreuses conserves de harengs en sauce (aux champignons, au citron, au raifort, à la tomate, etc.).

harengs : préparation

Si les poissons sont frais, les écailler sans les fendre sur le ventre ; les vider par les ouïes sans trop les écarter, en laissant laitance ou œufs ; les laver et les essuyer. Pour les cuire entiers, les ciseler légèrement sur le dos, des deux côtés. Pour les préparer en filets, lever ceux-ci avec une lame de couteau bien tranchante en partant de la queue, puis les parer, les laver et les éponger. Si les poissons sont saurs ou fumés, lever les filets, retirer la peau, les parer. Les faire dessaler dans du lait. S'ils sont salés, lever les filets, les faire dessaler dans du lait ou dans un mélange d'eau et de lait. Les égoutter, les parer, les éponger soigneusement.

farce de hareng saur ou de sardine → FARCE

filets de hareng marinés à l'huile

Mettre dans une terrine des filets de hareng doux fumés au feu de bois (soit le contenu d'un paquet) ; les mouiller à hauteur de lait ; couvrir et laisser tremper 24 heures au frais. Égoutter et éponger les filets. Nettoyer le récipient. Émincer 2 oignons et en disposer la moitié au fond de la terrine. Poser les filets dessus, ajouter le reste des oignons, des rondelles de carotte, quelques graines de coriandre et une demi-feuille de laurier coupée en fragments. Émietter un peu de thym. Recouvrir d'huile d'arachide ; couvrir et laisser macérer plusieurs jours dans le bas du réfrigérateur.

harengs à la diable

Vider les harengs par les ouïes, en enlevant éventuellement les œufs ou les laitances, les écailler, les laver, les essuyer à fond, les ciseler légèrement sur le dos, en trois endroits, des deux côtés. Les enduire de moutarde, les passer dans de la chapelure blanche, les arroser d'huile et les faire griller doucement. Servir à part une sauce diable, moutarde ou ravigote.

harengs marinés
Nettoyer et parer une dizaine de tout petits harengs, les poudrer de sel fin et les laisser macérer 6 heures. Éplucher et émincer 3 gros oignons et 3 carottes. Choisir un plat juste assez grand pour contenir les poissons, y étaler la moitié des légumes, ajouter un peu de persil ciselé, quelques grains de poivre, 2 clous de girofle, 1 feuille de laurier et un peu de thym, émiettés. Disposer les harengs dans le plat, les mouiller juste à hauteur d'un mélange de vin blanc et de vinaigre, et terminer par le reste des légumes. Recouvrir d'un papier d'aluminium. Porter à ébullition sur le feu, puis cuire 20 min au four préchauffé à 225 °C. Laisser les harengs refroidir dans leur cuisson, puis mettre la terrine dans le réfrigérateur.

laitances de hareng au verjus → LAITANCE

HARICOT À ÉCOSSER Légumineuse, de la famille des papilionacées, dont on ne consomme les grains que lorsqu'ils sont cuits.

Originaire d'Amérique, le haricot à écosser fit son apparition en Europe au XVIe siècle. Différentes variétés de haricot à grains apparurent au cours des siècles, ainsi que le haricot vert. Les haricots à écosser sont très nourrissants (300 KCal pour 100 g), plus riches en protéines que la viande (mais moins bien équilibrés), très riches également en sels minéraux et en vitamines.

Les haricots vendus frais dans leur cosse (voir tableau) comprennent les cocos – appelés « mogettes » dans le Poitou et en Vendée –, gros et blancs, consistants mais non farineux, qui sont très utilisés pour les ragoûts et le cassoulet, et les michelets, plus longs.

Ces haricots à écosser sont vendus frais, juste après la récolte, mais on peut les faire sécher soi-même, à l'abri de la chaleur et de l'humidité. Frais ou secs, une fois cuits, ils peuvent être accommodés au beurre, à la crème, en purée, en gratin, voire servis froids en salade, avec une vinaigrette relevée ; mais ils interviennent surtout dans des spécialités régionales (à la berrichonne, à la charcutière, à la lyonnaise, dans le cassoulet, l'estouffat, la garbure, les potées) ou des mets étrangers (chili con carne, feijoada, puchero). Tous accompagnent bien le saucisson fumé et la saucisse de Toulouse.

estouffat de haricots à l'occitane → ESTOUFFAT

haricots blancs à la crème
Cuire les haricots et les égoutter ; les chauffer doucement dans une casserole, jusqu'à réduction presque complète du jus. Couvrir de crème fraîche et réchauffer. Beurrer un plat à rôtir, y verser les haricots, poudrer de chapelure blanche, arroser de beurre fondu et gratiner au four préchauffé à 250 °C.

Caractéristiques des différents types de haricots en grains

types	provenance	époque	aspect
haricot d'Espagne	Amérique du Sud et du Nord, Europe	août-sept.	grain blanc tacheté de rouge ou rouge tacheté de noir
haricot de Lima ou pois du Cap	Amérique centrale et du Sud, Caraïbes, Afrique, Malaisie	juill.-déc. (hémisphère Nord), févr.-juill. (hémisphère Sud)	grain gros, vert ou brun pâle, parfois rayé ou teinté de rouge
haricot mungo	Extrême-Orient, Antilles	toute l'année	grain petit, vert, jaune ou brun
haricot rouge	Amérique du Nord et du Sud, Chine	août-sept.	grain à peau épaisse, plus ou moins rouge
type coco			
coco blanc	Sud-Est	juill.-sept.	grain proéminent, moyen, blanc, rond
coco paimpolais	Paimpol et sa région	mi-août-mi-nov.	cosse grosse, longue, vert jaunâtre marbrée de violet, grain gros
coco rose	Italie, Sud-Est	juin-juill. juill.-août	grain proéminent, veiné
type flageolet	Arpajon et sa région, Bretagne, Nord	août-sept.	grain moyen en forme de rognon, blanc ou vert
type lingot	Nord, Vendée	août-sept.	grain gros, allongé, très blanc
type michelet	Provence	juill.-mi-août	grain proéminent, plus petit, allongé
autres haricots secs			
pea bean	États-Unis (Ontario)	août-sept.	très petits coco blanc
rognon de coq	France, États-Unis, Amérique du Sud, Afrique	août-sept.	gros grain en forme de rognon, rouge foncé
soissons	Soissons	août-sept.	gros haricot plat, blanc

haricots à la tomate
Cuire 1 kg de haricots avec 500 g de lard maigre. Les égoutter, les mettre dans une cocotte, les lier à la sauce tomate ; sortir le lard, le tailler en dés et l'ajouter dans le récipient. Laisser mijoter une dizaine de minutes.

palette de porc aux haricots blancs → PORC

HARICOT D'ESPAGNE Variété ornementale de haricot dont on peut consommer les grains (blancs tachetés de rouge ou rouges tachetés de noir) ; on apprête aussi les gousses, lorsqu'elles sont jeunes, comme des haricots mange-tout (**voir** ce mot).

HARICOT DE LIMA Variété de haricot cultivée dans les pays tropicaux, appelée aussi « haricot du Cap », « de Siéva », « de Madagascar » ou « du Tchad ». Ses graines, généralement vertes, grosses comme des fèves, s'apprêtent comme les haricots blancs frais (**voir** HARICOT À ÉCOSSER).

HARICOT MANGE-TOUT Variété de haricot vert ou jaune (haricot « beurre »), gros et charnu, qui ne forme pas de fil (**voir** tableau page 558). Quand ils sont récoltés jeunes, les haricots mange-tout font partie des haricots filets (**voir** HARICOT VERT). Les « beurre » sont généralement plus juteux que les verts.

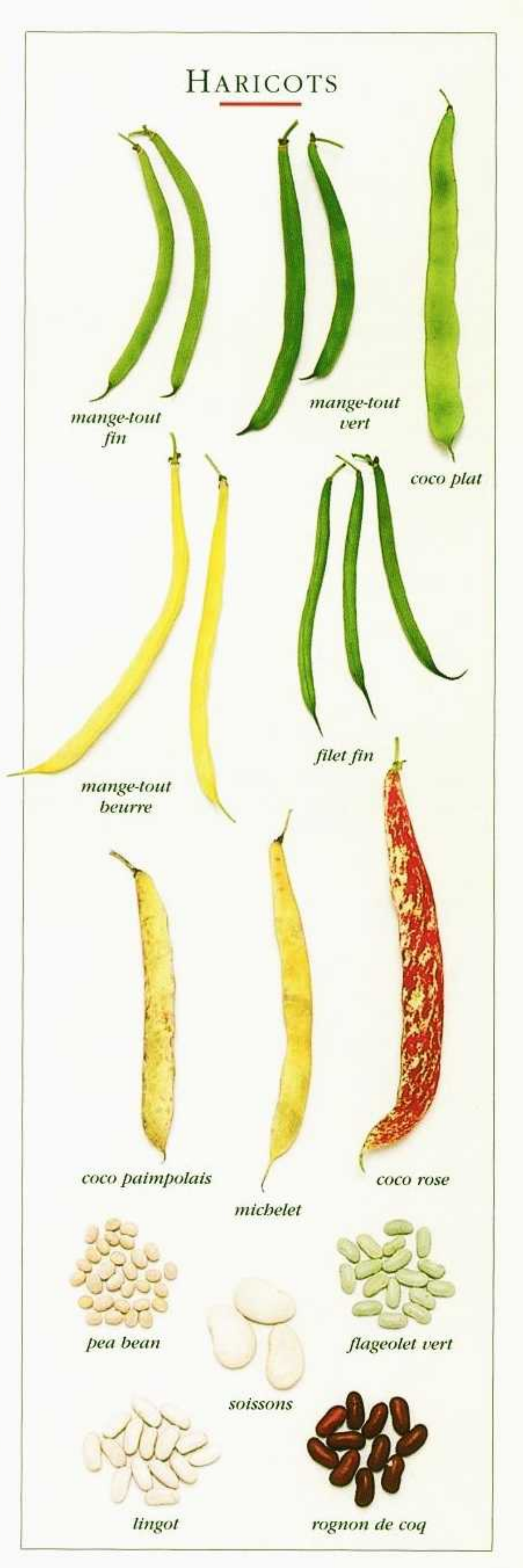
HARICOT MUNGO Variété de haricot originaire d'Extrême-Orient, à petits grains verts, jaunes ou bruns. La plupart du temps, on en consomme les germes, crus ou blanchis, comme légume d'accompagnement, en hors-d'œuvre ou dans les salades composées exotiques. On trouve ces haricots en conserve au naturel, ou frais, chez les marchands de produits orientaux.

HARICOT ROUGE Variété de haricot très consommée en Amérique, en Espagne et aux Antilles. Les haricots rouges accompagnent le chili con carne (**voir** ce mot), ragoût de bœuf typique de l'ancienne cuisine des pionniers du Texas. En France, où ils sont assez peu cultivés, on les cuisine souvent au vin rouge et au lard.

haricots rouges à la bourguignonne
Cuire les haricots (frais ou secs), avec du lard maigre, mais en remplaçant l'eau par un mélange en proportions égales d'eau et de vin rouge. Quand ils sont cuits, les égoutter sans excès et les mettre dans une sauteuse. Détailler le lard en dés, le faire doucement rissoler au beurre et l'ajouter dans le récipient. Incorporer enfin un peu de beurre manié et lier les haricots avec cette sauce.

HARICOT SEC Légumineuse produite essentiellement pour le grain sec. Certaines variétés, écossées et séchées avant leur commercialisation, sont très réputées.
– Flageolets. Très fins, blancs ou verts, peu farineux, ils sont cultivés dans la région d'Arpajon, en Bretagne

HARICOTS



et dans le Nord ; cueillis avant maturité, d'août à septembre, les flageolets verts sont également appelés « chevriers » ; ils sont vendus après avoir été séchés à l'abri, en conserve ou surgelés.

– Lingots. Gros, allongés et très blancs, ils sont produits dans le Nord et en Vendée ; le séchage leur assure une longue conservation.

Produits en moindre quantité, les soissons, les rognons de coq, les suisses blancs, les cocos blancs sont tout aussi bons. Les haricots secs, comme les haricots à écosser frais (voir ce mot), interviennent dans des apprêts régionaux typiques. Les flageolets sont une garniture classique du gigot et de la palette de porc.

haricots secs : cuisson

Faire tremper les haricots 2 heures dans de l'eau froide. Les égoutter, jeter l'eau de trempage. Les mettre dans une grande casserole, les recouvrir largement d'eau froide, porter doucement à ébullition, écumer ; saler et poivrer. Ajouter 1 bouquet garni, 1 oignon épluché et piqué de 2 clous de girofle, 1 gousse d'ail pelée et 1 carotte grattée et coupée en petits dés. Couvrir et cuire de 1 h 30 à 2 h 30 à toute petite ébullition.

blanquette d'agneau aux haricots et pieds d'agneau → BLANQUETTE

HARICOT VERT Haricot dont on mange la gousse allongée. Assez digestes, peu nourrissants et peu énergétiques (39 Kcal pour 100 g), les haricots verts contiennent 7 % de glucides et de nombreuses vitamines.

– Haricots filets. Appelés aussi « haricots aiguilles », ils ont des gousses vertes, longues et fines ; ils sont récoltés jeunes, avant que les bordures cellulosiques (les fils) ne durcissent. Bien qu'ils soient importés hors saison, ils sont toujours plus savoureux quand ils sont cueillis sur le territoire français (voir tableau).

– Haricots mange-tout (voir ce mot). Ils sont plus gros et charnus.

Il faut choisir les haricots bien verts ou jaune doré, un peu brillants, durs et cassants, de forme régulière ; pour vérifier l'absence de fils, il faut en casser un. Les haricots verts doivent être utilisés rapidement après l'achat. Il faut d'abord les effiler en brisant les extrémités, qui entraînent avec elles les fils, et en coupant les longs en deux, puis les laver et les égoutter. Ils sont toujours plongés dans l'eau bouillante, gardés légèrement croquants, avant toute autre préparation.

Les haricots verts frais se conservent par stérilisation, congélation, salage ou séchage. Les trois quarts de la production française sont mis en conserve ou surgelés.

haricots verts : conserve

• STÉRILISATION. Choisir des haricots très frais, casser les extrémités, les effiler. Les blanchir 7 ou 8 min dans de l'eau bouillante salée, les égoutter, les ranger verticalement et bien serrés dans des bocaux. Les recouvrir d'eau bouillie et les stériliser 1 h 10 à 110 °C.

• CONGÉLATION. Choisir, préparer et blanchir les haricots comme pour la stérilisation en bocaux. Les éponger, les étaler sur un plateau et les mettre à congeler. Les enfermer ensuite dans des sacs spéciaux, fermer, étiqueter et remettre dans le congélateur.

Caractéristiques des différents types de haricots verts

types	provenance	époque	aspect
haricots filets ou fins			
morgane, garonel, finbel, césar, aiguillon, etc..	Aquitaine, Anjou, Provence, ceintures vertes	juin-oct.	gousse verte, allongée, sans fil
	Kenya	sept.-juin	gousse verte, allongée, sans fil
fin de Bagnols	Sud-Est, Sud-Ouest, Val de Loire, ceintures vertes	mi-juin-mi-sept.	gousse entièrement verte, fine, assez longue
triomphe de Farcy	Val de Loire, ceintures vertes	juin-sept.	gousse verte, panachée de violet, sans fil
haricots mange-tout			
mange-tout fin			
label, talisman, delinel, tavera, faria, etc.	Sud-Est, Sud-Ouest, Bretagne, Val de Loire, Nord	juill.-sept.	gousse assez courte, moyenne, verte, sans fil
mange-tout vert			
primel, radar, argus, etc.	Espagne, Maroc	nov.-juin	gousse assez grosse, verte, sans fil
	France	juin-oct.	gousse assez grosse, verte, sans fil
mange-tout beurre			
de Rocquencourt, rocdor, etc.	France, ceintures vertes	juill.-sept.	gousse assez grosse, longue, jaune d'or
coco plat	Sud-Est	juill.-sept.	gousse courte, très plate, verte
	Espagne	oct.-juill.	gousse très plate, longue, à bouts recourbés

• Salage. Ranger les haricots blanchis et épongés dans des pots de grès, en couches séparées par un peu de sel fin. Tasser avec une planchette et charger d'un poids lourd. Avant de les cuire, les essuyer, les plonger dans une grande quantité d'eau bouillante, puis les rafraîchir dans beaucoup d'eau froide.

• Séchage. Enfiler les haricots sur des fils, en longs chapelets. Les blanchir 3 ou 4 min à l'eau bouillante, puis les éponger et les sécher au four préchauffé à 70 °C. Avant de les cuire, les laisser tremper quelques heures dans l'eau froide. Dans les régions méditerranéennes, on fait sécher les haricots au soleil, sur des claies.

haricots verts : cuisson

Couper les extrémités des haricots, les effiler et les laver rapidement s'ils sont terreux. Les plonger dans beaucoup d'eau bouillante non salée et les cuire à gros bouillons sans couvrir. Saler au bout de 10 min (10 g de sel par litre d'eau) et terminer la cuisson. Pour que des haricots frais soient cuits à point, c'est-à-dire un peu fermes sous la dent, il faut compter une vingtaine de minutes. Les égoutter et les accommoder. S'ils ne sont pas apprêtés tout de suite, les rafraîchir sous l'eau froide courante après les avoir égouttés, puis les égoutter à nouveau.

figues au cabécou en coffret, salade de haricots verts aux raisins → FIGUE
salade de haricots verts → SALADE
soupe aux haricots verts → SOUPE

HARISSA Condiment maghrébin et moyen-oriental. C'est une purée (le *tabal*) faite avec des piments, du poivre de Cayenne, de l'huile, de l'ail et de la coriandre, pilés avec du carvi et des feuilles de menthe ou de verveine séchées. Une fois prête, la harissa doit reposer une douzaine d'heures.

Dans les pays du Maghreb, elle accompagne le couscous, délayée dans un peu de bouillon, ainsi que les soupes et la viande séchée.

HÂTELET OU **ATTELET** Broche métallique surmontée d'un motif historié (coq, crustacé, lièvre, poisson, sanglier, etc.), utilisée pour présenter un plat chaud ou froid de grand style ; les hâtelets sont souvent disposés en éventail.

HAUSER (HELMUT EUGENE BENJAMIN GELLERT, DIT GAYELORD HAUSER) Nutritionniste américain (Tübingen, Allemagne, 1895 - Los Angeles 1984). Atteint de tuberculose de la hanche, il guérit grâce aux préceptes d'un médecin suisse, qui lui fit découvrir le pouvoir des « aliments vivants » : céréales, farine complète, légumes secs, levure de bière, soja, yaourt, etc.

Auteur de *Message de santé* et d'un *Dictionnaire des aliments*, il connut un extraordinaire succès mondial avec *Vivez jeune, vivez longtemps* (1950). Il y énonce plusieurs idées de base sur l'équilibre alimentaire, l'importance des fruits et des herbes aromatiques, les méthodes de cuisson qui conservent les vitamines et les minéraux.

HAUT DE CÔTE Morceau de mouton ou d'agneau faisant partie de la poitrine (voir planche de la découpe de l'agneau page 22). Le haut de côte comporte plus ou moins de graisse et convient pour le halicot de mouton, le navarin, le sauté. Avec la poitrine, après désossage et parage, il constitue l'« épigramme », que l'on grille directement ou que l'on fait cuire préalablement dans un bouillon.

Le haut de côte de veau est une partie raccourcie des côtes. On l'utilise en blanquette ou en sauté.

Le haut de côte de porc porte le nom de « travers ».

HAUTE PRESSION (CONSERVATION PAR) Moyen de conservation mis au point aux États-Unis au début du XXe siècle, et consistant à soumettre des aliments à des pressions comprises entre 3 500 et 6 000 bars (1 bar = 1 kg/cm^2) pendant cinq à trente minutes. Des produits pressurisés (jus de fruits, yaourts, produits laitiers) sont déjà en vente au Japon. La qualité hygiénique des produits en est améliorée, et le goût et la valeur vitaminique restent presque intacts.

HAUT-MÉDOC Vin AOC rouge provenant de la partie du Médoc le plus en amont de la Gironde, et regroupant les plus célèbres « châteaux » des six appellations communales (voir BORDELAIS).

HÉDIARD (FERDINAND) Épicier français du XIXe siècle. Charpentier de son état, Hédiard faisait son tour de France de compagnon, en 1853, lorsqu'il découvrit dans les ports les produits d'outre-mer. Il décida alors de les faire connaître à Paris et s'installa comme épicier, tout d'abord rue Saint-Georges, puis place de la Madeleine. Il fut le premier à vendre la cardamome de Ceylan, la vanille de Bourbon, le gombo de Turquie, l'anone des Indes, le mangoustan d'Indonésie, etc., et aussi à importer régulièrement des ananas.

HELDER Nom d'un apprêt de pièces de boucherie, sautées et dressées sur un croûton frit, bordées de sauce béarnaise serrée, garnies d'une touche de fondue de tomate et nappées d'un déglaçage au madère et au jus de veau. L'appellation désigne également une recette de côtelettes de volaille où l'on retrouve la tomate, mais avec une garniture de légumes différente.

HÉLIOGABALE (OU ÉLAGABAL) Empereur romain (204-222). Il se rendit célèbre, si l'on en croit l'*Histoire auguste*, souvent sujette à caution, par des excès de toutes sortes, notamment culinaires. Héliogabale fit donner des festins dont le service changeait de couleur chaque soir, et il raffolait des talons de chameau, des langues de paon et des crêtes de coq.

HENRI IV Nom d'un apprêt de petites pièces de boucherie ou d'abats (rognons) grillés ou sautés, garnis de pommes pont-neuf et de sauce béarnaise (d'où le nom de la préparation). Le dressage des tournedos sautés Henri IV obéit à des règles précises : cresson au milieu du plat, tournedos séparés par des pommes pont-neuf croisées deux par deux et superposées, la sauce étant disposée en cordon sur les tournedos.

Herbes aromatiques

laurier

raifort *bourrache* *fenouil* *aneth*

basilic *ciboulette* *estragon* *hysope*

tussilage *livèche* *ache des marais*

citronnelle

sauge *verveine* *mélisse* *menthe poivrée* *menthe marocaine* *petite pimprenelle*

carvi *romarin*

marjolaine

thym farigoule

thym allemand *thym-citron* *sarriette* *serpolet* *origan* *coriandre* *cerfeuil* *persil plat* *persil frisé*

L'appellation désigne aussi un suprême de volaille escalopé, sauté au beurre et dressé sur fond d'artichaut garni de glace de viande beurrée, avec une lamelle de truffe, et accompagné de sauce béarnaise.

HERBE À TORTUE Mélange de plantes aromatiques (basilic, cerfeuil, fenouil, marjolaine et sarriette), utilisé pour la « soupe à la tortue », mais servant aussi à relever la tête de veau et la langue de bœuf bouillie.

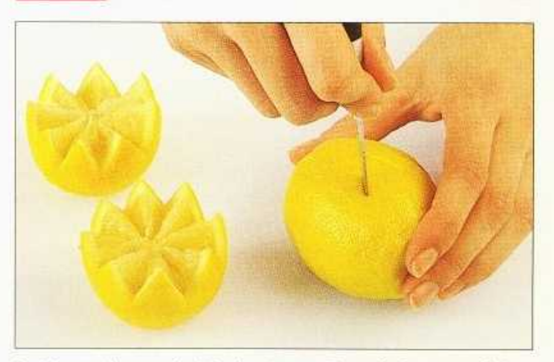
HERBES Nom générique donné à diverses plantes potagères à feuilles vertes ainsi qu'à des aromates.
– Les herbes potagères sont traditionnellement au nombre de six : arroche, épinard, laitue, oseille, poirée et pourpier. Elles figurent sous le nom d'« herbes » dans des soupes et des potages, mais connaissent bien d'autres emplois comme salade ou garniture.
– Les herbes d'assaisonnement, appelées aussi « fournitures à salade », englobent les fines herbes et les plantes aromatiques herbacées.
– Les herbes de Provence sont des plantes aromatiques (basilic, laurier, romarin, sarriette et thym, souvent mélangés et hachés, parfois séchés, et aujourd'hui déshydratés et surgelés), utilisées notamment pour parfumer les grillades.
– Les herbes vénitiennes sont un mélange d'aromates (cerfeuil, estragon, persil) et d'oseille, finement haché et incorporé à un beurre manié.
– L'appellation « herbes » s'applique dans le langage courant à diverses plantes culinaires : herbe à âne (sarriette), herbe au citron (mélisse), herbe aux couronnes (romarin), herbe dragon (estragon), herbe à Maggi (livèche), herbe royale (basilic), herbe sacrée (hysope), herbe de Saint-Pierre (criste-marine), etc.
▶ **Recettes** : BOUILLON, GNOCCHIS, LANGOUSTE, LOTTE DE MER, NAGE, RAVIOLIS, SALADE, VINAIGRE.

HÉRISSON Mammifère insectivore, de la famille des érinacéidés, dont on distingue en France deux variétés, le hérisson-chien et le hérisson-cochon (seul comestible) ; sa chair a un goût plus fort que celle du lapin de garenne. Bien qu'il soit protégé, il fait partie de la cuisine gitane. Pour le rôtir, les gitans l'enveloppaient de glaise et le cuisaient dans un trou garni de braises ; lorsque l'argile était durcie, ils la cassaient, et les piquants restaient dedans. Il leur arrivait aussi de faire mariner l'animal avant d'en faire un civet. Le « niglo » à la gitane s'accompagnait d'une purée de pomme de terre cuite au vin rouge avec des lardons.

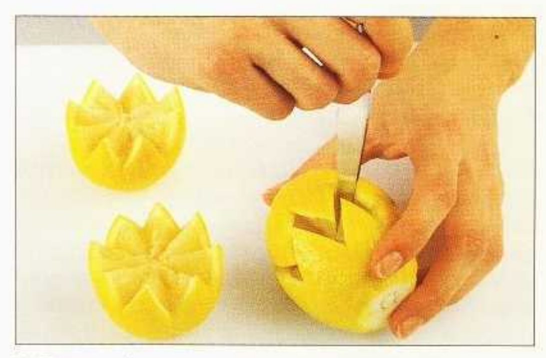
HERMITAGE Vin AOC rouge ou blanc des Côtes du Rhône septentrionales, un des plus justement réputés, produit sur les coteaux dominant la ville de Tain-l'Hermitage (voir RHÔNE).

HERVE Fromage belge de lait de vache (45 % de matières grasses) à pâte molle et à croûte lavée, ocre rose (voir tableau des fromages étrangers page 498). Le herve, dont la marque est protégée, se présente sous la forme d'un cube de 5 à 10 cm de côté. Il a une saveur douce après six semaines d'affinage, mais très relevée après huit semaines.

Historier un citron



1. *Couper les extrémités du citron. Tenir le fruit couché et, de l'autre main, mettre le couteau dans la position d'un stylo. Pratiquer avec la pointe de la lame des incisions en forme de dentelure.*



2. *Traverser le citron jusqu'au centre et séparer les moitiés. Un citron ainsi présenté est historié « en dents de loup ».*

HISTORIER Transformer un élément de présentation avant de le mettre en place pour décorer un plat. Il s'agit surtout de citrons ou d'oranges découpés en dents de loup, transformés en paniers ornés d'une lanière d'écorce formant ruban, etc.

Les têtes de champignon historiées sont tournées ou cannelées.

D'une manière plus générale, l'historiage désigne le décor d'un plat enjolivé de petits ornements, notamment un mets nappé de gelée ou de sauce chaud-froid, à la surface duquel on fixe, simplement avec une légère couche de blanc d'œuf, des détails de truffe ou de langue écarlate.

Enfin, on qualifie d'« historiés » des moules métalliques comportant des motifs en relief.

HOCHEPOT Pot-au-feu des Flandres, où peuvent intervenir les oreilles et la queue de porc, la poitrine et la queue de bœuf, l'épaule de mouton, le lard salé et tous les « légumes du pot ». Mais c'est souvent la queue de bœuf qui en est l'élément carné essentiel, parfois même unique. Les légumes sont servis entiers ou en purée.

Dans les campagnes flamandes, le hochepot était autrefois un plat fait de viande hachée, de navets et de châtaignes, cuits dans un pot de terre avec du bouillon.

hochepot de queue de bœuf

Blanchir 2 queues de bœuf écorchées et détaillées en tronçons, 3 beaux pieds de porc coupés, 2 oreilles de porc entières. Rafraîchir et mettre en marmite de terre vernissée. Mouiller largement d'eau froide. Porter à ébullition, écumer. Assaisonner de gros sel et de poivre en grains. Cuire 2 heures à feu doux. Ajouter 1 petit chou pommé divisé en quartiers et blanchi, 2 poireaux, 2 branches de céleri, 1 oignon piqué d'un clou de girofle, des gousses d'ail, des baies de genièvre, 4 carottes, 4 navets, 1/2 céleri-rave, tournés en grosses olives. Cuire encore 2 heures. Servir le bouillon avec du pain grillé, les queues de bœuf et les pieds de porc, entourés de leurs légumes. Détailler en lanières les oreilles de porc et les disposer sur les légumes.

HOLLANDAISE (À LA) Se dit d'œufs pochés, de légumes cuits à l'eau (artichaut, asperge, bette, chou) ou de poissons pochés, servis avec une sauce hollandaise (à part ou en nappage), ainsi que d'apprêts inspirés de la cuisine hollandaise, tels les œufs « en tasse ».
▶ **Recettes** : CAROLINE, GAUFRETTE.

HOLLANDAISE (SAUCE) Sauce émulsionnée chaude. Plusieurs autres sauces en sont dérivées : chantilly (ou mousseline), maltaise, mikado ou moutarde, selon les ajouts (crème fraîche, jus et zeste d'orange ou de mandarine, moutarde blanche). Elle accompagne les poissons cuits au court-bouillon et les légumes à l'anglaise. Pour la réaliser, il faut utiliser une sauteuse en cuivre bien étamé ou en acier inoxydable, car l'aluminium fait virer la sauce au verdâtre. Très sensible à tout excès de chaleur, la sauce hollandaise se réserve au bain-marie juste tiède. Si elle tourne, on la remonte en lui incorporant progressivement une cuillerée d'eau, chaude si la sauce est froide, froide si la sauce est chaude.

sauce hollandaise

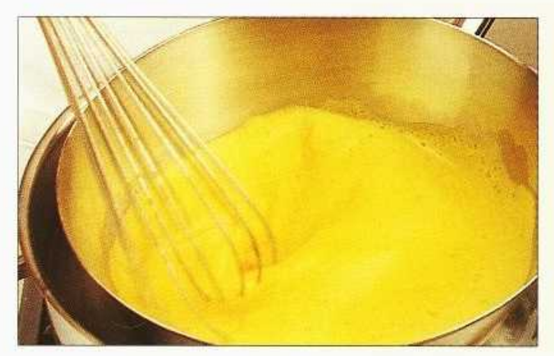
Verser 2,5 cl d'eau dans une casserole, ajouter 1 pincée de sel et 1 pincée de poivre mignonnette. Mettre le fond de la casserole au bain-marie pour le tiédir légèrement. À part, faire fondre 500 g de beurre sans le laisser chauffer. Délayer 5 jaunes d'œuf avec 1 cuillerée à soupe d'eau et verser dans la casserole d'eau tiédie. Monter la sauce au fouet en maintenant le récipient dans le bain-marie. Dès que les jaunes ont la consistance d'une pommade, incorporer progressivement le beurre fondu sans cesser de fouetter et, peu à peu, 2 cuillerées à soupe d'eau. Rectifier l'assaisonnement et ajouter 1 cuillerée à soupe de jus de citron. Passer éventuellement la sauce à l'étamine.

HOLLANDE (FROMAGES DE) Nom donné en France aux fromages provenant des Pays-Bas (édam, gouda, mimolette). Lorsqu'ils sont d'origine, ces fromages portent toujours, sur une plaque de caséine incrustée dans la croûte, la mention « Holland ». Un traité de commerce conclu en 1935 par les Pays-Bas et la France protège l'appellation « fromage de Hollande ».

Confectionner une sauce hollandaise



1. *Mélanger l'eau et les jaunes d'œuf à raison d'une petite cuillerée à café d'eau par jaune. Mettre les jaunes dans la sauteuse contenant de l'eau tiédie. Les monter au bain-marie jusqu'à ce qu'ils deviennent mousseux.*



2. *Bien mélanger au fouet en faisant le tour de la sauteuse. Le fond doit apparaître à chaque tour. La sauce va prendre peu à peu la consistance d'une crème.*



3. *Hors du feu, verser sur les jaunes le beurre clarifié et décanté. Mélanger intimement. Passer la sauce à l'étamine ou au chinois.*

HOMARD Crustacé marin, décapode (dix pattes) de la famille des homardidés, qui vit dans les eaux froides (voir planche des crustacés pages 368 et 369) ; on le dit « marcheur », mais il peut aussi nager assez vite, à reculons. C'est le plus gros, le plus fin et le plus recherché des crustacés. Il mesure en général 30 cm environ, pour un poids de 300 à 500 g, mais certains spécimens atteignent 75 cm. Il fournit une chair peu grasse (90 Kcal pour 100 g), riche en protéines et en sels minéraux, mais dense et un peu difficile à digérer.

Le homard est doté d'une épaisse carapace, ou test. Sa petite tête pointue porte de longues antennes rouges. L'abdomen possède sept anneaux remplis d'une chair blanche et dense, et se termine par une nageoire caudale en éventail. La première paire de pattes porte des pinces puissantes, qui constituent des armes redoutables et sont très charnues. Le thorax, ou coffre, renferme une partie crémeuse, le corail, souvent utilisée en liaison dans les apprêts du homard en sauce.

■ **Variétés.** Jadis très abondant sur les côtes bretonnes, le homard s'y fait plus rare. On distingue le homard européen, d'Angleterre et de Norvège, bleu violacé ou verdâtre, très apprécié, le homard d'Amérique, pêché sur les côtes orientales du Canada et du Massachusetts, et le homard du Cap, plutôt marron.

Tous ont dû être protégés. Des expériences d'élevage ont été entreprises dès les années 1850, des deux côtés de l'Atlantique, mais le homard reste un mets d'exception.

■ **Emplois.** À l'achat, le homard vivant ne doit porter ni traces de combat ni mutilations (notamment des pattes), surtout s'il doit être poché.

La femelle est habituellement plus lourde et plus avantageuse que le mâle de même taille, bien que celui-ci passe pour avoir un goût plus fin.

Le homard poché est cuit vivant, dans de l'eau bouillante où on le plonge entier – il devient alors rouge cardinal –, bien attaché pour qu'il ne se débatte pas (la chair est ainsi plus onctueuse). Pour les autres modes de cuisson, il est découpé, vivant également. Dans tous les cas, il faut retirer la poche à graviers (à la naissance de la tête) et les intestins (sous la queue).

Ses apprêts, très réputés, sont nombreux, et font partie des recettes les plus classiques de la gastronomie française. On en fait aussi des coquilles, des salades, des aspics ainsi que des croquettes, des soufflés, des mousses, des garnitures de riz pilaf.

aspic de homard → ASPIC
aumonières de homard aux morilles → MORILLE
bordure de farce de poisson aux médaillons de homard à l'américaine → BORDURE
canapés au homard → CANAPÉ
civet de homard → CIVET
coquilles froides de homard → COQUILLE

RECETTE D'OLIVIER ROELLINGER,
LES MAISONS DE BRICOURT, À CANCALE

homard à l'américaine

« Détachez les pinces de 2 homards vivants de 800 g, coupez les queues en 3 tronçons et les coffres en deux dans le sens de la longueur. Réservez les coraux, les intestins et le sang. Mettez dans une cocotte 1 grosse noix de beurre et faites-y bien revenir à feu vif les

Découper un homard à cru



1. *Laver et brosser le homard. Le poser à plat, tête vers soi. L'insensibiliser en enfonçant le couteau entre les deux antennes. D'un geste vif, séparer la tête de l'abdomen.*



2. *Après avoir détaché les deux pinces, couper la tête en deux dans le sens de la longueur.*



3. *Enlever la poche à graviers à l'aide d'une cuillère à café. Retirer le corail et le réserver.*



4. *Tronçonner l'abdomen en suivant les articulations de la carapace, en veillant bien à ne pas la briser.*

tronçons de homard légèrement salés, en remuant avec une spatule de bois. Après 4 ou 5 min, sortez-les et cuisez les pinces 5 min. Sortez-les. Enlevez la graisse, puis ajoutez 6 échalotes émincées, 1 carotte en rondelles, 6 tomates en morceaux et 1 pointe de poivre de Cayenne. Laissez suer 2 ou 3 min, puis versez 4 cl de whisky, sans le flamber. Mélanger, puis verser 20 cl de vin blanc un peu rond et 20 cl d'eau. Portez à ébullition, ajoutez les coffres et laissez cuire 45 min. Mélangez les coraux avec 100 g de beurre ramolli et 4 cl de cognac. Salez et poivrez, mélangez et tamisez. Passez la sauce américaine au chinois, puis réservez-la dans la cocotte. Sur feu très doux, incorporez petit à petit les coraux. Mettez les tronçons de queue et les pinces dans la sauce et réchauffez doucement de 4 à 5 min. Pour servir, cassez les pinces, dressez les morceaux dans une soupière et nappez avec la sauce. »

RECETTE DE MICHEL MIOCHE

homard breton aux angéliques

« Préparer une julienne de carotte, céleri et poireau, et la cuire dans un peu de beurre, sans trop mouiller. Couper dans des bâtons d'angélique confite une julienne, des petits dés, et quelques losanges pour la décoration, et les blanchir rapidement. Mélanger l'eau des deux cuissons et y ajouter 1 oignon haché, 1 bouquet garni, quelques grains de poivre et 1 verre de xérès. Y cuire de 8 à 10 min 4 homards de 400 g. Les sortir, les décortiquer entièrement et casser les pinces. Préparer un beurre blanc ou une sauce hollandaise, et lui incorporer les dés d'angélique. Disposez dans chaque assiette creuse chaude un lit de julienne de légumes et d'angélique, puis les morceaux de homard et les pinces entières. Napper quelques morceaux de beurre blanc ou de hollandaise, faites briller les autres, ainsi que les têtes en carapace, avec un peu de beurre clarifié. Décorer avec les losanges d'angélique. »

homard cardinal

Cuire un homard au court-bouillon. L'égoutter, le laisser tiédir. Préparer une sauce homard. Nettoyer 750 g de champignons, les couper en dés et les étuver au beurre. Couper des truffes en dés. Fendre le homard dans le sens de la longueur. Retirer la chair de la queue et la détailler en escalopes d'égale épaisseur. Détacher les pinces, en sortir délicatement la chair, la détailler en petits dés et lui ajouter les dés de champignon et de truffe. Lier de sauce homard. Garnir de ce salpicon les moitiés de carapace. Dresser les escalopes sur le dessus, en les séparant par des lames de truffe. Napper de sauce homard. Poudrer de fromage râpé. Arroser de beurre fondu. Disposer les moitiés de homard, en les calant bien, sur une plaque, et gratiner à four vif.

homard au court-bouillon

Préparer un court-bouillon avec 2 litres d'eau, 2 carottes moyennes, 1 navet moyen, 1 blanc de poireau et 1 branche de céleri, coupés en petits dés, 1 gros bouquet garni, 1 oignon piqué de 2 clous de girofle, 1 petite gousse d'ail, 1/2 litre de bon vin blanc sec, 1/2 verre de vinaigre de vin, du sel, du poivre et 1 pointe de poivre de Cayenne. Porter à ébullition et laisser frémir 30 min. Plonger un homard dans ce court-bouillon bouillant et le cuire à petite ébullition (8 min pour un homard de 400 g, 10 min pour un homard de 1 kg). L'égoutter. Le ficeler sur une planchette pour lui conserver une forme régulière et le laisser complètement refroidir. S'il pèse de 400 à 500 g, le fendre en deux et présenter les deux moitiés. S'il est plus gros, détacher la queue, en retirer la chair et la couper en médaillons, fendre le coffre en deux, détacher et casser les pinces. Présenter les médaillons sur la carapace de la queue et placer les deux moitiés de coffre pour reconstituer l'animal. Garnir avec les pinces. Servir avec une mayonnaise.

homard grillé

Préchauffer le four à 225 °C. Plonger deux homards de 400-500 g 1 min dans de l'eau bouillante. Les sortir et les couper en deux dans le sens de la longueur. Retirer la poche à graviers de la tête et les intestins de la queue. Retirer le corail verdâtre et le mélanger avec 2 cuillerées de crème fraîche épaisse, 1 jaune d'œuf, 1 bonne pincée de paprika, du sel, du poivre, 1 cuillerée à café de xérès et 1 petite pincée d'herbes de Provence ou de basilic frais haché. Mixer légèrement le tout. Assaisonner les homards de sel et de poivre et les disposer dans un plat à rôtir, carapace vers le fond. Les napper d'un peu de la préparation au corail et les enfourner 1 min. Renouveler l'opération deux ou trois fois : les homards doivent cuire 8 min en tout. Dresser 2 moitiés de crustacé par assiette et servir éventuellement avec 1/2 fenouil braisé avec un peu de safran et de tomate concassée, ou avec des brocolis.

homard à la Newburg

Laver et brosser 2 homards vivants de 500 g et les détailler en tronçons réguliers comme pour la préparation à l'américaine ; retirer et conserver les parties crémeuses du coffre ; saler et poudrer légèrement de paprika. Chauffer 75 g de beurre dans un plat à sauter et y dorer les morceaux de homard en remuant avec une spatule de bois ; les retourner, puis les cuire 10 min à couvert. Ôter le beurre du plat, mouiller de 3 dl de xérès et faire réduire à feu vif. Ajouter 3 dl de fumet de poisson et 3 dl de velouté, puis cuire 15 min encore, à couvert. Retirer les tronçons de homard et les dresser, décortiqués ou non, dans un plat creux ou une timbale. Ajouter 4 dl de crème fraîche à la cuisson. Lorsque la sauce nappe la cuillère, y incorporer les parties crémeuses du coffre passées au tamis fin et mélangées à 100 g de beurre frais ; fouetter vivement et verser sur le homard.

▶ *Homard grillé*



RECETTE DE JEAN ET PAUL MINCHELLI

homard sauté à l'orange

« Fendez en deux un homard breton vivant de 450 à 650 g. Retirez la poche à graviers près de la tête et réservez le sang, le corail et les intestins. Détachez les pinces, cassez-les avec précaution, salez-les et faites-les revenir dans de l'huile avec 2 gousses d'ail écrasées et une pointe de cayenne. Mélangez bien, puis ajoutez de l'huile à hauteur ; tenez à feu doux. Passez au tamis et réservez. Émincez 4 échalotes grises et 1 oignon moyen ; effeuillez 3 branches d'estragon frais. Partagez 1 orange non traitée en deux, coupez-en une moitié en gros dés et réservez l'autre. Dans une sauteuse allant au four, chauffez 4 cuillerées à soupe de l'huile de homard obtenue précédemment ; ajoutez les échalotes, l'oignon, les dés d'orange et 2 branches d'estragon. Faites revenir vivement, puis repoussez le tout sur le pourtour du récipient. Disposez dans la partie dégagée les deux moitiés de homard, chair contre le fond. Laissez raidir 3 min, puis pressez au-dessus la demi-orange réservée. Retirez du feu, allumez le gril du four, retournez les moitiés de homard et disposez les pinces autour. Passez au mixeur le corail et les intestins avec 2 cuillerées à soupe de crème fraîche. Ajoutez le sang, 1 cuillerée à soupe de cognac, 1 pointe de curry et 1 pincée de cayenne et les feuilles d'une branche d'estragon. Mélangez bien au mixeur, puis remplissez la tête du crustacé avec cette sauce. Mettre la sauteuse 2 ou 3 min sous le gril et servez aussitôt. »

RECETTE DE JOËL ROBUCHON

homard aux truffes et châtaignes en cocotte

« Plonger 2 homards bretons femelles de 450 g chacun 1 min dans de l'eau bouillante. Séparer les queues des têtes ; tronçonner chaque queue en 4 morceaux. Détacher les pinces et les décortiquer. Mélanger 50 g de beurre avec le corail tamisé. Saisir les têtes de homard concassées dans de l'huile d'olive très chaude. Ajouter 1 échalote et 1 gousse d'ail hachée, 1 cuillerée à café de concentré de tomate, 1 brindille de thym, 1 branche d'estragon, du sel et du poivre. Mouiller à hauteur d'eau froide, porter à ébullition et cuire 10 min à couvert, à frémissement. Presser fortement pour récupérer le jus. Dorer 10 châtaignes épluchées dans du beurre. Verser 1 dl de bouillon de volaille et ajouter 1 bouquet garni. Cuire au four à couvert et faire glacer. Assaisonner de sel, poivre et curry les tronçons de homard. Les saisir dans une poêle à l'huile d'olive très chaude, sans les cuire. Les retirer et mettre dans le récipient 20 g de dés de truffe. Mouiller du fumet de homard et porter à ébullition. Mettre les tronçons de homard dans une cocotte avec les pinces, ajouter 10 feuilles de basilic, 1 gousse d'ail, 1 anis étoilé, 1 branchette de romarin, le fumet avec les truffes, le beurre de corail et les châtaignes. Couvrir la cocotte, la luter avec de la pâte, dorer à l'œuf battu et cuire 10 min au four à air pulsé préchauffé à 240 °C. Servir dans le récipient de cuisson dès la sortie du four. »

panaché de homard et d'écrevisses au caviar → PANACHÉ
papillotes de homard et de coquilles Saint-Jacques → PAPILLOTE
salade de homard breton → SALADE
salpicon à l'américaine → SALPICON

HOMOGÉNÉISATION Technique consistant à faire éclater, sous forte pression, les globules de la matière grasse du lait en très fines particules ; celle-ci se trouve alors répartie de manière homogène et ne remonte pas à la surface.

L'homogénéisation facilite le traitement thermique de conservation du lait (pasteurisation, stérilisation) et évite le dépôt de crème le long des parois des emballages. Elle rend en outre les globules gras plus digestes.

HONGRIE La cuisine hongroise puise ses racines dans les antiques traditions des Magyars nomades, qui se nourrissaient d'aliments conservés, permettant des apprêts faciles et rapides, lors des haltes. Un exemple typique de cette survivance est le *tarhonya*, préparation séchée à base de farine et d'œufs, en forme de pois secs, que l'on consommait jadis bouilli avec de la viande séchée, et qui constitue aujourd'hui une garniture courante des plats en sauce.

■ **Au royaume du paprika.** Dans la cuisine moderne dominent le saindoux et le lard, l'oignon et la crème aigre. Mais c'est bien le paprika (qui ne fut pourtant introduit qu'au XVIIIe siècle) qui y règne en maître, qu'il soit extradoux ou rose, dans quatre apprêts de base typiques : le goulache (soupe de bœuf aux oignons), le pörkölt (comparable, mais avec une viande plus grasse), le tokany (ragoût de viande en fines lamelles) et le paprikache (ragoût de viande blanche ou de poisson).

Un déjeuner hongrois commence souvent par une soupe épaisse, aromatisée au cumin, à l'ail et au paprika, par un farinage (*tarhonya* rissolé au saindoux, *galouchka*, petits gnocchis de farine, ou nouilles avec des assaisonnements salés ou sucrés, voire raviolis à la confiture de quetsche), ou encore par le *lecso*, sorte de ratatouille de poivrons, de tomates et d'oignons, additionnée de lardons ou de tranches de saucisson.

Le poisson de rivière occupe une place de choix, soit en soupe, soit en gelée, en filets au court-bouillon, en ragoût ou au four ; poivrons verts et lardons y sont souvent associés, ainsi qu'aneth, champignons et crème.

Le fogoche du lac Balaton mérite une mention à part. Étrangement inconnu ailleurs, ce voisin du sandre, à la chair très fine, est servi entier, grillé ou poché au vin blanc.

Les écrevisses sont souvent apprêtées en ragoût, au paprika ou à la crème, pour garnir crêpes et feuilletés. Le foie gras est lui aussi couramment cuisiné.

■ **Des noms prestigieux.** La cuisine hongroise aime à baptiser ses mets de noms prestigieux de l'art ou de l'histoire, comme la poule au pot « Ujhazi » (acteur célèbre), les œufs en gelée sur une macédoine à la rémoulade et à l'aneth, dits « Munkacsy » (grand peintre du XIXe siècle), les œufs pochés sur un pörkölt d'œufs de carpe « à la Kapisztran » (en souvenir du moine franciscain Capistrano, héros de la défense contre les Turcs) et le gâteau « Rigo Jancsi » (célèbre violoniste tzigane), délicieux pavé fourré de mousse au chocolat et glacé au chocolat.

Toutes les viandes sont cuisinées au paprika, mais il faut citer quelques plats qui n'en comportent pas : la choucroute, aromatisée à l'aneth, et les grillades *(fatanyeros)*, associant filet de bœuf, escalope de veau, côte de porc et lard fumé avec des crudités. L'entrecôte braisée à la marjolaine, à la tomate et au cumin, garnie de poivrons et de semoule, est également typique. Les côtes de porc connaissent les apprêts les plus variés, où dominent le saindoux et la tomate. Ces mets riches et consistants sont souvent accompagnés de salades variées (betterave au cumin et au raifort, concombre au sel, laitue à la vinaigrette, poivron vert frais ou mariné).

Les légumes aussi sont relevés de paprika, entre autres les asperges gratinées à la crème, les champignons en ragoût et les pommes de terre, omniprésentes. La crème aigre parfume les haricots verts, le chou à l'estragon ou la courge à l'aneth.

La pâtisserie regroupe les rissoles ou les crêpes fourrées (notamment au fromage blanc, à la confiture et aux noix pilées), les beignets soufflés, les tartes et les quenelles au fromage blanc, et surtout le retes aux variations multiples, cousin du Strudel, que l'on peut farcir de pommes, de cerises, de graines de pavot, de griottes, de noix, mais aussi d'appareils salés.

Enfin, la *dobostorta*, un grand classique, est faite de sept abaisses en biscuit de Savoie, séparées par des couches de crème au chocolat, et glacée d'une épaisse couverture au caramel.

■ **Vins.** La Hongrie est traditionnellement considérée comme la plus grande nation viticole de l'Europe de l'Est. Le vignoble a été terriblement éprouvé à la fin du siècle dernier par le phylloxéra d'abord, puis par le mildiou ; il a été patiemment reconstitué avec des plants américains, comme en France, et la moitié de sa superficie a été sablée pour repousser les pucerons du phylloxéra.

Ce vignoble est aujourd'hui divisé en quatre grandes régions : la Grande Plaine, la Transdanubie du Nord, la Transdanubie du Sud et la Hongrie septentrionale. On y produit pour 70 % des vins blancs, issus de cépages hongrois (furmint et hárslevelü) ou européens (riesling italien, sylvaner, traminer, pinot blanc, sauvignon, etc.).

Les vins rouges sont surtout faits avec du kádárka, du pinot noir, du kekfrankos, du médoc noir et du cabernet. Tous les vins sont vendus sous l'appellation de leur région, souvent suivie du nom du cépage.

Le plus connu des vins blancs de « qualité supérieure » est celui de la région de Tokaj, le tokaji, mondialement connu sous le nom de « tokay » ; d'autres blancs sont dits « d'excellente qualité », comme certains rouges, dont l'egribikavér (« sang du taureau d'Eger ») et le villanyi-burgundi. La Grande Plaine produit la majorité des vins de qualité courante. Les Hongrois, grands buveurs de vin, consomment près des quatre cinquièmes de leur production.

HONGROISE (À LA) Se dit, d'une manière générale, des apprêts où intervient le paprika.

La sauce hongroise est à base d'oignon, de paprika et de vin blanc, additionnés de velouté ; selon ses emplois spécifiques, elle est complétée avec de la sauce Mornay (pour les œufs), du fumet réduit et monté au beurre (pour les poissons), de la demi-glace (pour des pièces de boucherie), du velouté ou de la sauce suprême (pour de la volaille).

La garniture hongroise pour pièces de boucherie est composée de boules de chou-fleur nappées de sauce Mornay au paprika, avec du jambon haché et gratinées, accompagnées de pommes de terre.

▶ **Recettes** : BŒUF, CÈPE, FRICANDEAU, PÂTÉ, SAUCE, SOUPE.

HORACE (QUINTUS HORATIUS FLACCUS) Poète latin (65 av. J.-C. - 8 av. J.-C.). Ami de Virgile et de Mécène, il fut l'un des favoris d'Auguste. Épicurien délicat et artiste raffiné, soucieux de perfection littéraire, il préférait les joies simples de la campagne au tumulte de Rome. Les *Odes* d'Horace sont une grande source de renseignements sur les vins romains, dont le poète faisait une consommation fréquente : il savait comparer leurs qualités respectives et estimer le degré de vieillissement qui leur convenait.

HORS-D'ŒUVRE Premier plat d'un repas. Étant, par définition, « en dehors du menu », le hors-d'œuvre doit mettre en appétit, mais sans être trop riche. Il est parfois confondu avec les amuse-gueule, et se compose alors d'un assortiment varié.

En cuisine, on distingue les hors-d'œuvre chauds des hors-d'œuvre froids. Ces derniers se composent de poissons ou de fruits de mer marinés, fumés, à l'huile, au vinaigre ; de charcuteries variées, de légumes à la grecque, d'œufs de poisson, de toutes sortes de crudités et de mets cuisinés (cocktail de crevettes, œufs farcis ou en gelée, pamplemousse farci, salades composées, etc.).

Les hors-d'œuvre chauds, appelés autrefois « entrées volantes » ou « petites entrées », regroupent aussi bien les beignets que les bouchées, cromesquis, croquettes, fritots, petits pâtés, rissoles, etc. ; en fait, ce sont plutôt des entrées chaudes.

L'expression « hors-d'œuvre variés » désigne, en restauration, un assortiment proposé en buffet ou sur un plateau (hors-d'œuvre « à la russe »).

HOT DOG Petit pain long brioché, garni d'une saucisse de Francfort chaude, enduite de moutarde légèrement sucrée.

Cette expression américaine, apparue vers 1930, signifiant « chien chaud », vient d'un dessin humoristique américain, représentant un teckel en forme de saucisse. Cette variante du sandwich a été largement popularisée par les snack-bars.

HÔTELIÈRE (À L') Se dit d'apprêts de viandes et de poissons grillés ou sautés, servis avec un beurre hôtelier. L'appellation s'applique aussi à un poulet de grain désossé et farci de chair à saucisse additionnée de duxelles séchée, bridé et sauté au beurre.

▶ **Recette** : BEURRE COMPOSÉ.

HOUBLON Plante vivace et grimpante des régions tempérées, de la famille des cannabinacées, dont les fleurs femelles sont surtout utilisées en brasserie, pour donner son amertume caractéristique à la bière (100 à 300 g de houblon suffisent pour aromatiser 100 litres de bière).

Les bourgeons, ou « jets de houblon », interviennent, surtout en Belgique, dans les apprêts « à l'anversoise » ; à la crème, ils accompagnent classiquement les œufs pochés ainsi que la sole pochée.

HOUMMOS Plat libanais très populaire, qui fait partie des hors-d'œuvre traditionnels, ou mézès (**voir** ce mot).

RECETTE DU RESTAURANT *AL DIWAN*, À PARIS

hoummos

« Mettre à tremper 12 heures 350 g de pois chiches bien lavés. Les égoutter, les recouvrir d'eau additionnée de 1 cuillerée à soupe de bicarbonate de soude. Porter à ébullition sur feu vif, puis cuire doucement 2 heures. Rincer les pois chiches, les laisser refroidir, puis les écraser. Incorporer à la spatule de bois 35 cl d'huile de sésame, du sel et, éventuellement, 10 g d'ail. Bien mélanger en ajoutant 25 cl de jus de citron. Servir dans un plat en terre, décoré de persil, de pois chiches cuits ou de paprika, arrosé d'un filet d'huile d'olive. »

HUCHE Grand coffre de bois utilisé autrefois pour pétrir la pâte ou conserver le pain. (On utilise aujourd'hui un pétrin.) La maie, synonyme de huche, relève, comme elle, du mobilier régional.

HUILE Matière grasse d'origine végétale, fluide à la température ambiante, dont la valeur énergétique est de 900 Kcal pour 100 g. Il existe des huiles minérales et animales (huiles de baleine, de foie de morue, de phoque), mais, en cuisine, le corps gras appelé « huile » est extrait soit de graines, soit de fruits, ou encore de racines. Les huiles végétales, pauvres en cholestérol, équilibrent les graisses animales dans l'alimentation.

L'huile la plus ancienne est probablement l'huile de sésame, utilisée par les Égyptiens, alors que les Grecs employaient l'huile d'olive : à Athènes, l'olivier était un arbre sacré, symbole de la vie de la cité. L'huile servait à l'alimentation, mais aussi à l'éclairage, comme ce fut longtemps le cas en Europe.

On qualifie de « pures » les huiles provenant d'une seule espèce végétale, par opposition aux huiles dites « végétales », qui sont des mélanges.

Pour la plupart, elles sont raffinées, ce qui leur ôte souvent leur saveur et leur odeur originales en les rendant neutres. Cependant, on trouve encore des huiles non raffinées, obtenues par simple pression à froid, dites « vierges » ou « naturelles », qui gardent le goût du végétal ; c'est le cas de la majorité des huiles d'olive.

On appelle enfin « huiles concrètes » les graisses végétales solides à température ambiante : huile de coprah, de palme, de palmiste.

■ **Emplois.** Les huiles servent de corps gras de cuisson (friture, poêlage, rissolage), parfois mélangées avec du beurre ; elles interviennent en assaisonnement à froid (vinaigrette), en ingrédient de sauce et de condiment (aïoli, brandade, mayonnaise) ; elles constituent un moyen de conservation (surtout de poissons, mais aussi de fromages de chèvre, de fines herbes) ; on les utilise pour les marinades et macérations de viande, de gibier et de poisson.

On distingue les huiles de friture et d'assaisonnement (dont la teneur en acide linolénique doit être inférieure à 2 %) et les huiles de seul assaisonnement (colza et soja surtout). Il ne faut pas confondre l'acide linolénique (substance nocive et malodorante qui se dégage lorsque l'huile est chauffée à plus de

Caractéristiques des principales catégories d'huiles végétales

catégories	aspect	saveur
arachide	fluide, jaune à brun	neutre
colza	légère, fluide, jaune à jaune d'or	neutre
maïs	fluide, jaune clair à brun	neutre
noix	fluide, jaune clair à brun verdâtre	très parfumée
olive	riche, polyvalente, jaune ou verte selon les olives	fruitée
pépins de raisin	fluide, claire, jaune pâle à verte	peu marquée
soja	légère, fluide, onctueuse, jaune plus ou moins foncé	neutre
tournesol	légère, fluide, jaune pâle à jaune-orangé	neutre

250 °C) avec l'acide linoléique, vitamine F indispensable, qui se trouve surtout dans les huiles de maïs, de noix, de pépins de raisin, de soja et de tournesol.

Les huiles les plus utilisées dans le monde (voir tableau) sont au nombre de cinq.

– L'huile d'arachide supporte très bien la chaleur (jusqu'à 200 °C) ; soigneusement filtrée après chaque emploi, elle peut servir jusqu'à douze fois.

– L'huile de colza (ou de navette) supporte des cuissons douces, mais peu nombreuses.

– L'huile de graines de cotonnier est très employée hors d'Europe.

– L'huile de soja est parfaite pour les assaisonnements.

– L'huile de tournesol convient pour les assaisonnements et les fritures douces ; elle est de plus en plus consommée en raison de ses qualités diététiques.

Outre ces huiles majeures, d'autres sont plus localisées ou moins répandues.

– L'huile d'olive peut être vierge extra, vierge ou huile d'olive pure (mélange d'huile vierge et d'huile raffinée). Riche et digeste, jouissant d'une grande réputation gastronomique, elle est très appréciée dans la cuisine méditerranéenne. Elle supporte d'être chauffée jusqu'à 200 °C.

– L'huile de maïs possède les mêmes caractères que l'huile de tournesol et peut être chauffée jusqu'à 170 °C.

– L'huile de noix sert surtout comme assaisonnement ; l'Anjou, le Périgord et quelques pays de montagne en produisent et l'emploient dans leurs spécialités.

– L'huile de pépins de raisin est recommandée pour les macérations, car elle « nourrit » bien la viande.

– L'huile de pépins de citrouille (ou de courge) possède une saveur délicate, mais trop particulière pour convenir à tous les apprêts.

– L'huile d'œillette, ou « huile blanche », extraite des graines du pavot noir ou pourpre, est surtout utilisée dans le Nord pour les salades et les crudités.

– Les huiles de carthame et de sésame sont très répandues en Orient et en Asie.

– L'huile d'amande douce, qui sert en confiserie et en pâtisserie, l'huile de faine de hêtre, l'huile de pignon, l'huile de pistache et l'huile de noisette sont très peu diffusées. Enfin, l'huile de paraffine, que l'on conseille dans certains régimes, pour les assaisonnements, ne doit jamais être chauffée : c'est un hydrocarbure et non une huile végétale.

filets de hareng marinés à l'huile → HARENG

huile d'ail

Ajouter à de l'huile d'olive soit des gousses d'ail blanchies finement broyées et passées à l'étamine, soit de l'ail râpé pressé fortement à travers un linge.

huile au basilic

Laver et éponger une dizaine de branches très fraîches de basilic. Les mettre dans un bocal et verser 2 litres d'huile d'olive. Ajouter 1 petite tête d'ail frais, juste épluchée pour faire apparaître les gousses et, éventuellement, 1 petite échalote ou un petit morceau d'échalote dite « de montagne ». Boucher le récipient et laisser macérer 2 mois à l'abri de la lumière. On aromatise de la même façon de l'huile d'olive avec de l'estragon, du fenouil, du romarin, de la sarriette, etc.

huile pimentée

Ébouillanter 6 petits piments de Cayenne, les écraser légèrement, les mettre dans un bocal et verser 1 litre d'huile d'olive. Boucher, puis agiter. Laisser macérer 2 mois à l'abri de la lumière avant l'emploi.

sandre grillé aux cardons, filet d'huile d'olive et citron → SANDRE

HUILE ESSENTIELLE Substance huileuse, appelée aussi « essence naturelle », intensément parfumée, tirée d'une fleur, d'un fruit, de feuilles, de graines, d'une écorce, d'une résine ou d'une racine. Les huiles essentielles sont des aromatisants alimentaires (surtout celles qui sont extraites des agrumes, des amandes et de la menthe), mais elles servent surtout dans l'industrie des parfums. On trouve désormais sur le marché des huiles essentielles d'ail, de basilic, d'estragon.

HUILIER Ustensile composé d'un support garni de deux burettes, l'une pour l'huile, l'autre pour le vinaigre ou le jus de citron, parfois accompagnées d'une salière, d'un poivrier et d'un moutardier. L'huilier est surtout aujourd'hui un accessoire de table de restaurant, dont les clients se servent pour compléter éventuellement l'assaisonnement des salades.

HUÎTRE Animal marin à coquille bivalve dont il existe plusieurs espèces comestibles (voir planche des coquillages page 324). Les Celtes, les Grecs (qui en faisaient l'élevage) et les Romains en consommaient beaucoup. Au Moyen Âge, on distinguait les « huîtres en écailles », vendues dans leur coquille, et les « huîtres huîtrées », moins estimées, expédiées à Paris sans les coquilles pour faciliter le transport. Le médecin de Louis XIV conseillait de manger les huîtres toujours cuites, grillées dans leur coquille ou frites. Jusqu'au XIX[e] siècle, on les pêchait librement sur les bancs naturels ; celles d'Ostende étaient particulièrement recherchées.

■ **Élevage.** Aujourd'hui, les huîtres font l'objet d'un élevage, l'ostréiculture, qui permet d'assurer leur continuité et, surtout, présente des garanties d'hygiène.

En France, deux espèces se partagent le marché : l'huître plate et arrondie, très appréciée, représente à peine 10 % de la production ; l'huître creuse, allongée, dite parfois « japonaise » car originaire du Pacifique (du Canada autant que du Japon), représente l'essentiel de la production française (voir tableau page 570). Cette dernière espèce a été à l'origine acclimatée pour remédier à une maladie qui décimait les bancs d'une autre espèce d'huîtres creuses, les portugaises (gryphées).

Au Canada, sur la côte est, l'huître de l'Atlantique (malpèque et caraquet) est creuse ; à l'ouest, l'huître creuse du Pacifique peut atteindre 30 cm de long ; c'est cette espèce qui est cultivée en France.

L'origine des larves (le naissain) importe peu. Seules comptent les conditions d'élevage et d'affinage typiques de chaque région. L'élevage dure de 2 à 5 ans et nécessite une surveillance constante. Plus l'huître grandit, plus elle réclame de place, et elle doit donc être déplacée vers des parcs plus importants ; il faut lui éviter les pollutions et la préserver de ses nombreux ennemis (bigorneaux, crabes, étoiles de mer, oiseaux marins, pieuvres et raies).

Les huîtres s'achètent vivantes, coquilles fermées ou se refermant quand on les frappe, et relativement lourdes, car elles doivent être pleines d'eau. On ne les ouvre qu'au dernier moment.

Les huîtres creuses viennent pour une bonne part (50 % environ) du bassin de Marennes-Oléron, où elles ont la particularité d'être affinées en « claires ». Ces anciens marais salants possèdent une eau relativement douce, mais riche en plancton, dans laquelle se développe une algue microscopique, la navicule bleue, qui donne aux huîtres une belle couleur verte. Les fines de claires sont affinées deux mois, à vingt au maximum au mètre carré ; les « spéciales » restent en claires jusqu'à cinq ou six mois, à dix au maximum au mètre carré.

■ **Emplois.** Les huîtres sont vendues à la douzaine, à la demi-douzaine, ou en bourriche chez le producteur, parfois aussi au poids.

Même quand elles sont « grasses » ou « laiteuses » durant leur période de reproduction, les huîtres sont pauvres en lipides (1 %). En revanche, elles sont riches en protéines, en éléments minéraux, en oligo-éléments et en vitamines.

On les consomme crues et vivantes, au naturel (avec citron, beurre frais et pain de seigle) ou bien avec du vinaigre à l'échalote ; mais les huîtres se cuisinent aussi en apprêts froids ou chauds, depuis très longtemps. Elles peuvent être pochées, puis refroidies et servies avec diverses sauces, parfois en barquettes, ou gratinées dans leurs coquilles ou sur des fonds d'artichaut, dans des croustades, etc. ; le gratinage doit toujours s'effectuer très rapidement, et il n'est souvent pas nécessaire de les pocher préalablement. Les beignets, les brochettes, les croquettes, les soupes et consommés complètent la gamme des apprêts chauds. Les huîtres servent en outre parfois de garniture pour des recettes de poisson, et accompagnent même la viande rouge, le poulet ou parfois, comme à Arcachon, des chipolatas grillées. Les cuisines anglaise et américaine les apprécient tout particulièrement (potage, sauce, *angels on horseback* [« anges à cheval »]).

attereaux d'huîtres → ATTEREAU
beignets d'huîtres → BEIGNET
bouchées d'huîtres à la Denis → BOUCHÉE
brochettes de coquilles Saint-Jacques et d'huîtres à la Villeroi, brochettes d'huîtres à l'anglaise → BROCHETTE

huîtres à la Boston

Écailler une douzaine d'huîtres plates. Retirer délicatement la chair et l'égoutter. Dans le fond de chaque coquille, bien lavée, déposer un peu de poivre blanc du moulin et une bonne pincée de mie de pain frite. Remettre les huîtres dans les coquilles : les poudrer de gruyère rapé et d'un peu de mie de pain. Les coiffer d'une parcelle de beurre frais. Gratiner de 6 à 7 min au four préchauffé à 230 °C. Servir avec des beignets de légumes ou des paillettes au parmesan.

▶
Soupe au lait d'huître
Recette d'Olivier Roellinger
Voir page 572.

Caractéristiques des différentes variétés d'huîtres

variétés	provenance	aspect de la coquille	saveur
***plates** (Ostrea edulis)*			
belon	Bretagne nord et sud	ronde, gris noisette	puissante, iodée
bouzigues	bassin de Thau	ronde, parfois grande	corsée, fruitée, saline
gravette	bassin d'Arcachon	petite, charnue, vert-jaune	peu salée
marennes	bassin de Marennes-Oléron	ronde	marquée, raffinée
***creuses** (Crassostrea gigas)*			
fine de claires *	bassin de Marennes-Oléron	bleu-vert	délicate, marquée
spéciale de claires	bassin de Marennes-Oléron	plus grosse, chair verte	très fine, marquée
variété d'Arcachon	bassin d'Arcachon	vert pâle à gris perle, charnue	marine, de terroir
variété de Bouzigues	côte méditerranéenne	bien découpée	délicate
variété de Bretagne	Bretagne	assez claire	assez iodée
variété de Normandie	Normandie	gris perle, charnue	raffinée, iodée, salée
variété de Ré	île de Ré, Centre-Ouest	petite, gris-vert, charnue	marquée d'algues

** La fine de claires de Marennes peut porter un label rouge.*



RECETTE DE JEAN ET PAUL MINCHELLI

huîtres chaudes de l'île de Ré

« Ouvrez 16 huîtres creuses n° 3 et filtrez leur eau au-dessus d'une casserole. Hachez 4 échalotes grises et 1 gousse d'ail. Allumez le gril du four. Mettez le hachis dans la casserole avec 1 noix de beurre demi-sel. Posez sur feu doux et laissez réduire de moitié. Incorporez 8 cuillerées à soupe de crème fraîche, 1 pincée de cayenne, 1/2 cuillerée à café de curry et 1 pointe de safran. Fouettez la sauce et laissez-la réduire à petite ébullition. Ajoutez enfin 1 cuillerée à café de vadouvan et quelques gouttes de citron. Rangez les huîtres dans des plats à gratin individuels ou, maintenues par du gros sel, dans un grand plat. Nappez de sauce et gratinez 10 s sous le gril. »

RECETTE DE GUY SAVOY

huîtres en nage glacée

« Mettre 1 pied de veau dans une casserole d'eau et porter à ébullition. Le cuire ensuite dans une eau claire avec 1 carotte, 1 oignon, 1 bouquet garni et des grains de poivre. Passer la cuisson au chinois, la faire refroidir et prendre en gelée au réfrigérateur. Écailler 24 huîtres spéciales n° 2, en réservant leur eau dans un bol, et en garder 16 au frais. Dans une sauteuse, porter 2 dl de crème fraîche à ébullition, en fouettant, et la cuire quelques minutes. Hors du feu, y ajouter les huîtres restantes et les réduire en purée. Napper le fond de chaque assiette de cette crème et laisser refroidir. Disposer dessus les huîtres froides en les séparant par des rondelles de carotte cannelées cuites, parsemer de chair de citron hachée menu, et décorer de feuilles d'épinard ciselées très finement. Mélanger l'eau des huîtres avec la gelée de pied de veau. En napper le plat et servir très frais. »

RECETTE DE GÉRARD BOYER

huîtres plates au champagne

« Taillez en julienne 3 carottes, 3 poireaux et 1 branche de céleri. Ouvrir 24 huîtres plates et récupérer leur jus dans une casserole. L'additionner de 5 dl de champagne brut et faire réduire de moitié. Ajouter 4 cuillerées à soupe de crème double. Monter la sauce au fouet, en incorporant petit à petit 300 g de beurre. Assaisonner de poivre de Cayenne. Cuire la julienne à l'eau salée, en la gardant croquante. Plonger les huîtres 30 s dans la sauce. Dresser sur des assiettes 3 huîtres par personne, parsemer d'un peu de julienne chaude et napper de sauce bouillante. »

pétoncles grillés et huîtres sautées au whisky → PÉTONCLE
potage aux huîtres → POTAGE
poulet sauté aux huîtres → POULET
sauce aux huîtres → SAUCE

RECETTE D'OLIVIER ROELLINGER,
LES MAISONS DE BRICOURT, À CANCALE

soupe au lait d'huître et galettes de sarrasin

« Ouvrir 24 grosses huîtres plates de Cancale, filtrer leur jus et réserver. Émincer 1 oignon et 3 cm de blanc de poireau. Tailler en mirepoix très fine 1 carotte de sable et 1 vert de poireau. Ciseler des pluches de persil et quelques grosses cives. Couper en quatre 1 galette de sarrasin. Faire revenir au beurre l'oignon et le blanc de poireau, sans coloration, ajouter quelques queues de persil hachées, et faire pincer très légèrement. Mouiller avec le jus des huîtres et 5 cl de vin blanc moelleux. Faire réduire. Ajouter 2 dl de bouillon de volaille. Laisser mijoter 20 min, sans ébullition. Passer au chinois fin. Verser 2 dl de lait et maintenir à 80 °C. Passer les morceaux de galette au beurre et les rouler. Tiédir les huîtres dans la soupe et ajouter la mirepoix. En mettre 6 avec la soupe dans chaque assiette, parsemer des cives et de persil ciselé et accompagner des morceaux de galette. » (Voir photographie page 571.)

HUMECTANT Additif alimentaire destiné à compenser les effets d'une faible humidité ambiante. Les humectants permettent de protéger certaines denrées du dessèchement ou de faciliter la dissolution des aliments poudreux dans des préparations aqueuses. On utilise les triphosphates ou les polyphosphates dans les bouillons, potages ou soupes, et dans les produits alimentaires déshydratés vendus en poudre.

HURE Préparation de charcuterie comportant de la tête de porc ou de sanglier. La « hure à la parisienne » est à base de langues et de couennes prises en gelée et moulées, tandis que, en Alsace, on distingue la « hure rouge », fromage de tête mis dans une baudruche rouge, la « hure blanche » qui associe tête, jambonneau et couennes, et la « hure de Francfort », plus petite.

Le mot « hure » désigne aussi la tête de certains animaux, y compris des poissons à tête allongée.

▶ Recette : SANGLIER.

HUSSARDE (À LA) Se dit généralement d'une pièce de bœuf braisée garnie de pommes de terre et d'aubergines farcies, nappée d'un déglaçage à la demi-glace et servie avec du raifort râpé.

On qualifie également de « hussarde » une sauce espagnole tomatée, additionnée d'échalote et d'oignon émincés, de jambon en dés, de raifort râpé et de persil haché, ainsi qu'une garniture pour pièces de boucherie sautées, associant demi-tomates garnies de purée d'oignon et champignons farcis de purée d'épinard, le tout arrosé de demi-glace tomatée.

Le filet de bœuf à la hussarde est piqué et rôti, garni de rosaces en pommes duchesse dorées au four, de champignons grillés garnis de sauce soubise serrée, et servi avec une sauce hussarde légère à part.

La paupiette de veau à la hussarde est masquée de godiveau, braisée et dressée en couronne avec une rosace en pommes duchesse, entourée de petites tomates farcies à la hussarde (garnies d'œufs brouillés aux champignons et au jambon dont la surface est parsemée de mie de pain frite au beurre).

Les rognons d'agneau à la hussarde sont coupés en deux, sautés, nappés de sauce hussarde et présentés dans une couronne en pommes duchesse additionnée de fondue d'oignon et détendue à l'œuf battu, saupoudrée de chapelure, puis gratinée.

HYDNE Champignon caractérisé par la présence d'aiguillons mous facilement détachables tapissant le dessous du chapeau. Les diverses espèces poussent dans les bois feuillus.

Les meilleurs hydnes sont le pied-de-mouton et l'hydne rougeâtre, plus délicat. On les prépare comme des chanterelles, mais ils doivent cuire longtemps. D'une saveur très fine, ils parfument en particulier les tomates farcies ainsi que les ragoûts.

HYDROMEL Boisson à base de miel et d'eau. Très estimé par les Grecs (qui voyaient dans les abeilles un symbole d'immortalité), largement consommé par les Romains, bu autant que la bière par les Celtes, les Saxons, les Gaulois et les Scandinaves (sous le nom de *met*), l'hydromel était toujours préparé au Moyen Âge et même au XVIIIe siècle, mais il a, plus encore que la bière, rapidement reculé devant le vin.

En Bretagne, il porte le nom de « chouchen », et il est parfois additionné de jus de pomme, comme en Angleterre, où on l'appelle *mead* (et où on lui ajoute aussi du jus de raisin) ; le Gâtinais et l'Orléanais en produisent également. Aujourd'hui, le chouchen reste couramment fabriqué et bu en Pologne et en Russie.

L'hydromel simple, eau miellée au goût douceâtre, est un mélange d'eau et de miel, mais l'hydromel vineux (13 à 15 % Vol.) est plus fort, avec un goût de muscat ; le mélange est chauffé, écumé, puis refroidi, décanté, mis à fermenter plusieurs semaines et soutiré. On favorise parfois la fermentation avec du vin blanc ou de la levure de bière, mais c'est surtout le miel qui importe : il doit être de premier choix, très fin et parfumé. L'hydromel donne aussi, par distillation, de l'eau-de-vie.

HYGROPHORE Champignon à chapeau visqueux, souvent conique, blanc ou très coloré, et à lamelles épaisses ; certaines espèces poussent en novembre ou en mars, époques de gelées lors desquelles les autres champignons sont rares. Parmi les nombreuses espèces d'hygrophores, certaines sont comestibles et plus ou moins savoureuses : hygrophore blanc-de-neige, très délicat, hygrophore de mars et hygrophore des prés. Ils se préparent comme les agarics, à condition de peler le chapeau avant cuisson.

HYSOPE Plante aromatique, de la famille des labiacées, originaire du bassin méditerranéen, à saveur amère et à odeur forte, un peu âpre, très utilisée dans l'Antiquité et au Moyen Âge pour parfumer les soupes et les farces (voir planche des herbes aromatiques page 561). De nos jours, elle entre surtout dans la fabrication de liqueurs (Chartreuse).

On peut utiliser ses jeunes feuilles en infusion, comme condiment pour la cuisson de divers poissons gras ou pour parfumer les farces, certaines charcuteries et même des salades ou des compotes de fruits auxquelles elles donnent un goût original.

ICAQUE Fruit de l'icaquier, arbrisseau de la famille des rosacées, cultivé aux Antilles et en Amérique centrale. Sa peau est jaune, blanche, rouge ou violacée selon la variété ; sa chair blanche et molle, un peu astringente, renferme une amande comestible.

Appelée prune de coco, prune des anses ou prune de coton, l'icaque se mange nature ou confite au sucre ou au vinaigre.

IGNAME Tubercule d'une plante grimpante tropicale, de la famille des dioscoréacées, cultivée en Afrique, en Amérique et en Asie, et, à petite échelle, en France, dans la région de Blois (voir planche des légumes exotiques page 615). Sa chair est blanche, jaune citron ou rosée ; selon les variétés, sa peau est blanche, rosée, jaune ou brun noirâtre, rugueuse ou velue.

Fournissant 102 Kcal pour 100 g, particulièrement riche en amidon, l'igname est un aliment de base dans de nombreux pays tropicaux. Seules les ignames de petite taille sont cuisinées dans leur peau. Les autres, qui peuvent peser jusqu'à 20 kg, sont épluchées, coupées en tranches, lavées à l'eau fraîche et blanchies de 10 à 20 min dans de l'eau bouillante salée. On les apprête ensuite comme les pommes de terre ou les patates douces ; on en tire aussi une fécule, appelée « arrow-root de la Guyane ».

ÎLE FLOTTANTE Entremets d'une grande légèreté, fait de blancs d'œuf sucrés cuits au bain-marie puis démoulés sur une crème anglaise, et généralement nappés de caramel, ou décorés d'amandes grillées et effilées, de pralin haché, de pralines roses écrasées ou de zeste de citron en fine julienne (voir DAME-BLANCHE).

île flottante au caramel

Préparer une crème anglaise avec 1 litre de lait bouilli, 10 à 12 jaunes d'œuf et 150 g de sucre. La laisser refroidir complètement, puis la verser dans la coupe de service. Fouetter en neige ferme 10 blancs d'œuf avec 1 grosse pincée de sel et 1 sachet de sucre vanillé. Huiler un moule à manqué, y verser délicatement les blancs. Placer dans un bain-marie, mettre au four préchauffé à 150 °C et cuire 30 min, jusqu'à ce que le dessus commence à blondir ; laisser refroidir complètement, puis démouler sur la crème. Mettre 6 cuillerées à soupe de sucre semoule dans une petite casserole avec juste assez d'eau pour le faire fondre et obtenir un caramel blond. Le verser brûlant sur les blancs démoulés en formant des lacets. Garder au frais.

ÎLE-DE-FRANCE ET **PARIS** Voir pages 574 et 575.

Île-de-France et Paris

L'ÎLE-DE-FRANCE S'INSCRIT SCHÉMATIQUEMENT ENTRE LA SEINE, L'OISE, L'AISNE ET LA MARNE (D'OÙ SON NOM D'ÎLE). AUJOURD'HUI, ELLE REGROUPE PARIS, SA BANLIEUE (HAUTS-DE-SEINE, VAL-DE-MARNE ET SEINE-SAINT-DENIS) ET LES DÉPARTEMENTS DE LA GRANDE COURONNE FRANCILIENNE, YVELINES, VAL-D'OISE, SEINE-ET-MARNE ET ESSONNE.




La boulangerie Le Moulin de la Vierge, *rue Vercingétorix (Paris, XIVe), a conservé son décor et son four à bois de 1908.*

« Il n'est bon bec que de Paris », disait, au XVe siècle, François Villon (1431-1463), Parisien et poète. De nos jours encore, le plus grand marché de France reste celui de Rungis, car la capitale a toujours su drainer vers elle le meilleur. Grâce à l'afflux de produits venus de toute la France et des autres pays, Paris constitue un pôle d'attraction propice à la création et demeure la vitrine de la « grande cuisine ». C'est à Paris que Pierre Fraisse, dit Peters, un chef français ayant fait carrière aux États-Unis, improvisa en 1860 le « homard à l'américaine », nappé d'une sauce à base de tomate, de cayenne et de cognac. C'est là que furent créées la recette du canard à la presse par *La Tour d'Argent* et celle du faisan Sainte-Alliance, farci de bécasses, de lard fumé et de truffes, par le restaurant *Drouant*. Il existe aussi à Paris, selon les mots de l'écrivain gastronome Curnonsky (1872-1956), une tradition « de bons plats simples, agréables, droits en goût, point tarabiscotés ni compliqués », les plats d'une « cuisine gaie, amicale, spirituelle et prompte » : soupe à l'oignon garnie de pain et de fromage puis gratinée au four ; veau Marengo sauté au vin blanc, à la tomate et à l'ail, inspiré d'un plat que Dunand aurait préparé pour Bonaparte le 14 juin 1800, au soir de la victoire de Marengo ; hachis Parmentier, art particulièrement savoureux d'accommoder des restes de bœuf bouilli ou braisé…

Les asperges d'Argenteuil, les petits pois de Clamart et les morilles de Verrières, le vin de Suresnes, la friture de la Marne et le veau de Pontoise ne sont plus que des souvenirs, mais la culture maraîchère subsiste en de nombeux endroits, et l'Île-de-France a conservé diverses spécialités locales, comme la baguette de pain, le jambon de Paris, la confiture de rose de Provins, les sucres d'orge de Moret ou la moutarde de Meaux. En matière de pâtisserie, la région peut s'enorgueillir de son très riche patrimoine, depuis les talmouses de Saint-Denis jusqu'au paris-brest, cette moelleuse couronne de pâte à choux en forme de roue de bicyclette, fourrée de crème légère pralinée, inventée en 1891 par un pâtissier en l'honneur d'une course cycliste entre Paris et Brest.

POTAGES ET LÉGUMES

Potage à la parisienne et pommes duchesse

L'appellation « à la parisienne » s'applique souvent aux recettes accompagnées de divers légumes tels que pommes de terre, laitues braisées, fonds d'artichaut, champignons de Paris ou macédoine de légumes. Le potage à la parisienne, adouci de lait et parsemé de cerfeuil, rassemble pommes de terre et poireaux. Le potage Argenteuil à base d'asperge, la cressonnière et le potage Saint-Germain aux petits pois ont également vu le jour en Île-de-France. La pomme de terre bénéficie de nombreuses préparations : pommes parisienne (tournées et rissolées au beurre et à l'huile), pommes duchesse (croquettes de purée muscadée), pommes soufflées (coupées en rondelles et jetées dans deux bains d'huile successifs de chaleur croissante) ou frites, qu'il s'agisse de pommes allumettes ou de pommes pont-neuf.

VIANDES ET VOLAILLES

Navarin, bœuf miroton et poulet Franchard

Ces fameux « plats du jour » que sont le navarin (ragoût de mouton aux légumes), le miroton (bœuf bouilli nappé de sauce à l'oignon et gratiné) ou la tête de veau gribiche (avec une sauce à base d'œufs durs, de câpres, de fines herbes et de moutarde), voire les simples steaks au poivre appartiennent au répertoire francilien typique. Ils côtoient d'autres spécialités plus raffinées comme le tournedos Rossini, garni de

foie gras et de lames de truffe, ou le veau Orloff, tartiné de béchamel aux champignons.
Les volailles de Houdan, fort réputées, se prêtent à des plats populaires tel que le poulet Franchard, sauté en morceaux avec champignons et fines herbes, ou plus élaborés, comme le chaud-froid de volaille. Quant au poulet du Père Lathuile, sauté avec fonds d'artichaut et pommes de terre, il doit sa recette à un aubergiste de Clichy qui la créa en 1814 lors du siège de Paris par les Russes.

SAUCES ET CRÈMES

Hollandaise, sauce Mornay, mayonnaise
Les sauces constituent l'un des grands apports des cuisiniers d'Île-de-France à la gastronomie : hollandaise (jaunes d'œuf et beurre) ou béarnaise (jaunes d'œuf et beurre avec échalotes, fines herbes et vinaigre), béchamel (roux au beurre et à la farine, délayé au lait) ou Mornay (béchamel enrichie de fromage). La mayonnaise accompagne les plats typiques de bistrot, tels que le céleri en rémoulade et les œufs mayonnaise. Elle accommode aussi « à la parisienne » poissons froids et crustacés entourés de fonds d'artichaut à la macédoine ou d'œufs durs garnis.

Bercy
Quartier de Paris qui abrita longtemps un immense marché aux vins, bordé de petits restaurants, Bercy a donné son nom à toutes sortes de plats cuisinés au vin et à l'échalote ou servis avec un beurre d'échalote : entrecôte, rognons ou foie de veau, fritures et matelotes, œufs garnis de chipolatas et de sauce tomate.

Chantilly
L'appellation « Chantilly », en référence à la prestigieuse cuisine servie au château des Condés où officiait l'intendant Vatel (1635-1671), recouvre des créations qui ont en commun la présence de crème fouettée. Non sucrée, la chantilly sert à alléger les sauces comme la mayonnaise ou la hollandaise. Sucrée, elle agrémente vacherins, meringues et coupes glacées ou entre dans la préparation des bavarois et des charlottes.

FROMAGES

La lignée des fromages de Brie remonte à Charlemagne. Le brie de Meaux, connu depuis longtemps, fut sacré roi des fromages par Talleyrand (1754-1838). Celui de Melun, plus rare, possède un goût très affirmé, tandis que le coulommiers est une variante de taille réduite. N'oublions pas le fontainebleau, onctueux mélange de fromage blanc et de crème fouettée.

PÂTISSERIES

Traditionnelle pour le jour des Rois, la fabrication de la galette feuilletée est très ancienne. L'idée de la fourrer d'une crème aux amandes du nom de frangipane revient à Frangipani, parfumeur italien installé à Paris au XVIIe siècle.
La capitale a vu naître bien d'autres spécialités, dont le puits d'amour (titre d'un opéra-comique), le millefeuille, le savarin, dérivé du baba et dédié au gastronome Brillat-Savarin (1755-1826), le saint-honoré, créé en 1846 par le pâtissier Chiboust, à qui on doit aussi une crème délicate.

CARTE

ENTRÉES

♦ ♦ ♦

Soupe gratinée, PAGE 543

Salade Montfermeil, PAGE 932

Gnocchis à la parisienne, PAGE 532

Talmouses à l'ancienne, PAGE 1024

PLATS

♦ ♦ ♦

Homard à l'américaine, PAGE 563

Poularde à la parisienne, PAGE 853

Sauté de veau Marengo, PAGE 964

Petite marmite à la parisienne, PAGE 790

Hachis Parmentier, PAGE 553

LÉGUMES

♦ ♦ ♦

Pommes pont-neuf, PAGE 836

Artichauts Clamart, PAGE 58

Petits pois à la française, PAGE 791

DESSERTS

♦ ♦ ♦

Pont-neuf, PAGE 838

Paris-brest, PAGE 762

Gâteau parisien, PAGE 762

Trois-frères, PAGE 1067

Saint-honoré, PAGE 927



Rue du Faubourg-Montmartre, à Paris, derrière sa devanture refaite vers 1900, À la Mère de famille, *une épicerie, fondée en 1761, qui vend surtout aujourd'hui des confiseries.*

ÎLES BRITANNIQUES La cuisine anglaise, bien qu'on ne le sache pas assez, partage une tradition commune avec la cuisine continentale. Il fut un temps où la Guyenne était anglaise, et plusieurs de ses spécialités sont voisines des mince pies britanniques. Les mots « boudin » et « pudding » ont la même origine. Le lard fumé s'appelait bacon au Moyen Âge, et les termes *roastbeef*, *beefsteak* et *lamb chops*, même s'ils ont été francisés, sont restés dans notre langue.

La cuisine anglaise est fondamentalement « médiévale », comme en témoignent les nombreuses céréales consommées, les fruits et les légumes à l'aigre-doux, les rôtis accompagnés de sauces sucrées ou de compotes, le mouton à la gelée de menthe, le petit déjeuner copieux et le fromage servi en dessert.

Nul ne peut résister aux délices du saumon fumé d'Écosse, du jambon d'York, de la sole de Douvres, du *finnan haddock*, de la *Dundee marmelade* et du stilton, sans oublier ceux du whisky pur malt, des ales, des stouts et du thé *earl grey* à la bergamote.

Antonin Carême, puis Auguste Escoffier, qui travaillèrent tous les deux à Londres, étaient bien conscients de l'extrême qualité de ces produits, et firent connaître en France quelques grandes spécialités anglaises : la *turtle soup* ou l'*oyster soup*, la friture de *whitebeat* (blanchaille) de l'estuaire de la Tamise, le curry (cari) aux multiples variantes, l'*eel pie* (tourte à l'anguille) et l'irish stew irlandais, voisin, mais aussi les *eggs and bacon*, le plum-cake et toute la gamme des puddings.

■ **Spécialités régionales.** La cuisine des îles Britanniques est riche en spécialités très typées, au nom parfois surprenant : *hindle wakes* du Lancashire (« lames de sillage », poulet farci aux pruneaux), *toad in the hole* (« crapaud dans le trou », saucisse en pâte), *angels on horseback* (« anges à cheval », huîtres frites sur croûtons), *petticoat tails* (« pains de jupon », sablés), maids of honour (« demoiselles d'honneur », tartelettes aux amandes), etc.

La cuisine traditionnelle campagnarde fait une large place aux flocons d'avoine : *brewis* (potage) ou *siots* (galettes que l'on trempe dans du babeurre), *black pudding* (boudin), *parkins* (croquets épicés), *bannocks* écossais (gâteaux cuits dans la cheminée), sans oublier le porridge national. Le pain a lui aussi de multiples variantes ancestrales, comme le *soda bread* irlandais (au bicarbonate de soude), ou le *bara brith* gallois (aux raisins de Corinthe).

La pomme de terre est partout : dans les soupes, les gâteaux, les pains, les tourtes, les crêpes, les purées, à la poêle, en ragoût ou « à l'anglaise » avec le poisson poché, sans oublier les frites, notamment les *game chips* pour le gibier, les gros bâtonnets qui accompagnent le poisson frit qui se vend dans les rues, servi dans un cornet de papier *(fish and chips)*. Elle occupe une place de choix en Irlande, avec le *colcannon* (purée de pomme de terre au chou) et les *boxties* (crêpes), tandis que toute l'Angleterre se régale de *bubble-and-squeak* (choux et pommes de terre sautés avec des restes de viande).

En Écosse, le breakfast et le *high tea* (goûter dinatoire) ont été élevés au rang de véritables repas, riches en pâtisseries : shortbread, scones, crumpets, buns, etc.

Les Cornouailles sont connues pour les *pastries* (petits pâtés) ; on y déguste aussi le *stargazey pie* (aux pilchards). Le Yorkshire est célèbre pour le Yorkshire pudding (pâte cuite au four dans de la graisse de bœuf).

■ **Viandes et poissons.** Les Anglais sont de gros mangeurs de viande (bœuf et mouton surtout, mais ausssi jambons et saucisses). Cette prédilection explique la diversité des plats utilisant des restes : pies innombrables et divers puddings de viande, accompagnés de légumes cuits à la vapeur (traditionnellement, le poireau est gallois et le navet, écossais) ou marinés (pickles typiques). Viandes froides et légumes cuits à l'eau ont favorisé la diversification de sauces originales, souvent assez épicées depuis l'influence indienne, à l'époque des colonies (chutneys, cari, mais aussi Worcestershire, Harvey et Cumberland sauces, sauces à l'anchois, au beurre, aux fines herbes, au pain, à la moutarde, etc.).

Le poisson constitue lui aussi un élément important de l'alimentation. Il se savoure nature ou diversement apprêté. Le carré de cabillaud ou de turbot est servi frit avec une sorte de sauce tartare. La sole se fait griller. Le crabe s'apprête en salade. Le maquereau s'accompagne de groseilles. La tête de morue, farcie d'œufs de morue, d'oignon et de persil, est pochée et servie avec une sauce aux huîtres et aux câpres. Le brochet est farci aux anchois et aux herbes ; même le kedgeree se prépare avec du poisson.

Le gibier à plume s'apprécie rôti, avec une sauce aux airelles ou aux groseilles. La grouse, spécialité écossaise, est servie avec de la bread sauce et de la gelée de sorbier, tandis que le canard sauvage est préparé à l'orange et le lièvre en civet. La volaille donne lieu à des recettes traditionnelles, dont le chicken pie, le poulet « en charpie » aux concombres, le poulet bouilli aux huîtres ou à la sauce persil, le mulligatawny, soupe au poulet et au cari d'origine indienne, et la dinde rôtie de Noël, farcie à la sauge, à l'oignon et à la chair à saucisse, accompagnée de bacon et de chipolatas.

■ **Fruits et desserts.** En Grande-Bretagne, les fruits sont l'objet des soins attentifs des jardiniers. Tartes, confitures, tourtes, gelées, crèmes et entremets chauds ou froids leur font honneur, notamment les pommes (dont la célèbre *cox's*), les fraises et les framboises. Parmi les baies sauvages, églantines, mûres, prunelles et sureau donnent d'excellents fools (mousses froides) et parfument le trifle (sorte de charlotte aux biscuits, à la confiture et à la crème).

Mais c'est sans conteste le pudding qui règne en maître parmi les desserts, chaud ou froid et varié à l'infini. Toutes les recettes sont répertoriées, parfois baptisées de noms royaux (Cobourg ou Prince Albert), depuis les plus traditionnelles (*cabinet*, *custard-* ou plum-pudding, au riz, au tapioca) jusqu'aux plus étonnantes (à la moelle ou aux « miettes de pain »). Outre les puddings, les cakes sont parmi les spécialités les plus représentatives des provinces (Dundee, Eccles, Dublin, etc.). Il faut aussi citer la tarte à la mélasse ou à la rhubarbe, ainsi que le *fruit crumble* (gratin de fruits).

Les fromages ont par ailleurs de quoi satisfaire tous les goûts : le cheshire, doux ou affiné, le cheddar, excellent grillé, le stilton que l'on déguste avec du porto,

le caerphilly gallois, doux et blanc, le derby à la sauge, le leicester orange vif, délicieux en canapés, le gloucester, très moelleux, le crowdie écossais, fromage frais que l'on mange avec des galettes d'avoine *(oatcakes)*.

Le fromage est parfois présent au breakfast, mais surtout au lunch, sur canapés et en sandwich. Il se marie bien au goût de la bière, la boisson nationale, qui se présente sous les formes les plus diverses : ale brune ou pâle, populaire bitter couleur d'ambre, *stingo* forte et brune, *mild* légère et un peu houblonnée, ou célèbre stout à la pression, noire et écumeuse, que les pubs débitent à heures fixes, même si le goût pour les vins européens et américains se développe de plus en plus.

■ **Des plats traditionnels.** La Grande-Bretagne est avant tout un pays de traditions et, dans le domaine culinaire, elles prennent toute leur valeur lors des festivités.

Le haggis écossais se prépare pour la veille du jour de l'An *(Hogmanay)* ou l'anniversaire de la mort du célèbre poète écossais Robert Burns, qui lui dédia une ode. Dans les îles Britanniques, que peuplèrent les Celtes, les superstitions sont souvent restées vivaces et quelques « vestiges culinaires » en témoignent.

La plus forte des traditions reste celle de la fête de Noël. Le punch bouillant, la dinde ou l'oie rôtie, le pudding flambé avec sa sauce au beurre et au brandy, le porto servi avec les savouries, les mince pies et les fruits secs composent le menu rituel des Noëls anglais. Et le lendemain, jour des étrennes *(Boxing Day)*, on mange les restes de volaille froide et le jambon d'York ou de Brandenham avec des chutneys.

IMAM BAYILDI Plat de la cuisine turque, dont le nom signifie « l'imam s'est évanoui de bonheur devant la succulence du mets ». Des aubergines sont farcies avec leur pulpe, de l'oignon et de la tomate, auxquels on peut ajouter du riz cuit et divers ingrédients (notamment des raisins secs), des épices et des aromates, mais pas de viande. Ce plat se sert chaud ou très froid.

Les aubergines tiennent une grande place dans la cuisine turque, où on les retrouve, farcies ou non, en garniture d'agneau ou de mouton rôtis.

En cuisine classique, la garniture « à l'imam bayildi », comprenant des lames d'aubergine frites, des demi-tomates sautées et du riz pilaf, accompagne les tournedos ou les noisettes d'agneau.

▶ **Recette** : AUBERGINE.

IMBIBER Mouiller certains gâteaux avec un sirop, un alcool ou une liqueur pour les rendre moelleux et les aromatiser (abaisse de génoise, baba, biscuit à la cuillère, plum-pudding, savarin). On dit aussi siroper.

IMBRIQUER Disposer des éléments de façon qu'ils se recouvrent partiellement, comme les tuiles d'un toit. On découpe ainsi le dessus de certaines pièces froides avec des lames de truffe fixées avec de la gelée.

IMBRUCCIATA Nom de diverses pâtisseries corses contenant du broccio (fromage blanc de lait de brebis et de chèvre), notamment une tarte salée et des beignets sucrés.

▶ **Recette** : BEIGNET.

IMPÉRATRICE (À L') Se dit de diverses préparations sucrées ou salées de la cuisine classique, caractérisées par des ingrédients assez riches.

Le consommé à l'impératrice, à base de volaille, est garni de crêtes et de rognons de coq en dés, de petits morceaux de royale, de pointes d'asperge et de pluches de cerfeuil.

Les volailles à l'impératrice et la sole à l'impératrice sont apprêtées à la sauce suprême.

Mais cette dénomination concerne surtout un entremets fait de riz au lait, de fruits confits et d'un appareil à bavarois, qui sert de base à tous les apprêts de fruits à l'impératrice (abricots, ananas, fraises, etc.).

IMPÉRIALE (À L') Se dit de divers mets de grande cuisine, dont un consommé de volaille lié au tapioca, garni de quenelles, de crêtes et de rognons de coq, de petits pois et de cerfeuil, plusieurs apprêts de poissons (sole, truite) garnis de queues d'écrevisse, de laitances pochées et d'une julienne de truffe, ou encore d'apprêts de volaille garnis de lames de foie gras et de truffe.

▶ **Recette** : CONSOMMÉ.

INCISER Pratiquer une entaille plus ou moins profonde à l'aide d'un couteau bien aiguisé. On incise le ventre d'un poisson pour le vider, un gigot pour y glisser une gousse d'ail, un fruit pour en faciliter l'épluchage ou la coupe (**voir** CERNER).

L'importance de l'incision dépend du but recherché : faciliter la cuisson des poissons grillés ou frits (**voir** CISELER), ou incruster des lames de truffe dans un mets (**voir** CONTISER).

INCONNU Poisson de la famille des salmonidés qui vit dans les eaux du Grand Nord canadien. Son nom pittoresque lui fut donné par les coureurs des bois au XVIIe siècle, du temps de la Nouvelle-France. Il pèse 4 kg environ et, en raison de l'éloignement de son aire de pêche, il n'est vendu que surgelé.

INCORPORER Adjoindre un élément à une préparation, à un appareil, et les mélanger intimement. Les œufs d'une pâte à choux sont incorporés un par un. Les blancs d'œuf battus en neige d'une pâte à biscuit, à beignet, sont incorporés délicatement, en coupant la pâte.

INDE ET PAKISTAN La cuisine indienne est dominée par le riz et les épices, les légumes secs et les fruits ; l'influence des religions et la pratique du végétarisme sont également déterminantes sur le continent. Chaque région possède néanmoins des spécialités originales : le Cachemire est renommé pour ses viandes et ses pois chiches, Delhi pour ses tandooris, Bombay pour son porc au vinaigre, le Bengale pour ses desserts très sucrés et ses poissons, et le Tamil Nadu pour ses plats végétariens au tamarin, à la semoule et à la noix de coco.

La domination anglaise a contribué à diffuser dans le monde apprêts et condiments inspirés de la cuisine indienne, en particulier le cari et les chutneys, mais les préparations typiquement indiennes en diffèrent sensiblement.

■ **Usages de table et ingrédients de base.** Les Indiens mangent avec la main droite, en déposant la nourriture sur de petites galettes ; l'assiette est parfois remplacée par une feuille de bananier.

Pendant les repas, ils boivent de l'eau ; le thé se prend le matin ou l'après-midi. Sirops de fruits et lait de noix de coco, ainsi que yaourts dilués et aromatisés, sont également très appréciés. Quant à la chique de bétel (à la noix d'arec et aux épices), ils en mâchent à longueur de journée.

La cuisine indienne repose sur le riz, les légumes secs (dals) et les galettes (chapati).

L'ananas entre dans les plats de longue cuisson ; l'arachide se mange fraîche, salée ou grillée ; l'arrow-root sert à préparer gâteaux et sucreries ; la moelle de bananier est un légume courant au Bengale, tandis que les graines de concombre amer constituent un hors-d'œuvre apprécié et que la châtaigne d'eau se croque comme une friandise ; les dattes sont indispensables aux nombreuses confiseries ; la figue, la mangue et la papaye sont utilisées surtout comme légumes ; les feuilles de margousier fraîches et frites sont servies en entrée, avec du riz, ou séchées, comme condiment. Chacun prépare sa propre poudre de cari au fur et à mesure des besoins et en fonction de chaque plat.

Deux autres ingrédients sont indispensables dans la cuisine indienne : le ghee (beurre clarifié) et le lait concentré (*khir*, liquide crémeux ou dur selon sa réduction).

■ **Amuse-gueule et plats de riz.** Les Indiens apprécient beaucoup les petits plats variés, servis en apéritif ou pour le thé, salés ou sucrés, tels le *chanachur* (pois cassés, cacahouètes, citron, piment et farine de lentille, frits séparément), les petits pâtés à la viande, les boulettes de poisson épicées, les beignets d'œufs de poisson, d'aubergine ou de soja, servis avec un *chatni* (chutney), les beignets de farine de lentille à la sauce au yaourt, les noix de cajou grillées et les petits gâteaux frits à la nigelle, nappés de sirop.

Le « pain » est constitué par des galettes de blé, de farine de lentille ou de pulpe de pomme de terre – les naan –, parfois farcies, dorées dans le *kodai* (ustensile fondamental, en forme de poêle sans manche) avec du ghee.

Le riz accompagne chaque plat salé, toujours mélangé avec une sauce ou des légumes écrasés, ou cuit avec des oignons revenus et des épices.

Pour les plats de fête, on utilise le riz parfumé à grain long (basmati), notamment dans le *polao*, où il est cuit avec des raisins secs, des amandes effilées, des petits pois, de la cardamome, de la cannelle et du clou de girofle, servi avec des crevettes ou de la viande, ou dans celle du *murhi biryani*, où il est agrémenté de poulet mariné dans des épices et du yaourt, aromatisé de fleurs de muscade, accompagné de légumes.

■ **Poissons et viandes.** Le poulet, le mouton et le porc sont apprêtés en ragoûts épicés ou marinés et grillés : le poulet en morceaux à la sauce au yaourt, à l'ail et au piment ; le poulet à la noix de coco ou au vinaigre, garni d'œufs durs.

Le *murhi tandouri* est une spécialité renommée : morceaux de poulet marinés au piment rouge et aux épices, enduits de safran et enfin grillés, servis avec des salades de crudités.

Le mouton se cuisine aux épices et au yaourt, en ragoût, mais aussi en boulettes de viande hachée ; quant au porc, il est souvent apprêté à l'aigre-doux.

Les caris d'agneau et de poulet sont multiples, mais on cuisine aussi au cari les abats et de nombreux légumes.

Les poissons connaissent des apprêts très variés : petits tronçons frits, enduits de curcuma, servis avec un dal ; beignets de bar accompagnés d'une salade d'oignons ; dorade aux épices et au yaourt ; cari de carpe avec du riz aux légumes ; alose en sauce aux aubergines ; gambas bouillies au gingembre, à la noix de coco ou à la menthe ; ragoût épicé de mulet à l'huile de moutarde, typiquement bengali.

■ **Légumes et desserts.** Les plats de légumes, qui se servent avec du riz ou des galettes, associent des saveurs très contrastées : cornichon amer aux pommes de terre et au piment ; courgettes farcies aux gambas, au gingembre et au curcuma ; pommes de terre au pavot ; le *chachadi* (ratatouille aigre-douce à la moutarde ou à la noix de coco).

Les plats végétariens proprement dits, assez fréquents, font largement intervenir le fromage frais, le citron, ainsi que les dals. L'abondance des plats très épicés entraîne une diversité aussi grande de crudités, indispensables pour rafraîchir la bouche.

Le yaourt se retrouve dans les desserts avec les fruits secs, les épices, le riz et la semoule. Le *halua* est un gâteau de semoule au lait, garni de raisins secs, d'amandes et de cardamome ; le vermicelle au lait est parfumé à la cannelle et aux noix de cajou ; on apprécie aussi le fromage frais aux pistaches, aux raisins secs et aux pétales de rose, ainsi que les mangues vertes au lait et des gâteaux à la banane, aux amandes ou au riz. Le *sandesh*, fait de caséine, de sucre et de lait, s'aromatise à la noix de coco ou s'apprête en beignets.

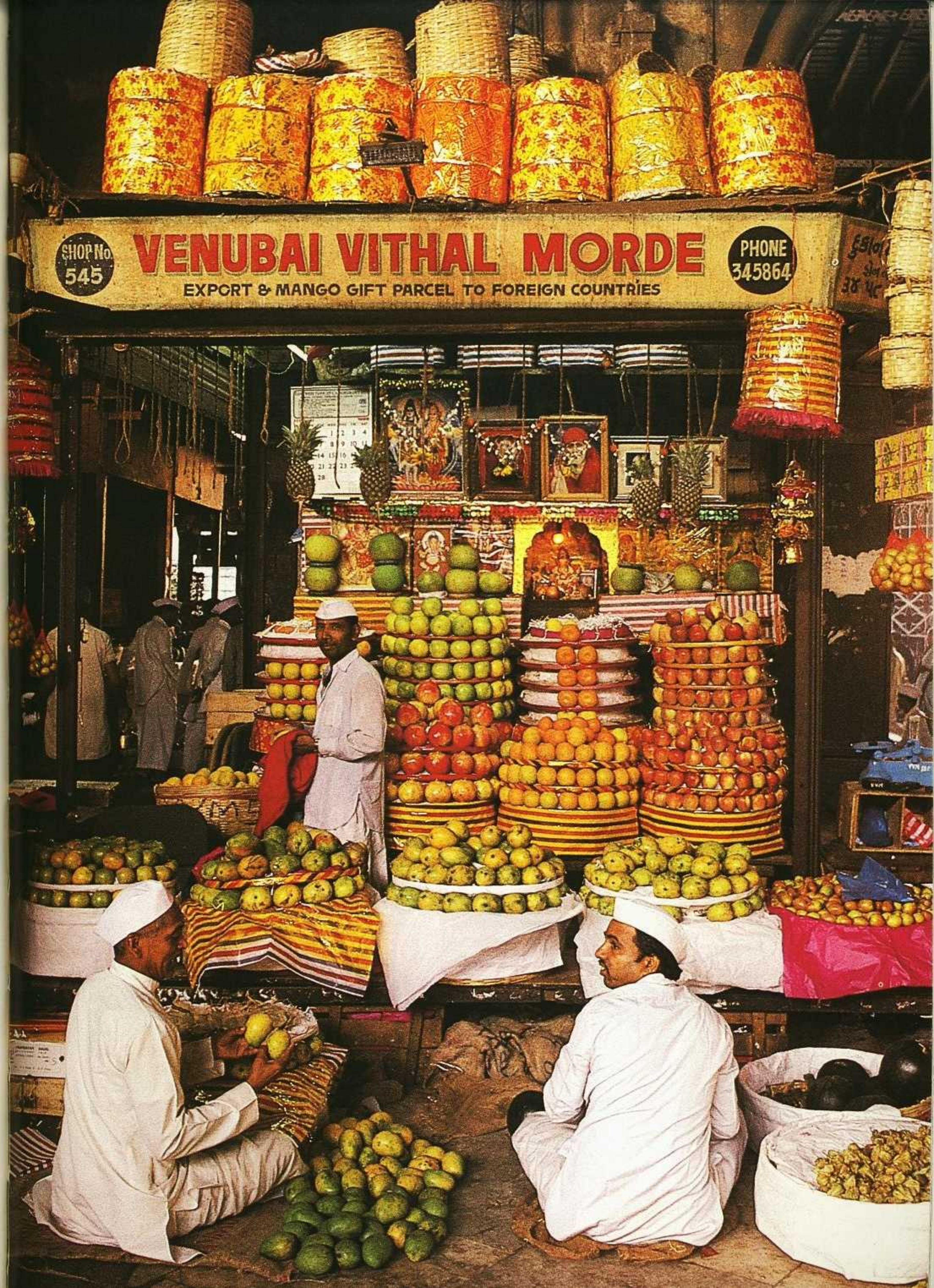
INDIENNE (À L') Se dit de nombreux apprêts de poisson, d'œufs, de viande ou de volaille, voire même de légumes, accommodés au cari et souvent accompagnés de riz à l'indienne.

▶ **Recettes** : CABILLAUD, HADDOCK, RIZ, SAUCE, THÉ.

INDONÉSIE La cuisine indonésienne est basée sur le riz, accompagné de garnitures diverses et d'un cortège d'épices et de sauces.

Son apprêt occidentalisé le plus connu est le rijsttafel, ou « table de riz », devenu un classique aux Pays-Bas ; mais il faut citer aussi le nasi goreng, plat de riz garni de poulet, de homard, de poivrons et de tomates. Les autres ressources de la gastronomie sont le poulet et le porc, l'igname et le cœur de palmier, ainsi que les fruits de mer.

▶
Inde. Marché de Crowford, à Bombay.
Dans ce paradis des fruits, on hésite entre mangues, citrons, papayes...


SHOP No. 545
VENUBAI VITHAL MORDE
PHONE 345864
EXPORT & MANGO GIFT PARCEL TO FOREIGN COUNTRIES

Certains condiments et épices sont familiers en Europe (ail, clou de girofle, échalote, laurier, muscade, oignon, safran, etc.), mais ils comportent aussi des racines séchées en poudre, certains fruits comme le *djeruk purut* (petit citron très aromatique) ou le tamarin, le piment rouge et des condiments cuisinés comme le trasi (pâte de crevette fermentée) et surtout le sambal, qui accommode riz, légumes et viandes. Par ailleurs, on retrouve des influences venues de l'Inde, avec le cari, ou de Chine, avec les vermicelles de riz et la sauce soja.

Les fruits exotiques se mangent nature ou en salade, notamment dans le *rudjak* (ananas, concombre, mangue verte et *bengkuang* [gros navet], relevés de sucre, de tamarin, de vinaigre et de trasi).

La grande spécialité demeure le *saté*, des petits morceaux de viande enfilés sur des bâtonnets de bambou, grillés, puis trempés dans une sauce épicée. Mais on prépare aussi le saté avec du poulet, du mouton, du porc, du poisson, des crevettes, des fruits de mer.

Les boissons courantes sont le thé, le lait de noix de coco et les jus de fruits, mais on consomme aussi des alcools locaux, comme l'arak, à base de fibres végétales fermentées, et le *bromi*, à base d'alcool de riz.

INFUSER Verser un liquide bouillant sur une substance aromatique et attendre qu'il se charge des arômes de celle-ci. On fait surtout infuser le thé et les plantes « à tisane », mais aussi des pelures de truffe dans du vin blanc (pour obtenir une « essence » qui aromatisera des sauces), la vanille dans du lait, ou encore la cannelle et le clou de girofle dans le vin rouge.

INFUSION Macération d'une substance aromatique dans un liquide bouillant. Le terme désigne aussi la boisson obtenue, thé et tisanes notamment. Nombreux sont ceux qui apprécient après le dîner les infusions, qui ont souvent des qualités digestives.

INSTANTANÉ Qualificatif désignant un produit qui a été soumis à une dessiccation et auquel il suffit d'ajouter de l'eau ou du lait chaud : bouillon en tablettes ou potage déshydraté, par exemple. Leur volume et leur poids sont réduits et ils se conservent longtemps.

IODE Oligoélément indispensable dans l'alimentation, à raison de 120 microgrammes par jour en moyenne, parfois plus dans les régions où l'eau en est totalement dépourvue. Les principales sources d'iode, indispensable pour la synthèse des hormones thyroïdiennes (sa carence est ainsi responsable du goitre), sont les produits de la mer, l'oignon, l'ail, le lait et le pain.

IONISATION Procédé de conservation des aliments par des rayons ionisants – rayons gamma, rayons X et rayons de faisceaux d'électrons accélérés. Très réglementée par l'OMS (Organisation mondiale de la santé), l'ionisation a débuté en France en 1982. Elle inhibe la germination et la reproduction des insectes, élimine des micro-organismes pathogènes et prolonge la vie des aliments. En revanche, elle entraîne une destruction partielle des vitamines A, E et B1, et demeure onéreuse, mais elle évite de recourir à des additifs dangereux.

IRISH COFFEE Boisson alcoolisée à base de café noir, de whiskey et de crème fraîche, parfois servie en dessert. La préparation du « café irlandais » consiste à chauffer un verre à long drink et à y verser une bonne mesure de whiskey ; puis on remplit le verre d'un café très fort et on couvre de crème fraîche.

▶ **Recette** : CAFÉ (BOISSSON).

IRISH STEW Ragoût de mouton aux pommes de terre. La pomme de terre, introduite en Irlande au XVIe siècle, y est devenue la base de l'alimentation ; elle s'associe dans ce mets au goût corsé à du mouton (et non à de l'agneau). Les morceaux de collier sont disposés par couches alternées avec des rondelles de pomme de terre et des oignons émincés, mouillés d'eau et mis à mijoter à petit feu. L'accompagnement traditionnel prévoit du chou rouge mariné aux épices.

IROULÉGUY Vin AOC rouge, rosé ou blanc du Pays basque, produit sur un vignoble réduit et très morcelé, proche de Saint-Étienne-de-Baïgorry. Le rouge, élaboré à partir de cabernet-sauvignon, de cabernet franc et de tannat, est aromatique et souvent tannique (**voir** PAYS BASQUE).

IRRORATEUR Ustensile destiné à parfumer les salles à manger, qu'Anthelme Brillat-Savarin (1753-1826) aurait inventé et même présenté à la Société nationale d'encouragement pour l'industrie.

Dans sa préface à sa *Physiologie du goût*, celui-ci y fait bien allusion : « ... mon irrorateur, instrument de mon invention, qui n'est autre que la fontaine de compression destinée à parfumer les appartements. J'avais apporté dans ma poche ma machine bien chargée, et il s'en échappa avec sifflement une vapeur odorante qui, s'élevant jusqu'au plafond, retomba en gouttelettes sur les personnes et les papiers. C'est alors que je vis avec un plaisir inexprimable les têtes les plus savantes de la capitale se courber sur mon irroration, et que je me pâmais d'aise en remarquant que les plus mouillés étaient aussi les plus heureux. »

ISARD Nom donné dans les Pyrénées à un animal voisin du chamois des Alpes, pesant entre 30 et 35 kg. Tendre et savoureuse, la chair de l'isard est très recherchée, notamment le cuissot et les filets, qui se préparent en civet ou en rôti. L'isard est particulièrement protégé. Sa chasse n'est autorisée que quelques jours par an, ou régie par des plans de chasse. Des recherches génétiques ont montré que l'isard et le chamois étaient deux espèces différentes.

ISSUES Terme de boucherie désignant les parties non consommables du cinquième quartier (cornes, glandes, peau, poils, etc.). Selon les régions, le mot peut aussi désigner soit le cinquième quartier tout entier (abats consommables et parties destinées à la transformation industrielle), soit les viscères et les abats, ou encore les éléments traités du cinquième quartier. Les issues sont considérées comme des sous-produits d'abattoir.

En meunerie, les issues sont les produits de mouture autres que la farine.

ITALIE La cuisine italienne est surtout réputée à l'étranger pour ses pâtes, son risotto, son fritto misto et sa pizza. Outre ces spécialités, excellentes quand elles sont authentiques, on connaît aussi la charcuterie de Milan ou de Bologne, mortadella, prosciutto et salami, le jambon de Parme, et parfois le zampone de Modène. Enfin, on admet la qualité du gorgonzola et du parmesan, la supériorité des *gelati*, des granités, des cassates, ainsi que du café.

Mais là se bornent souvent les éloges faits à une cuisine que l'on croit connaître parce qu'elle a pénétré depuis longtemps en France. Or, la gastronomie italienne, héritière de longues traditions, a su perpétuer notamment d'antiques apprêts, dont témoigne par exemple la polenta, directement calquée sur la bouillie de céréales des légionnaires de César, que consommaient aussi couramment de nombreux Romains.

Une cuisine régionale. Il y a peu de temps encore, une frontière culinaire séparait le Nord, pays du beurre, du fromage de vache, du riz et du barolo ou du valpolicella, et le Sud, royaume de l'huile d'olive, des pâtes, du marsala et du lait de jument. Les Toscans firent le trait d'union en ouvrant des restaurants où triomphaient l'huile de Lucques, l'entrecôte à la florentine, les haricots blancs et le chianti.

D'autres régions suivirent : la pizza conquit le Nord, tandis que le risotto et la polenta étaient adoptés dans le Sud. De fortes dominantes demeurent pourtant.



La Lombardie est toujours fidèle aux apprêts à la milanaise, riches en beurre, aux soupes de légumes et à l'osso-buco.

En Vénétie s'imposent les poissons et les fruits de mer au safran.

En Ligurie triomphent les farces de haut goût et les préparations à base de basilic comme le pesto ; et, en Émilie, tout converge vers Bologne, qui est à l'Italie ce que Lyon est à la France, surtout avec sa charcuterie et sa gamme inépuisable de pâtes.

La Toscane s'enorgueillit de son huile d'olive et de sa viande rouge, la fameuse *razzia chianina*.

Les Marches ne sont pas en reste, avec leur gibier et leurs olives, ni le Latium, avec ses fritures ou ses tripes en ragoût, ni la Campanie, avec ses cuisines populaire et aristocratique et ses différents assaisonnements de macaronis, ni la Pouille, véritable jardin potager du pays, ni la Calabre, avec ses aubergines renommées, ni la Sicile, terre des agrumes et des poissons en papillote aux herbes aromatiques, ni la Sardaigne, avec son miel et sa poutargue (œufs de poisson).

■ **Riz et pâtes.** Si l'on s'en tient à des mets aussi simples que le riz et les pâtes, on découvre que les Italiens ont su élaborer sur ces bases des prodiges de raffinement. Le riz est le support idéal de tous les parfums. On le déguste gorgé de bouillon odorant, doré de safran à la milanaise, en timbale à la piémontaise (avec du poulet et des truffes blanches), comme farce de tomates ou de poivrons, avec de l'ail et du basilic, et comme garniture de poissons et de fruits de mer, agrémenté de champignons sautés ou de petits pois, comme dans le célèbre *risi e pisi* vénitien.

Quant aux fameuses pâtes italiennes, leur réputation a fait le tour du monde. En Italie, on les sert au début du repas, avec beurre et parmesan, nappées de coulis de tomate, de ragoût à la viande (à la bolognaise) ou de sauce alla carbonara (à base de poitrine fumée, de jaunes d'œuf, de crème fraîche, de poivre et de fromage râpé).

Elles donnent lieu à des raffinements surprenants, comme les spaghettis *con le vongole* de Naples (assaisonnées de palourdes ouvertes dans une poêle, d'huile d'olive, d'ail et de persil) ; quant au pesto (pistou), condiment génois fait de basilic, de persil et de marjolaine pilés avec de l'huile, du parmesan, de l'ail et des pignons, il accommode les *trenette* (spaghettis plats).

Tout le monde connaît les cannellonis, les raviolis ou les tortellinis, mais pas toujours les *cappelletti* d'Émilie (« petits chapeaux » farcis d'un hachis de poulet, de fromage et d'œuf), les *pansotti* de Rapallo, fourrés aux épinards et à la ricotta et servis avec une sauce aux noix, les spaghettis à la sicilienne, nappés d'aubergines frites, de ricotta, de sauce tomate et de basilic, ou la *pasta con le sarde* (macaronis nappés de sauce au fenouil, aux raisins secs et aux pignons, et recouverts de sardines fraîches).

■ **Viandes et poissons.** L'Italie fait honneur à la viande avec, là encore, une diversité qui ne saurait se réduire à l'osso-buco.

Les Piémontais, solides mangeurs, apprécient le bollito misto, agrémenté de sauce verte (persil, ail et huile d'olive) et le *stracotto al barolo* (daube au vin).

Les Lombards accompagnent le premier d'une sauce piquante à la célèbre moutarde de fruits de Crémone *(mostarda di Cremona)* ; ils apprécient la busecca (soupe épaisse aux tripes de veau, aux haricots et aux légumes verts).

Les Toscans sont fidèles à la *bistecca* à la florentine, le Latium à l'agneau de lait, et la Campanie au poisson. L'apprêt à la *pizzaiola* (veau sauté à l'huile très chaude, puis parfumé aux tomates, à l'ail et à l'origan) est commun à tout le pays.

La variété des apprêts de veau est d'ailleurs étonnante : saltimbocca romain, *involtini* milanais (paupiettes au jambon), piccata au citron ou au marsala, carré de veau en papillote avec des petits artichauts, célèbre *vitello tonato* (veau au thon et à l'anchois garni de câpres), veau aux olives de Livourne, *messicani* (très minces escalopes farcies, embrochées, sautées au beurre et déglacées au vin blanc et au marsala) et *farsumagu* sicilien (large tranche fine de viande roulée avec des œufs durs, du céleri, du fromage, du saucisson et du jambon, puis rôtie).

Les volailles bénéficient de préparations moins nombreuses, mais il faut néanmoins mentionner les suprêmes de poulet à la Valdostana (recouverts de truffes blanches et de fontina, sautés et déglacés au vin blanc) et le poulet frit à la toscane, tandis que les petits oiseaux en brochettes se servent sur un lit de polenta.

Les poissons procurent des ressources tout aussi variées, et en premier lieu ceux de la mer, qui sont cuits à l'huile d'olive, au vin blanc, et parfumés à l'ail et au persil, ou bien, comme en Sicile, cuits en papillotes et farcis d'amandes.

Les poissons de rivière sont aussi très importants, dans un pays où les lacs sont nombreux (truites saumonées des lacs, au court-bouillon, servies avec une huile d'olive très fruitée et du citron ; lamproie nappée de purée de tomate à l'ail).

Les soupes de poissons sont d'ailleurs courantes et appréciées dans toute l'Italie, et très différentes d'une région à l'autre.

■ **Légumes et desserts.** L'Italie produit des légumes en abondance et sait fort bien les accommoder : épinards au beurre et au parmesan, courgettes et poivrons farcis, artichauts cuits à l'étouffée.

Des apprêts moins connus justifient d'être découverts : cardons à la piémontaise, que l'on trempe dans une sauce émulsionnée chaude, à base d'huile, de beurre et d'ail ; *fagioli* (haricots blancs) dégustés tièdes à l'huile d'olive ; asperges accompagnées d'œufs pochés, parmesan et beurre fondu ; fèves, petits pois et artichauts au jambon, à l'oignon, mijotés avec une chiffonnade de laitue ; *cappon magro* (chapon maigre), composé de tranches de pain séché au four frottées d'ail, superposées avec des couches de légumes cuits, le tout recouvert de rascasse cuite au court-bouillon et d'un pesto aromatisé et monté comme une mayonnaise avec de l'huile d'olive.

▶
Italie.* Gelateria *à Florence.
À l'ananas, au citron, au kiwi, à la mangue... : les glaces sont ici une spécialité traditionnelle.


PESCA
MANGO
KIWI

On termine souvent le repas par du fromage (gorgonzola, provolone, Bel Paese, voire mozzarella) et des fruits, avant de déguster un expresso bien serré, mais n'oublions pas les douceurs, comme le panettone milanais, les *baicoli* vénitiens (délicats biscuits au citron), le massepain sicilien, le *zabaione* (sabayon) florentin, les *amaretti* piémontais (macarons aux amandes), la cassate sicilienne, la *torta di ricotta*, aux diverses recettes, ou les glaces.

■ **Vins.** Étirée du sud au nord entre l'Afrique et les Alpes, l'Italie ensoleillée est un immense vignoble, le plus productif du monde. Si sa consommation intérieure est importante, elle est aussi le premier exportateur du monde.

Depuis 1963, le gouvernement italien, pour répondre aux impératifs de l'Union européenne, s'efforce de réglementer cette production colossale mais quelque peu anarchique. Un institut national contrôle les appellations d'origine, qui peuvent être « simples », « contrôlées » ou « contrôlées et garanties ». La *denominazione di origine controllata* (DOC) s'applique à des vins répondant à certaines normes, produits par des vignes recensées. La *denominazione di origine controllata e garantita* (DOCG) s'applique à des vins de qualité, vendus en récipient ne dépassant pas cinq litres, sous des étiquettes précisant l'origine, le nom du vigneron, le lieu d'embouteillage, la teneur en alcool, etc.

Pays vinicole depuis l'Antiquité, l'Italie possède de nombreux cépages ; les plus connus sont le sangiovese (qui sert notamment à faire le chianti) et le nebbiolo, rouges tous les deux. Au cours des siècles, d'autres cépages ont été importés, notamment de France (merlot, cabernet, pinot, sauvignon) et de la vallée du Rhin (riesling, sylvaner, traminer). De nombreux vins portent le nom de leur région d'origine et celui de leur cépage.

Au sud, la Pouille (le talon de la botte) bat le record de la production avec des vins très colorés et très riches en alcool, dont une bonne partie est utilisée comme vin de coupage ou pour fabriquer du vermouth.

Le Piémont, au nord, produit le très célèbre asti spumante, mais aussi deux des meilleurs rouges italiens, le barolo et le barbaresco, et d'autres excellents vins comme le barbera.

La Toscane est la patrie du chianti, la Sicile celle du marsala et du farot, la Vénétie celle du valpolicella, la Campanie celle du prestigieux falerne et du fameux lacrima-christi, le Latium celle du frascati.

ITALIENNE (À L') Se dit, en cuisine française classique, de plats de viande, de poisson, de légumes ou d'œufs accommodés avec de la sauce italienne, à base de duxelles de champignon, de jambon et de fines herbes hachés, ou accompagnés d'une garniture comportant des artichauts en quartiers et des macaronis.

On baptise également « à l'italienne » les pâtes cuites al dente et divers autres apprêts typiques de la cuisine de la péninsule.

Il existe une sauce italienne froide, qui est une mayonnaise citronnée dans laquelle on ajoute une purée de cervelle et de persil haché.

▶ **Recettes** : AUBERGINE, BETTE, BISCUIT, MERINGUE, SAUCE.

IVOIRE Se dit d'une sauce suprême additionnée de glace de viande blonde ou de fond de veau réduit, utilisée pour napper une volaille pochée ou, suffisamment épaissie, pour réaliser un chaud-froid, généralement aussi de volaille, dit « à l'ivoire ».

IZARRA Liqueur verte (48 % Vol.) ou jaune (40 % Vol.). La préparation de l'Izarra se fait sur une quinzaine de mois. Quatre éléments sont travaillés séparément puis mélangés : des plantes distillées avec de l'alcool neutre dans un alambic simple, des fruits macérés dans de l'armagnac vieilli, un sirop de sucre et de miel d'acacia régional, une infusion de couleur, dont une grande part de safran. L'Izarra verte contient quarante-huit plantes, l'Izarra jaune, trente-deux.

JK

JALOUSIE Petit gâteau feuilleté fourré de frangipane, dont le dessus ajouré évoque la jalousie d'une fenêtre. La frangipane peut être remplacée par de la compote de pomme, de la marmelade d'abricot ou une confiture.

jalousies à l'abricot

Abaisser 500 g de pâte feuilletée en rectangle sur 3 mm d'épaisseur et y tailler deux bandes égales de 10 cm de large. Dorer à l'œuf tout le tour de l'une des bandes. Étaler sur la partie sèche 500 g de marmelade d'abricot. Plier la seconde abaisse de feuilletage en deux dans le sens de la longueur et y faire des entailles au couteau, en biais, du côté du pli, en laissant intact 1 cm de pâte de l'autre côté. Déplier cette bande et la poser sur la première. Appuyer sur les bords pour bien les souder ; rogner les bords pour les égaliser, puis les chiqueter. Dorer le dessus à l'œuf, et cuire de 25 à 30 min au four préchauffé à 200 °C. Abricoter légèrement le dessus avec de la marmelade additionnée du double de son volume d'eau et un peu réduite sur le feu, puis le parsemer de petits grains de sucre. Découper la bande en morceaux de 4 cm de large et servir tiède ou froid.

JAMBALAYA Spécialité de La Nouvelle-Orléans, inspirée de la paella, faite de riz très épicé garni de poulet et de jambon. On y ajoute parfois saucisse, poivrons, tomates, crevettes ou huîtres.

jambalaya de poulet

Faire pocher un poulet au bouillon. L'égoutter et le laisser refroidir complètement. Le dépouiller, le désosser ; peser la chair et la découper en petits dés. Découper également en petits dés du jambon cru (il en faut la moitié du poids de chair de poulet) et le faire sauter doucement dans une poêle avec 50 g de beurre, à couvert. Préparer du riz à la grecque avec 300 à 400 g de riz et le bouillon du poulet. Quand le jambon est cuit, ajouter les dés de poulet, un peu de cayenne, du sel et du poivre (le mélange doit être bien relevé). Ajouter le riz, bien mélanger le tout et servir brûlant.

JAMBE DE BOIS Expression désignant un morceau non désossé de jarret de bœuf, qui constitue l'un des éléments du pot-au-feu. Le « potage à la jambe de bois » était jadis une préparation gargantuesque, où entraient, selon une recette de 1855, une poule, deux perdrix, deux livres de rouelle de veau et une profusion de légumes. Paul Bocuse a élaboré une version moderne de ce pot-au-feu d'origine lyonnaise.

JAMBON Cuisse du porc généralement préparée pour être conservée (voir planche de la découpe du porc page 839). Le jambon est vendu entier ou en tranches, frais, cuit, ou « cru », c'est-à-dire saumuré ou salé au sel sec, séché et parfois fumé. Un beau jambon cuit doit être de couleur rose clair homogène, charnu et entouré, sous la couenne, d'une fine couche de graisse. L'épaule de porc s'apprête de la même façon, mais elle n'a pas droit à l'appellation « jambon », sauf exceptions régionales ; de saveur moins fine, elle est souvent intégrée aux plats cuisinés comportant du jambon. Partie noble du porc, le jambon a toujours joué un rôle important dans l'alimentation. Il figurait déjà sur la table des Romains. Les Gaulois savaient le conserver en frottant la viande avec du sel, des herbes et du vinaigre, puis en le séchant et en le fumant. Considéré au Moyen Âge comme un symbole de richesse, il est aujourd'hui consommé dans tous les pays d'Europe.

■ **Emplois.** Lorsqu'il est cuisiné frais et entier, le jambon constitue une pièce de choix, bouilli, braisé, grillé, rôti (accompagné de riz, de champignons ou d'ananas), ou encore cuit en croûte. Lorsqu'il est vendu cuit, il est couramment employé dans de nombreux apprêts (aspic, canapé, cornet fourré, crêpe, croque-monsieur, farce, gratin, mousse et pâté, omelette et autres apprêts à base d'œuf, quiche, salade composée, sandwich et soufflé). Les jambons crus (ou « secs ») se dégustent en hors-d'œuvre froid, mais entrent aussi dans la composition de plats cuisinés (à l'alsacienne, à la basquaise, à la limousine, etc.).

Au Canada, le jambon, salé par injections de saumure et parfois fumé au bois d'érable, est souvent servi entier, désossé ou non. On le fait bouillir à l'eau, plus ou moins longtemps selon qu'il a été ou non précuit. Puis le gras est entaillé en losanges, piqué de clou de girofle et nappé d'un mélange de moutarde sèche et de sirop d'érable (ou de cassonade délayée dans du jus de pomme ou d'ananas). On termine la cuisson du jambon au four pour qu'il se couvre d'une belle croûte dorée.

Les caractéristiques des divers jambons crus ou cuits étaient jadis liées à la nature du sel, au procédé de conservation, à la race, à l'alimentation et à l'âge du porc, d'où leurs appellations géographiques. Celles-ci restent justifiées pour de nombreux jambons régionaux, mais certains d'entre eux font désormais l'objet d'une réglementation européenne et, aujourd'hui, l'appellation ne correspond souvent plus qu'à une technique de préparation, quel que soit le lieu de production.

■ **Jambon cuit.** La méthode d'immersion du jambon dans de la saumure pendant plusieurs semaines n'est plus utilisée. Le jambon est salé par injection de saumure dans les veines avant d'être désossé et paré, ou dans les muscles après désossage et parage. Il est cuit à la vapeur ou au bouillon, en moule ou dans un torchon (voir tableau). Certains jambons sont cuits « à l'os » et vendus tels quels : c'est le cas du jambon d'York.

Les techniques de fabrication modernes, industrielles mais aussi artisanales, font appel à une salaison par injection dosée (environ 10 %), puis à un malaxage en cuve rotative sous vide, suivi d'un moulage en sac plastique rétractable et préalablement dégazé sous vide. Mis ensuite dans un filet élastique ou dans un moule parallélépipédique ou oblong, le jambon est cuit soit à la vapeur, soit en milieu liquide, selon des méthodes sophistiquées d'augmentation de la température visant à limiter les pertes de poids. Le refroidissement est également contrôlé et le jambon doit reposer un ou deux jours avant d'être commercialisé.

Caractéristiques des différentes présentations de jambons cuits

présentations	fabrication	aspect	saveur
jambon braisé	cuit à l'os et traité par braisage, mouillé	brun doré, tranche rose, tendre	spécifique du braisage
jambon bruni	noirci par enrobage de substances colorantes, passé au four, non brûlé à la flamme	noir, tranche rose	un peu fumée
jambon choix ou X (marque du fabricant)	frais ou congelé, avec polyphosphates, la marque du fabricant indiquant le lieu de production	tranche humide, ronde ou rectangulaire, souvent un peu suintante	neutre
jambon cuit des Ardennes	cuit, de qualité supérieure, avec couenne, paré, désossé, moulé, fortement fumé	en forme de poire, brun foncé, tranche rose foncé	puissante, souvent très fumée
jambon cuit à l'os	non désossé, parfois étuvé et fumé, cuit en bouillon aromatisé, sans compression	présenté avec os, tranche rose	très tendre, inimitable
jambon supérieur	à partir de jambon frais, sans polyphosphates ; le « supérieur maison » est fabriqué sur le lieu de vente	rectangulaire, avec ou sans couenne, tranche rose	assez à très délicate
jambon surchoix	avec parfois polyphosphates et sucre	supérieur prétranché, préemballé, tranche rose	peu à assez délicate
jambon au torchon ou « à l'ancienne »	roulé dans un torchon, ou mis en sac plastique perforé, avec bouillon de cuisson	tranche ronde, rose	spécifique de bouillon
jambon de Prague	salé lentement (15-21 jours), égoutté, étuvé, parfois fumé, cuit à l'os, vite séché, vendu cuit ou à cuire	couenne brun foncé (fumé) ou brun clair (étuvé), tranché à la main, tranche rose pâle	moelleuse, tendre à marquée (fumé)
jambon d'York	salé lentement (15-21 jours), égoutté, étuvé, parfois fumé, cuit à l'os	couenne brun foncé (fumé) ou brun clair (étuvé) tranché à la main, tranche rose pâle	tendre, moelleuse

Diverses spécialités ont une place à part, comme le « jambon de Reims », pané, ou le « jambon persillé de Bourgogne ou du Morvan », associant lui aussi épaule et jambon cuits, additionnés de gelée et de persil, qui est moulé. Austin de Croze appréciait celui des Artigues-de-Lussac, poêlé avec de l'ail et du vinaigre, conservé vingt-quatre heures au vinaigre et servi très froid.

■ **Jambons crus.** Ce sont tous des jambons secs (voir tableaux), fumés ou non. La tradition exige des frottages répétés au sel, sans injections de saumure (qui se pratiquent néanmoins pour certains jambons secs « de pays » ou « de montagne »). La maturation constitue la phase la plus importante de la fabrication. Le label rouge garantit la qualité des bêtes, la composition du mélange de salage et la durée du séchage.

aspic de jambon et de veau → ASPIC
crêpes au jambon → CRÊPE
endives au jambon → ENDIVE

jambon braisé

Frotter un jambon frais avec du sel additionné de thym et de laurier pulvérisés ; le laisser macérer quelques heures. L'essuyer et le dorer légèrement dans 50 g de beurre. Préparer une matignon maigre avec 250 g de rouge de carotte en petits dés et 100 g de céleri en branche nettoyé et effilé ; éplucher et hacher grossièrement 50 g d'oignons. Faire étuver doucement ces légumes 30 min dans 50 g de beurre, à couvert, avec 1 feuille de laurier, 1 branche de thym, du sel, du poivre et 1 pincée de sucre, puis les mouiller de 2 dl de madère ou de 2 dl de meursault ou de riesling ; laisser réduire à découvert. Déposer le jambon sur une plaque, le masquer de matignon et l'arroser de beurre fondu, puis le couvrir d'un papier sulfurisé beurré. Le cuire au four préchauffé à 200 °C, à raison de 20 à 25 min par livre, en l'arrosant souvent de son beurre de cuisson. Retirer le papier sulfurisé et la matignon, puis dresser le jambon dans un plat de service chaud. Déglacer la plaque de cuisson avec un mélange de 1/3 de madère et 2/3 de bouillon, et faire réduire de moitié. Passer ensemble au mixeur la matignon et le fond de cuisson, et en napper le jambon.

RECETTE DE CHRISTOPHE CUSSAC
L'ABBAYE SAINT-MICHEL (SARL), À TONNERRE

jambon à la chablisienne

« Équeuter et laver 1,5 kg d'épinards, les cuire rapidement à l'eau salée, les refroidir à l'eau glacée et les presser entre les mains pour en retirer l'eau. Ciseler finement 1 petite échalote et la faire suer dans une casserole avec 10 g de beurre, sans coloration. Ajouter 2 dl de chablis et faire réduire à 2 cl ; ajouter 2 dl de bouillon de volaille et faire réduire de moitié. Verser 2 dl de crème liquide et cuire pour obtenir une liaison légère. Saler et poivrer. Dans une autre casserole, chauffer 50 g de beurre jusqu'à ce qu'il prenne une couleur noisette, y mettre les épinards et remuer avec une fourchette piquée de 1 gousse d'ail épluchée. Rectifier l'assaisonnement. Dresser les épinards dans un plat allant au four, poser dessus 4 tranches épaisses de jambon blanc préalablement réchauffées dans du bouillon et égouttées. Napper de la sauce et mettre quelques minutes au four préchauffé à 180 °C. »

jambon en gelée reine Pédauque

Détailler en tranches minces la noix d'un jambon d'York poché au meursault et refroidi. Tartiner ces tranches d'une couche de purée de foie gras additionnée de truffe en dés et reconstituer la noix. Napper celle-ci de sauce chaud-froid au porto. Décorer de lames de truffe et lustrer à la gelée au porto. Dresser le jambon glacé sur un plat long, entouré de dés de gelée.

Caractéristiques des différentes présentations de jambons « crus » ou « secs » français

présentations	provenance	fabrication	aspect	saveur
jambon de Bayonne (label rouge)	Sud-Ouest	salé au sel sec, séché, tête du fémur et jambon enduits de graisse de porc et piment	avec os, ou désossés et reformés après séchage, tranche claire, brun foncé	selon fabricant, salage, degré de séchage, qualité matière première
jambon d'Auvergne	Auvergne	salé au sel sec, séché		
jambon de Lacaune	Tarn, Aveyron sud, haut Languedoc	salé au sel sec, séché		
jambon de Luxeuil	Haute-Saône	salé au sel sec, macéré dans du vin, fumage léger à base de résineux	brun foncé, tranche brun clair	très particulière, de sapin
jambon de Savoie	Savoie	parfois fumé	brun foncé, tranche brun clair	puissante, souvent assez salée
jambon de Vendée	Vendée	désossé, salé au sel sec, frotté aux herbes et à l'eau-de-vie, séché	demi-sec, rose foncé, tranche rose	marquée d'herbes, active, d'eau-de-vie

Caractéristiques des différentes présentations de jambons « crus » ou « secs » étrangers

présentations	provenance	fabrication	aspect	saveur
Allemagne				
jambon de la Forêt-Noire	haute Forêt-Noire	salé, fumé lentement à froid (2-3 mois) à la sciure avec brindilles de sapin, séché	tranche assez foncée	spécifique du fumage
jambon de Westphalie	Westphalie	salé en saumure, fumé lentement à froid avec essences de bois locales, séché	brun, tranche assez foncée	caractéristique, très typée
Belgique				
jambon des Ardennes (AOC)	Ardennes	salé, fumé à froid, séché	brun à brun foncé	spécifique du fumage
Espagne				
jambon ibérique	Huelva (Andalousie) Guijelo (Salamanque) Badajoz (Estrémadure)	séché, affiné 18 mois à 2 ans et plus	avec patte, tranche très foncée, veinée de gras	puissante, ronde, très légèrement « rance »
jambon serrano	toute l'Espagne	salé, séché	souvent avec patte, tranche assez foncée	goûteuse, variable selon production
Italie				
jambon de Parme (AO)	Émilie-Romagne, Lombardie, Vénétie, Piémont	10 mois (7-9 kg) à 12 mois (+ de 7-9 kg)	tranche brun rosé assez clair	très fine, très spécifique
jambon de San Daniele (AO)	Udine, Frioul sud	voisine de celle du Parme pour un morceau un peu plus gros	avec patte, tranche brun rosé clair	exceptionnelle, ronde, noisetée

jambon poché en pâte à l'ancienne

Pocher aux deux tiers un jambon d'York. L'égoutter, le parer et le glacer sur une face au caramel, puis le laisser complètement refroidir. Préparer 600 g de pâte à foncer, 250 g de mirepoix de légumes et 3 cuillerées de duxelles de champignon. Mélanger mirepoix et duxelles en y ajoutant 1 truffe hachée. Abaisser la pâte sur 4 mm d'épaisseur, en masquer le centre avec le mélange de légumes, sur une surface égale à celle du jambon. Y poser celui-ci, partie glacée en dessous, l'enfermer dans l'abaisse de pâte et souder les bords. Le mettre sur une plaque à rôtir beurrée, partie soudée en dessous. Dorer le dessus de la pâte et décorer avec des détails découpés dans les chutes. Ménager une cheminée pour l'échappement de la vapeur et cuire 1 heure au four préchauffé à 190 °C. Dresser le jambon sur le plat de service ; verser éventuellement par l'ouverture quelques cuillerées de sauce Périgueux.

mousse froide de jambon → MOUSSE
pâté de veau et de jambon en croûte → PÂTÉ
petits pois au jambon à la languedocienne → PETIT POIS

JAMBONNEAU Jarret avant ou arrière du porc, situé au-dessous du jambon ou de l'épaule, qui se consomme frais, demi-sel ou fumé (voir planche de la découpe du porc page 839). Braisé et poché, avec un temps de cuisson plus long, il intervient dans la choucroute et les potées. En charcuterie cuite, le jambonneau arrière est salé, cuit dans un bouillon aromatisé, puis désossé et moulé à chaud en forme conique, en moule ou au torchon. Souvent pané, il est présenté avec son manche orné d'une papillote.

JAMBONNETTE Charcuterie cuite ardéchoise, composée d'épaule et de poitrine de porc (70 %) et de gras de porc (25 %), hachés, assaisonnés et emballés dans une couenne en forme de poire. La jambonnette se présente comme une galantine décorée et glacée ; elle est consommée découpée en tranches fines. Par analogie de forme, le mot « jambonnette » désigne une préparation de cuisse de volaille farcie.

jambonnettes de volaille

Désosser à cru des cuisses de poulet bien charnues, en les fendant d'un seul côté. Garnir chaque cuisse d'une grosse cuillerée à soupe de farce (farce de volaille pour pâtés et terrines, farce pour volaille pochée, braisée ou rôtie, ou farce aux champignons). Rouler les cuisses en enfermant la farce pour leur donner la forme de petits jambonneaux ; les ficeler. Les faire braiser comme le jambon braisé.

JANCE Sauce d'accompagnement fréquente dans la cuisine médiévale, caractérisée par sa couleur claire. Dans la version « en gras » du *Ménagier de Paris* (vers

1393), elle est à base de lait, liée au jaune d'œuf et parfumée au gingembre. Dans la recette en « maigre », le lait est remplacé par des amandes pilées, du pain, du verjus ou du vinaigre.

JAPON La cuisine japonaise, raffinée, se fonde sur des éléments peu nombreux, mais mis en valeur avec une poésie et une délicatesse incomparables.

La gastronomie nipponne repose autant sur la saveur des aliments, dons de la nature généreuse envers les hommes, souvent subtilement associés (légumes, produits de la mer, riz et soja), que sur la présentation et les ustensiles de table.

Cependant, elle a été influencée par des apports occidentaux : la technique de la friture (tempura), importée par les jésuites portugais au XVIIe siècle, et l'augmentation sensible de la consommation de viande (poulet et porc surtout), autrefois condamnée par les préceptes bouddhistes ; le sukiyaki, devenu « mets national nippon », était jadis cuisiné clandestinement par les paysans.

■ **Mets en harmonie avec les saisons.** L'un des grands principes de la cuisine japonaise est que tout produit doit être servi à la saison propice.

Le printemps se fête avec le « gâteau du rossignol », à base de riz gluant pilé, farci de pâte de haricot sucrée et poudré de farine de pois, sucrée elle aussi. En avril, on mange des « calmars-lucioles » crus ; en mai, c'est le moment du *shincha*, le « thé nouveau », vert comme le veut la coutume, mais moelleux et parfumé, et de l'*ayu*, petit poisson d'eau douce à la chair délicate, grillé au sel.

Au cours du printemps a également lieu la « fête des enfants », jadis dédiée exclusivement aux garçons avec différents mets préparés évoquant la virilité et le courage : langoustines présentées pinces dressées, tel un casque de samouraï, gâteaux de riz enveloppés dans des feuilles de chêne, symbole de croissance vigoureuse.

En été, on déguste l'anguille grillée au charbon de bois, le pâté de soja garni de bonite séchée, de ciboule et de gingembre, ou les nouilles de sarrasin glacées. En août, où il fait très chaud, les mets sont alors légers et rafraîchissants : poulet frit, concombres farcis à la pâte de prune, truite au court-bouillon et oursins.

L'automne est la saison des champignons, notamment le *matsutake*, à l'exquise saveur de viande grillée, que l'on fait mariner dans de la sauce soja et du saké, puis rôtir ou cuire à la vapeur avec du poulet, du poisson et des noix de ginkgo ; c'est aussi le temps du kaki et des châtaignes, excellentes avec le riz sucré. En septembre, mois de la Lune, c'est l'époque des tranches d'abalone cuites à la vapeur de concombre, des pousses de bambou bouillies, des rouleaux aux anguilles et aux œufs durs.

L'hiver impose des repas plus robustes : terrine de poulpe au daikon, soupe aux champignons séchés. En novembre, le riz est particulièrement savoureux. Son nom japonais, *gohan*, désigne le riz cuit et signifie aussi, par extension, « repas ». L'hiver est également la saison des poissons à chair blanche, servis crus, grillés ou frits, en ragoût ou en soupe. Les soupes de nouilles agrémentées de viande et de légumes, appréciées toute l'année, conviennent bien aux rigueurs de l'hiver, durant lequel on peut déguster la délicieuse mandarine, symbole du Soleil, cadeau rituel du jour de l'An.

■ **Variations sur des éléments de base.** Les mêmes aliments se retrouvent sans cesse, mais toujours diversement préparés. Au premier rang figurent le soja, qui se démultiplie en miso, en tofu et en sauces, et le riz, aux innombrables apprêts salés ou sucrés.

Les autres ingrédients courants sont spécifiques : vin de riz, doux *(mirin)* ou fort (saké), vinaigre de riz, huile de sésame, moutarde de raifort *(wasabi)*, daikon (gros radis légèrement amer), courge séchée, bardane, *shirataki* (une fécule extraite d'une sorte d'igname et façonnée en pâtes fines), pousses de bambou et racines de lotus.

Le goût des marinades se déploie dans une gamme de pickles (prunes, radis, gingembre, oursins). Les nouilles et les vermicelles, à base de farine de sarrasin, de blé ou de riz, sont multiples, épais ou très fins.

Enfin, les produits de la mer s'imposent avec la gamme des algues séchées, pulvérisées, comprimées, que l'on ajoute aux sauces, aux potages, aux garnitures (nori, konbu, *wakame*). Un ingrédient très utilisé est la bonite séchée *(katsuobushi)*.

Gingembre, poivre, piment, moutarde, glutamate et toutes les épices et fines herbes fraîches, surtout le persil et la ciboulette, sont indispensables.

La préparation des mets fait appel à des techniques caractéristiques. Ainsi, le poisson est souvent mangé cru, finement émincé (sashimi). Le poulet est grillé au sel ou mariné à l'aigre-doux, puis frit et arrosé de la marinade. Le minutage des cuissons est toujours d'une extrême précision. Le bœuf, rare, est presque toujours découpé en tranches fines, grillé puis rapidement passé dans un bouillon de légumes.

Deux techniques nipponnes sont typiques : le *nabemono* (mets cuit à table, sur un gril ou dans un récipient à fondue) et le *nimono* (aliment bouilli dans un liquide aromatique). La cuisson à la vapeur est aussi très usuelle.

Le véritable orgueil de la cuisine japonaise est la friture. Celle-ci exige des mélanges d'huiles soigneusement dosés, en particulier pour les beignets servis en assortiment, avec un éventail de sauces. Enfin, il faut mentionner l'art du découpage, tant pour la préparation que pour la présentation, qui requiert des ustensiles spéciaux et une grande dextérité.

■ **Richesses de la mer.** Avec un très grand nombre d'espèces de poissons de mer, une multitude d'algues comestibles, des cétacés, des coquillages et des crustacés (abalones, clams, crabes, crevettes, homards et huîtres), d'une saveur et d'une diversité exceptionnelles – dues à la présence d'un courant chaud et d'un courant froid qui font office de vivier géant –, les Japonais sont parmi les plus gros consommateurs de poissons et de fruits de mer. Le thon, la bonite, la dorade et la seiche sont les plus consommés, surtout sous forme de filets crus, servis avec une sauce soja à la moutarde et au raifort, ou encore de sushi (boulettes de riz au vinaigre et rouleaux d'algues, farcis de chair de poisson ou de crustacé).

Une spécialité réputée est le *fugu*, ou diodon, un poisson dont les organes contiennent un poison violent, mais dont la chair est très prisée : on le sert dans certains restaurants, dont le chef possède un brevet spécial, garantissant une dégustation sans danger. Le poisson s'apprête aussi très largement en friture.

■ **Quotidien et fêtes**. Le petit déjeuner se compose généralement d'un bol de riz et d'algues séchées, d'une soupe à base de miso ou d'un plat d'œufs.

Le déjeuner, relativement frugal et très rapide, se réduit le plus souvent à du riz accompagné d'œufs et de viande (côtelette de porc ou steak haché) ou à des nouilles, froides ou en soupe. Le dîner est, en revanche, beaucoup plus complet et raffiné. Il comporte classiquement au moins quatre variétés de mets, associant des apprêts liquides, croquants et mijotés, certains relevés et d'autres rafraîchissants. L'alternance des consistances et des saveurs est en effet l'une des règles d'or de la cuisine japonaise, la couleur, la texture et la forme comptant autant que le goût.

Le thé reste, avec la bière, la boisson d'accompagnement la plus répandue. Il est même l'occasion d'une cérémonie traditionnelle, le *kaiseki*, au cours de laquelle tout (bols, théière, plateaux et mets raffinés) concourt à faire de sa préparation un rituel symbolique d'une grande harmonie, qui se déroule en famille ou lors de la visite d'amis.

Les friandises et les petits gâteaux sont réservés aux fêtes traditionnelles ou savourés entre les repas, comme les fruits frais. Lors des fêtes et des grands événements, on sert des mets chargés de symboles, comme le potage de clams le jour du mariage shinto (les deux parties de la coquille évoquent l'union) ; de même le riz rouge (cuit avec des *azuki*, petits haricots rouges) est un symbole de bonheur.

Pour le Nouvel An, les mets sont présentés dans des boîtes gigognes, à la seule exception des préparations de *mochi*, riz gluant pilé, façonné en galettes et mijoté avec des légumes (pour les mets salés) ou bien avec des haricots rouges et du sucre (en dessert). On consomme également de la carpe, des châtaignes, des feuilles de chrysanthème, des fougères porte-bonheur, des oranges et du pain de poisson.

JAPONAISE (À LA) Se dit des apprêts de cuisine classique française où figurent les crosnes du Japon. Il s'agit notamment de grosses pièces de boucherie rôties, garnies de crosnes (étuvés au beurre ou préparés avec le jus de la pièce et de la demi-glace, et servis en croustades), ou d'une omelette fourrée. La salade japonaise est un autre nom de la salade Francillon ; il existe aussi une salade japonaise aux fruits, servie en hors-d'œuvre, associant des dés d'ananas, d'orange et de tomate sur des feuilles de laitue, nappés de crème fraîche au citron et poudrés de sucre. On appelle enfin « japonaise » une bombe glacée composée de mousse au thé chemisée de glace à la pêche.

▶ **Recette** : PÂTES DE CUISINE ET DE PÂTISSERIE.

JAQUE Fruit du jaquier, arbre tropical de la famille des moracées, originaire de l'Inde. Ovoïde et hérissé de petites pointes, le jaque peut peser jusqu'à 30 kg. Sa peau bleuâtre, vert pâle, jaune ou brune recouvre une chair blanche ou jaunâtre, semée de grosses graines. Blanchi avant d'être épluché, il se consomme en ragoût ou grillé au four, en légume. Les graines s'apprêtent comme les châtaignes, grillées ou en purée.

JARDINIÈRE Mélange de légumes à base de carottes, de navets et de haricots verts, servi en garniture de viandes rôties ou sautées, de volailles poêlées, de ris de veau braisés, etc. Les carottes et les navets sont coupés en bâtonnets de 3 à 4 cm de côté, les haricots verts sont détaillés en tronçons, parfois en losanges de 3 à 4 cm de long ; chacun de ces éléments est cuis séparément, à l'anglaise, puis ils sont mélangés avec des petits pois frais et liés au beurre. La jardinière est souvent complétée par des flageolets et des petits bouquets de chou-fleur. On peut la saucer de jus de rôti ou de fond de veau clair.

JARRE Grand vase de grès pansu, à orifice large, surtout destiné à conserver l'huile, les poissons et les viandes en salaison selon les procédés traditionnels.

JARRET Partie du membre d'un bœuf située au-dessous de la cuisse ou de l'épaule, que l'on appelait autrefois « gîte-gîte » (voir planche de la découpe du bœuf pages 128 et 129).

Le jarret de mouton correspond au morceau appelé « souris » du gigot.

Le jarret de veau, avant ou arrière, est un morceau gélatineux et maigre, avec un os riche en moelle (voir planche de la découpe du veau page 1083) ; désossé et coupé en cubes, il est associé au sauté, au braisé, à la blanquette ; entier, il peut être cuit dans un bouillon avec divers légumes ou encore compléter une potée ; coupé en rouelles épaisses, il devient osso-buco.

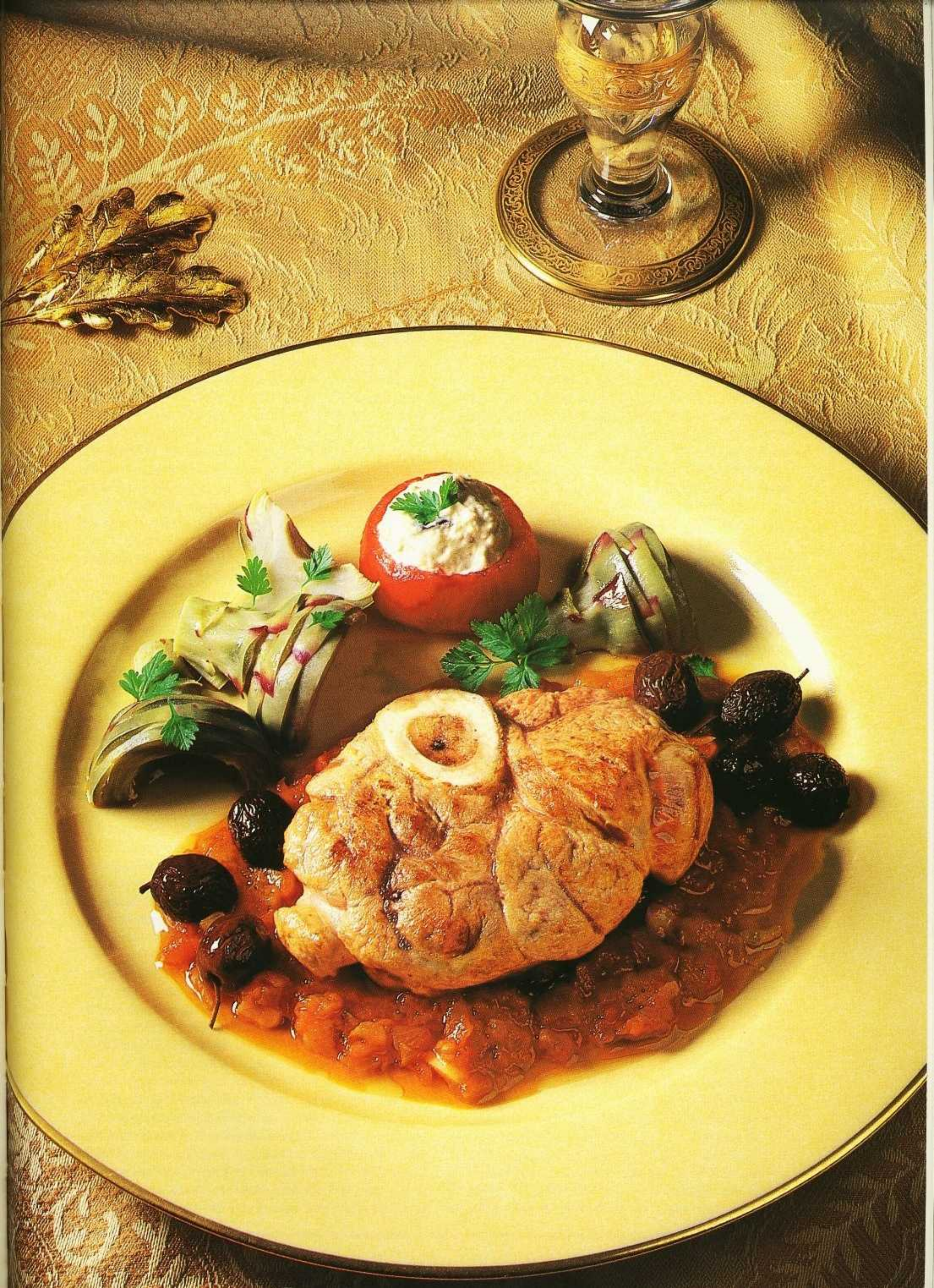
Le jarret de porc désossé est cuisiné en sauté, avec d'autres morceaux ; entier, il constitue le jambonneau. Le jarret arrière, plus charnu, peut être rôti, braisé ou bouilli comme le jambon, mais il est moins tendre ; le jarret avant est braisé ou bouilli, ou encore cuisiné en ragoût, une fois coupé en morceaux. Enfin, le jarret de porc demi-sel est un morceau de choix pour la choucroute, les potées et les plats demandant du petit salé.

jarret de veau à la provençale

Couper 800 g de jarret de veau en rouelles de 4 cm d'épaisseur. Saler, poivrer et dorer dans une sauteuse avec 3 cuillerées à soupe d'huile d'olive très chaude. Éplucher et hacher finement 150 d'oignons, les faire blondir dans la sauteuse. Verser 600 g de tomates pelées, épépinées et concassées, 1,5 dl de vin blanc sec et 1 bouquet garni. Bien remuer, puis ajouter 1 dl de bouillon et 2 gousses d'ail écrasées. Couvrir et cuire 1 h 20, puis laisser réduire 10 min à découvert.

jarrets de porc au chou rouge → PORC

▶
Jarret de veau
à la provençale



JASMIN Fleur très odorante d'un arbuste de la famille des oléacées. En Extrême-Orient, le jasmin « sambac » parfume le thé, et le jasmin « chinois » est utilisé en pâtisserie et même en cuisine. En Europe, le jasmin est utilisé principalement en parfumerie.
▶ **Recette** : MARMELADE.

JASNIÈRES Vin AOC blanc, issu du cépage chenin, vif, plein ou tendre selon les années, qui vieillit admirablement (**voir** TOURAINE).

JATTE Coupe ronde, peu profonde, sans rebord ni pied, utilisée principalement pour les crèmes et les laitages ; elle est souvent en grès, parfois en faïence ou en verre trempé.

JESSICA Nom d'une garniture pour suprêmes de volaille, escalopes ou grenadins de veau, œufs mollets ou pochés. Cette garniture associe de très petits artichauts étuvés au beurre, farcis d'un salpicon de moelle à l'échalote, et des morilles sautées au beurre, le tout étant dressé sur des pommes Anna façonnées en tartelette ; la sauce d'accompagnement est une allemande additionnée de fond de veau réduit, parfumé à l'essence de truffe.

L'omelette Jessica est fourrée de morilles émincées et de pointes d'asperge liées à la crème, puis roulée et entourée d'un cordon de sauce chateaubriand.

JÉSUITE Petit gâteau feuilleté triangulaire, fourré de frangipane et couvert de glace royale. Autrefois, ces gâteaux étaient recouverts d'un glaçage sombre (praliné, chocolat) et façonnés de manière à évoquer le chapeau à bord roulé des jésuites.

JÉSUS Saucisson sec de gros diamètre embossé dans un morceau de gros intestin de porc (**voir** tableau des saucissons page 957). Sa pâte, généralement pur porc, parfois porc et bœuf, est identique à celle de la rosette. Le séchage dure plus de deux mois.

On appelle également « jésus » un saucisson cuit de gros diamètre emballé en boyau naturel, qui était à l'origine préparé à la ferme et consommé traditionnellement à l'époque de Noël dans tout l'est de la France, notamment dans le Doubs, à Morteau. Poché, il garnit des potées ou des apprêts régionaux.

RECETTE DU RESTAURANT
JEAN-PAUL JEUNET, À ROUEN

jésus à la vigneronne

« Préparer un court-bouillon avec 2 litres d'eau, 1 bouteille de vin d'Arbois, 2 oignons épluchés et cloutés de girofle, 1 bouquet garni, du sel et du poivre. Y mettre 1 poignée de sarments de vigne, frais ou secs, qui doivent dépasser du liquide et cuire 30 min. Piquer alors à la fourchette 2 jésus de Morteau de 400 g et les cuire avec 8 bandes de lard fumé du haut Jura et coupées finement. Ajouter 1,5 kg de pommes de terre dans leur peau (si possible des quenelles) et poursuivre la cuisson 40 min. Dresser sur un grand plat les sarments de vigne, puis les tranches de morteau, les bandes de lard, enfin, les pommes de terre épluchées, et parsemer de 50 g de persil plat ciselé. »

JOINTOYER Boucher et lisser les lignes de jonction de certaines pâtisseries, formées d'abaisses superposées. L'opération, effectuée à l'aide de crème, est destinée à obtenir une surface et des pourtours uniformes, pour une bonne présentation ou un glaçage.

JOINVILLE Nom d'une garniture et d'une sauce pour poissons plats pochés. La garniture – ou salpicon – Joinville associe généralement queues de crevette, champignons pochés et truffes, tandis que la sauce est faite d'un velouté de sole lié à la crème et aux jaunes d'œuf, agrémenté d'essence de champignon, de jus d'huître et d'un beurre de crevette et d'écrevisse. Il peut s'agir aussi d'une sauce normande au beurre de crevette ou encore d'une sauce crevette au beurre d'écrevisse, additionnée de julienne de truffe, lorsqu'elle accompagne des poissons braisés.

En pâtisserie, le gâteau Joinville est fait de deux carrés de feuilletage fourrés à la confiture de framboise.
▶ **Recettes** : POIRE, SOLE.

JONCHÉE Fromage frais (environ 45 % de matières grasses), égoutté dans un moule (autrefois en jonc) et présenté à nu sur des claies de paille ou de jonc (**voir** tableau des fromages français page 497). La jonchée (ou le jonché) est fabriquée avec du lait de vache, quelquefois aromatisée avec des feuilles de laurier (Bretagne, Saintonge), de chèvre (Aunis, Poitou) ou de brebis (Béarn, île d'Oléron, Pays basque). Elle a une saveur douce et crémeuse.

JOUANNE Restaurant parisien fondé en 1823, près du marché de la viande et de la triperie, dans l'ancien quartier des Halles. Il était célèbre pour ses tripes à la mode de Caen, comme son voisin *Pharamond*. Jouanne émigra en 1891 vers l'avenue de Clichy, et sa clientèle le suivit, attirée aussi par le « gigot bretonne ». Plus tard, installé rue Dauphine, il survécut jusqu'en 1972, tandis que *Pharamond* garde toujours sa spécialité de tripes, de cidre et de pommes soufflées.

JOUBARBE Plante grasse, de la famille des crassulacées, à feuilles charnues en rosette, ressemblant à l'artichaut. La grande joubarbe, ou artichaut des murailles, se prépare comme ce dernier. La petite joubarbe (ou orpin, ou trique-madame) est également comestible : ses feuilles coupées se mangent en salade.

JOUE Partie charnue de la mâchoire inférieure d'un animal de boucherie (**voir** tableau des abats page 10). La joue – de bœuf essentiellement – constitue un bon morceau à bouillir, à braiser ou à préparer en bourguignon. Elle est moelleuse, légèrement gélatineuse et de saveur particulière. La joue de certains poissons (la lotte et la raie, notamment) est une bouchée délicate.

joue de bœuf en daube

La veille, nettoyer 2 ou 4 joues de bœuf en éliminant les déchets et la graisse. Les tailler en gros morceaux. Les laisser mariner 12 heures, à couvert, dans une terrine, avec du sel et du poivre, 3 cuillerées à soupe d'huile d'olive, 1 verre de vin blanc sec, du thym et du laurier. Tailler 4 carottes en petits cubes. Blanchir 3 min 300 g de poitrine salée détaillée en lardons, et les rafraîchir. Dénoyauter 300 g d'olives vertes et les blanchir 3 min. Chauffer 50 g de beurre dans une daubière. Y dorer la viande égouttée ou épongée, les carottes, les lardons et les olives. Verser dessus la marinade tiède, 75 cl de vin blanc, 4 gousses d'ail écrasées et 6 oignons pelés et coupés en quartiers. Porter à ébullition et maintenir celle-ci 15 min, puis couvrir la daubière et laisser cuire 3 heures au moins à feu très doux.

JOULE Unité de mesure officielle internationale (depuis 1980) de l'énergie. Le kilojoule remplace, en théorie, la Calorie (1 kJ = 0,24 Kcal, soit 240 calories), mais, en pratique, on trouve les deux unités sur les étiquettes, la Kilocalorie étant la plus usitée.

JUDIC Nom d'une garniture pour pièces de boucherie, poulet sauté, ris de veau braisé, composée de laitues braisées, de petites tomates farcies et de pommes château. La sauce est un déglaçage au madère et à la demi-glace, ou à la demi-glace tomatée.

On a également baptisé Judic des filets de sole pochés, garnis de laitue et de quenelles de poisson, le tout nappé de sauce Mornay et glacé à la salamandre.

Le potage Judic est une crème de volaille et de laitue à la Choisy, garnie de petites feuilles de laitue fourrées de farce de volaille et de truffe, et de rognons de coq.

JUDRU Saucisson morvandiau, court et gros, composé d'un hachis grossier macéré dans du marc (voir tableau des saucissons page 957).

JUIVE (À LA) Se dit surtout d'un apprêt de la carpe, servie généralement froide. Cet apprêt connaît une adaptation en cuisine classique, où le poisson est sauté à l'oignon puis braisé au vin blanc avec des aromates ; le fond de cuisson est additionné d'amandes hachées et de safran, de persil frais ou encore de raisins secs, de sucre et de vinaigre.

On dit également « à la juive » des artichauts farcis de mie de pain, de menthe et d'ail, cuits à l'huile.

▶ **Recette** : CARPE.

JUIVE (CUISINE) La gastronomie juive, intimement liée à la célébration ancestrale des fêtes du calendrier juif et du repos sabbatique, a néanmoins intégré des spécialités culinaires de tous les pays de la Diaspora.

Les règles de la *kashrout* (voir KASHER), loin de limiter la diversité de cette cuisine, garantissent une grande fraîcheur des produits. La tradition demeure très présente : le poisson, préparé le vendredi, est consommé le samedi, frit chez les juifs d'Orient, farci chez les juifs d'Europe ; l'œuf, symbole de totalité et de mort, figure dans de nombreux plats de fête ; le miel rappelle la Terre promise. Le pain tressé, ou *hallah*, évoque les pains de sacrifice. Les jeûnes (trois jours au moins durant l'année) sont souvent suivis de repas fastueux car, si la religion s'élève contre la gourmandise et l'ivrognerie, elle ne condamne pas les plaisirs de la table.

La gastronomie des séfarades (juifs des pays méditerranéens) et celle des ashkénazes (juifs d'Europe centrale) puisent à une source commune.

Ainsi, le même procédé de cuisson pour la tfina des premiers et pour le tchoulend des seconds (sortes de pot-au-feu cuits à l'étouffée dans le four du boulanger ou toute la nuit à la maison) permet de consommer ces plats chauds le samedi, jour où la religion interdit d'allumer du feu. Mais les recettes et les produits locaux ont profondément influencé les goûts.

Les juifs d'Afrique du Nord préparent volontiers le couscous, ceux d'Iran affectionnent la *gipa* (estomac de bœuf farci de riz) et le pilaf, tandis que les ashkénazes préfèrent les pommes de terre, les puddings *(kugel)*, les pâtes (*lokshen*, nouilles à l'eau, ou *kreplach*, pâtes farcies à la viande) et les plats russes ou autrichiens (borchtch, Strudel, Torten).

D'une façon générale, la cuisine juive privilégie la friture, surtout pour les entremets, ainsi que les mélanges sucrés-salés : carpe farcie, oignons au sucre et à la viande (plat servi lors des mariages séfarades), ou *pastelas* marocains (rissoles de pâte farcies de viande, de miel et de légumes).

Depuis la création de l'État d'Israël, en 1948, une gastronomie originale s'est développée dans ce pays. Chaque vague d'immigrants a tendance à garder ses traditions culinaires, mais, dans la vie quotidienne, la nourriture reste simple, et les crudités (notamment le concombre et l'avocat), les laitages et les agrumes occupent une place prépondérante.

Les Israéliens partagent avec leurs voisins moyen-orientaux certaines spécialités très courantes, purées de légumes, boulettes de viande épicée, etc. Ils élèvent en grande quantité dindes et canards, dont ils ont créé une nouvelle espèce. Ils exportent aussi du foie gras.

JUJUBE Fruit ovoïde du jujubier, arbre de la famille des rhamnacées, gros comme une olive, dont la peau rouge, lisse et coriace recouvre une chair jaunâtre ou vert pistache, douce et sucrée, enveloppant un noyau très dur (voir planche des fruits exotiques pages 502 et 503). Beaucoup plus énergétique sec que frais (314 Kcal contre 135 pour 100 g), à cause de son sucre (de 32 à 74 %), le jujube est produit dans le midi de la France. Il est consommé nature, frais ou sec ; on l'utilise aussi en pâtisserie (gâteaux, beignets) et en cuisine (farces pour viandes ou soupes).

JULES-VERNE Nom d'une garniture pour grosses pièces de boucherie, composée de pommes de terre et de navets farcis et braisés, dressés en alternance avec des champignons sautés.

JULIÉNAS Cru classé parmi les dix du Beaujolais, ferme et nerveux, aux arômes de cerise, qui vieillit parfaitement (voir BEAUJOLAIS).

JULIENNE Préparation de un ou plusieurs légumes taillés en bâtonnets. Ceux-ci sont d'abord coupés au couteau (ou à la mandoline) en tranches régulières de 1 à 2 mm d'épaisseur, puis superposés et ciselés en filaments de 3 à 5 cm de long. La julienne, cuite comme une fondue de légumes, est utilisée pour diverses garnitures, notamment des potages et des consommés.

La julienne est également une façon de tailler des légumes crus, servis en hors-d'œuvre, et bien d'autres ingrédients : blanc de poulet, champignons, cornichons, jambon, langue, poivrons, truffes, zestes.

► **Recettes** : CÉLERI-RAVE, DAURADE ROYALE ET DORADES, MANDARINE.

JUMEAU Morceau de l'épaule de bœuf, que l'on utilise en cuisine de deux façons (voir planche de la découpe du bœuf pages 128 et 129). Le « jumeau à bifteck », situé sur le scapulum (palette), comporte des parties plus ou moins tendres ; il est détaillé en tranches ou en pièces pour brochettes. Le « jumeau à pot-au-feu », situé le long de l'humérus, gélatineux et moelleux, est préparé en bœuf mode, braisé, bourguignon ou daube.

JURANÇON Vin AOC blanc (célèbre depuis qu'il servit à baptiser en 1553 le futur roi de France Henri IV), produit sur des vignobles très pentus au pied des Pyrénées. Il peut être sec, aromatique et nerveux, ou moelleux, gras et harmonieux (voir PYRÉNÉES).

JUS DE CUISSON Liquide plus ou moins riche en saveurs et en principes nutritifs qui se forme au cours de la cuisson d'une viande ou d'un légume. Surtout abondant lorsque cette cuisson est faite à couvert, le jus s'écoule aussi des viandes rôties et sert à les arroser. Certains apprêts sont dits « au jus » quand ils sont cuisinés ou finis avec un jus de cuisson sapide et bien aromatisé, notamment les légumes, les œufs cocotte, les pâtes alimentaires et le riz. Le « jus » est aussi la base aromatique, obtenue par mijotage prolongé d'os de porc rissolés et de gelée, des charcuteries cuites.

► **Recettes** : BETTE, GRENOUILLE, PIGEON ET PIGEONNEAU, ROGNON, SALSIFIS.

JUS DE FRUIT Suc naturel tiré d'un fruit par pression ou par centrifugation, constituant une boisson rafraîchissante, riche en vitamines. Le jus de fruit se consomme nature ou allongé d'eau gazéifiée ou plate. Une « boisson aux fruits » doit contenir au moins 10 % de fruits (en volume) ; la mention « jus de fruits » peut concerner un concentré de jus de fruits – à l'exception du jus de tomate –, reconstitué par addition d'eau, alors que le « pur jus de fruits » est un jus conservé dans sa forme originelle. La valeur calorique d'un tel produit dépend bien entendu du fruit dont il est extrait, mais aussi de la proportion de sucre ajouté.

Les jus de fruit sont surtout des boissons, mais entrent aussi dans la préparation de glaces et de sorbets. En cuisine, on utilise principalement les agrumes et l'ananas. Le jus de citron (voir ce mot) a des emplois spécifiques. Conseillés sur le plan diététique, les jus de fruits naturels sont complétés par les jus de légumes.

► **Recettes** : COCKTAIL, FAISAN.

JUS LIÉ Jus de cuisson, généralement de viande, dont la consistance est légèrement épaissie grâce à un roux ou à un autre féculent délayé à cru. Cette pratique est de moins en moins utilisée, les cuisiniers préférant aujourd'hui obtenir la consistance souhaitée par la réduction des sauces.

JUSSIÈRE Nom d'une garniture pour petites pièces de boucherie, composée d'oignons farcis, de laitues braisées et de pommes château, et parfois de carottes tournées et glacées.

KACHA Préparation de la cuisine russe, à base de gruau de sarrasin concassé ou en semoule, cuit au four (traditionnellement dans un moule en terre vernissée), puis additionné de beurre, abaissé et détaillé en petites galettes pour garnir potages ou ragoûts. On peut enrichir la kacha de fromage, d'œufs, de champignons, ou bien la gratiner.

En Pologne, la kacha (ou *kasha*, ou *kache*) est une sorte de pudding sucré à base soit d'orge mondé, cuit au lait et servi avec de la crème, soit de semoule, accompagné de beurre fondu.

KAKI Fruit d'un arbre originaire d'Orient, le plaqueminier (*kaki* en japonais), de la famille des ébénacées, dont la culture fut introduite en Europe au XIXe siècle. Le kaki (ou plaquemine, figue caque, abricot du Japon) ressemble à une tomate orangée. Sa chair assez molle, elle aussi orangée, contient de une à huit graines suivant les variétés et a une saveur aigre-douce, un peu astringente. Fournissant 64 Kcal pour 100 g, le kaki est assez riche en potassium (200 mg) et en vitamine C (7 à 22 mg). Disponible sur le marché français en décembre et janvier, importé d'Italie, d'Espagne et du Moyen-Orient, le kaki doit être consommé bien mûr, et sa pulpe se déguste à la petite cuillère. On en fait des compotes, des confitures, des sorbets.

KARITÉ Arbre d'Afrique tropicale, de la famille des sapotacées, dont les fruits ovoïdes, à pulpe sucrée, contiennent une amande. Une fois séchées et pilées, les amandes donnent une pâte crémeuse, riche en calcium et en vitamines, appelée « beurre de karité » et utilisée comme corps gras en cuisine dans certains pays d'Afrique où ne poussent ni le palmier ni l'arachide.

KASHER Mot hébreu signifiant « permis et rituel, conforme à la Loi », qui qualifie tout aliment reconnu propre à la consommation selon la religion juive. (On trouve aussi les orthographes kascher, kosher, casher, cascher, cacher et cawcher.)

La *kashrout* (ensemble des lois de purification) établit dans ce domaine des principes fondamentaux. D'une part, elle interdit de consommer du sang : ainsi, la viande de boucherie doit provenir d'un animal abattu par égorgement, puis salé et lavé ; la traite est très surveillée. D'autre part, elle prescrit « de ne pas cuire le veau dans le lait de sa mère » : sont donc interdits les plats qui mêlent le lait (ou ses dérivés, comme le beurre ou les préparations qui en contiennent) et la viande, ainsi que ces produits dans un même repas.

Enfin, elle distingue les chairs *tabor* (autorisées) et *tame* (proscrites), des interdits stricts s'appliquant à certains animaux : le porc, le gibier à sabot non fendu, le cheval, les crustacés, les coquillages, les poissons sans écailles, les reptiles, sans parler du chameau et de l'hippopotame, sont prohibés, tout comme les boissons fermentées – sauf le vin, soumis à d'autres règles.

En revanche, fruits et légumes sont considérés comme immédiatement consommables ; mais, si l'aliment autorisé entre en contact avec une substance interdite, il devient alors lui-même proscrit.

Les juifs de stricte observance n'achètent par conséquent que des produits certifiés kasher.

KEBAB Brochette turque de viande grillée ou rôtie (*kebabi* en turc), que l'on retrouve aussi dans les Balkans et au Moyen-Orient. Ainsi, le *chiche kebab* alterne, sur une brochette de bois ou de métal, des cubes de mouton et des dés de graisse de mouton (souvent remplacée par de gros lardons). Il en existe de nombreuses variantes, avec ou sans légumes, avec du veau, voire du buffle ou même des boulettes de viande hachée.

KEDGEREE Mets anglais d'origine indienne, également appelé *cadgery* ou *kadgéri* (mot indien). Le kedgeree est un riz au cari garni de restes de poisson (généralement du haddock, mais aussi du saumon, ou même du turbot – apport britannique au plat originel) et d'œufs durs.

KÉFIR Produit fermenté de lait de chamelle, mais aussi de vache, de chèvre ou de brebis, écrémé ou non, largement consommé dans le Caucase. Une fois ensemencé d'une levure dite « grains de kéfir », il est étuvé en bouteilles.

Le kéfir jeune, mousseux, a un goût aigrelet. Le « kéfir fort » est une boisson effervescente plus ou moins alcoolisée (2,5 % Vol. après trois jours de fermentation), au goût piquant. Très digeste et riche en protéines, le kéfir (ou képhir, ou képhyr) a fait la réputation de longévité des habitants du Caucase.

KEFTEDES Apprêt typique de la cuisine turque, à base de viande hachée additionnée de lard et d'épices, parfois liée avec des œufs, façonnée en palet, qui sont ensuite farinés et sautés. Le mot lui-même est magyar, mais les keftedes se retrouvent dans les cuisines allemande, autrichienne et grecque, où ils sont relevés d'oignon haché.

KELLOGG (WILL KEITH) Industriel américain (Battle Creek, Michigan, 1860 - *id.* 1951). Travaillant avec son frère, médecin nutritionniste célèbre et directeur d'un hôpital consacré aux désordres d'origine alimentaire, il découvrit, en 1894, un procédé permettant de transformer les grains de maïs en flocons. Ceux-ci convenant au régime végétarien prôné par les adventistes (secte à laquelle appartenaient les deux frères), le procédé fut industrialisé en 1898. Dès 1906, une société assura la distribution des corn-flakes, devenus un des éléments de base du breakfast américain.

KETCHUP Condiment anglo-saxon vendu en flacon, à la saveur aigre-douce, à base de champignon *(mushroom ketchup),* de noix *(walnut ketchup)* ou, surtout, de tomate (*tomato ketchup* [voir ce mot]), plus ou moins épicé (le *hot* est très pimenté). Le ketchup est utilisé pour relever les sauces de viande ; il accompagne œufs, pâtes, poisson, riz et steak haché.

▶ **Recette** : COCKTAIL.

KIR Apéritif confectionné avec de la crème de cassis sur laquelle on verse du bourgogne blanc (généralement un aligoté). Le « blanc cassis », traditionnel en Bourgogne, est bien antérieur au chanoine Kir, qui lui a laissé son nom (dans les années 1960) et l'a rendu célèbre lorsqu'il était maire de Dijon, en en faisant la boisson des vins d'honneur de l'hôtel de ville. Quand le vin blanc est remplacé par du champagne, on parle de « champagne cassis ». En remplaçant le vin blanc par un vin rouge, on obtient le « communard ».

KIRSCH Eau-de-vie de cerise (*Kirsche,* en allemand), originaire d'Alsace, de Franche-Comté et de Forêt-Noire, élaborée généralement avec des cerises noires à gros noyau (25 kg pour 1 litre), fermentées naturellement en tonneau, puis distillées. D'un bouquet puissant et d'un goût très fin, le kirsch se déguste en digestif, mais il est également employé en pâtisserie et en confiserie (biscuits imbibés, bouchées fourrées, crèmes aromatisées, salades de fruits, ainsi que pour le flambage). Il entre aussi dans la composition du punch et de certains cocktails.

▶ **Recettes** : FRUITS RAFRAÎCHIS, TOURTE.

KISSEL Entremets froid de la cuisine russe, fait d'une gelée sucrée, épaissie avec de la fécule et parfumée aux fruits rouges, au vin blanc ou au café. Le kissel se sert aussi chaud, accompagné de crème fraîche.

KIWANO Fruit d'une plante de la famille des cucurbitacées, originaire d'Afrique australe (voir planche des fruits exotiques pages 502 et 503). Aussi appelé « melon (ou concombre) à cornes », en raison des petites épines présentes sur sa peau, le kiwano a une saveur qui rappelle celle du concombre et du melon. Il se consomme frais ou en jus.

KIWI Fruit d'une plante grimpante originaire de Chine, l'actinidia, de la famille des dilléniacées, surtout cultivée en Nouvelle-Zélande, mais aussi en Californie, en Italie, dans le sud-ouest de la France et en Corse (voir planche des fruits exotiques pages 502 et 503). Couvert d'une peau velue brun verdâtre, le kiwi, appelé aussi « groseille de Chine », a une chair vert clair, juteuse, parfumée et acidulée. Fournissant 53 Kcal pour 100 g, il est très riche en vitamine C. Il se mange en dessert, ouvert en deux et à la petite cuillère, ou épluché et coupé en cubes ou en rondelles ; il entre également dans la composition de salades de fruits, de tartes. Il accompagne les cailles rôties, les maquereaux au four ou les côtes de porc poêlées. On en fait également une sauce aigre-douce pour viandes et poissons froids.

▶ **Recette** : TARTE.

KLÖSSE Farinage de la cuisine allemande et autrichienne, fait de boulettes pochées à l'eau bouillante. On sert les Klösse avec du beurre fondu et de la chapelure rissolée, ou en garniture de potage ou de plat en sauce. On retrouve un apprêt analogue dans la cuisine polonaise, les *klouski*, boulettes à base de farine, d'œuf, de sucre et de levure, servies en entremets.

Klösse à la viennoise

Écroûter 550 g de pain bis et l'émietter. Laisser tremper la mie dans un peu de lait bouillant. Couper en tout petits dés 250 g de jambon maigre. Faire fondre à couvert 175 g d'oignons hachés avec 15 g de beurre. Hacher 1 cuillerée à soupe de cerfeuil et 1 cuillerée à soupe d'estragon. Mélanger le tout. Ajouter 1 cuillerée de farine et 3 œufs battus en omelette ; saler, poivrer et muscader. Diviser cette pâte en portions de 50 g, les façonner en boulettes et les fariner. Porter à ébullition une grande quantité d'eau salée et y cuire les Klösse 12 min. Émietter finement de la mie de pain et la frire dans du beurre. Égoutter les boulettes et les arroser de beurre noisette et de mie frite.

KNEPFLES Farinage alsacien, dont l'orthographe et la définition diffèrent selon les régions. Ce sont des sortes de quenelles, des gnocchis ou des boulettes de pâte fraîche aux œufs, ou encore à base de purée de pomme de terre. Elles sont servies en entrée ou en garniture de viande, arrosées de beurre noisette et de chapelure dorée, ou gratinées, ou mélangées avec des croûtons rissolés et arrosées d'un peu de lait.

Knepfles

Verser 375 g de farine dans une terrine ; incorporer 2 œufs entiers battus avec 1 pincée de sel et de muscade, puis incorporer petit à petit 2,5 ou 3 dl de lait. Laisser reposer la pâte 2 heures. Porter à petite ébullition 2 litres d'eau salée. Y faire tomber la pâte, façonnée en boulettes à l'aide de deux petites cuillères et les pocher 10 min, puis les égoutter et les éponger. Les disposer dans un plat à gratin beurré. Les parsemer de 100 g de gruyère râpé et les arroser de 75 g de beurre fondu. Les gratiner dans le four préchauffé à 250 °C.

KNÖDEL Sorte de quenelle, sucrée ou salée, très répandue dans l'est de l'Europe. En Alsace et en Allemagne, les Knödel (ou *Knödl*, ou *Knoedel*) sont des boulettes de pâte à nouilles, accommodées avec de la crème ou du beurre fondu ; la pâte est parfois additionnée de moelle *(Markknödel)* ou de foie en purée *(Leberknödel)*. Les Tchèques et les Slovaques les préparent aussi avec de la mie de pain trempée de lait, de la purée de pomme de terre ou de la pâte levée, un hachis d'oignon et de viande. Les Knödel d'entremets sont soit de grosses prunes dénoyautées, enrobées de pâte à beignet et frites (les *Zwetschenknödel* autrichiennes), soit des carrés de pâte fourrés de compote de cerise ou d'abricot.

KNORR (CARL HEINRICH) Industriel allemand (Meedorf 1800 - Heilbronn 1875). Fils d'instituteur, il épousa en secondes noces une riche fermière, dont la dot lui permit de créer, en 1838, une petite usine de torréfaction de chicorée et de café. Après 1875, ses deux fils y ajoutèrent la production de farines de pois, de lentille, de haricot et de sagou, vendues en paquet, à l'origine des premiers potages en sachet.

KONBU Algue comestible (voir tableau des plantes marines page 808), courante dans la cuisine japonaise, se présentant sous forme de grandes feuilles noires, séchées, que l'on réhydrate pour garnir des bouillons, accompagner le poisson, relever des garnitures, etc.

KORN Eau-de-vie de grain allemande, qui se boit traditionnellement en même temps que la bière : le type de grain qui a servi à sa fabrication est généralement précisé sur l'étiquette. Le Korn, dont il existe des centaines de marques, est distillé dans le nord de l'Allemagne et dans la vallée de la Ruhr.

KOUGLOF Brioche alsacienne garnie de raisins secs, moulée en couronne haute et torsadée. Le kouglof est la friandise des petits déjeuners du dimanche. On le prépare la veille, car il est meilleur légèrement rassis. Il accompagne bien, également, les vins d'Alsace.

kouglof

Tremper 40 g de raisins de Corinthe dans un peu de thé léger tiède et faire ramollir 175 g de beurre à température ambiante. Délayer 22 g de levure de bière fraîche avec 3 cuillerées à soupe de lait tiède ; y ajouter 90 g de farine et mélanger le tout. Verser un peu de lait tiède pour obtenir une pâte molle. Façonner le levain en boule, le mettre dans une terrine, l'inciser en croix sur le dessus et le laisser lever dans un endroit tiède. Disposer 260 g de farine en fontaine et casser 2 œufs au milieu avec 1 cuillerée d'eau tiède ; incorporer les œufs et travailler la pâte en la rompant plusieurs fois. Dissoudre 40 g de sucre semoule et 1 cuillerée à café de sel dans très peu d'eau : les ajouter à la pâte, avec le beurre ramolli, puis 2 autres œufs entiers, un par un, sans cesser de travailler la pâte. Étaler celle-ci sur un plan de travail, mettre le levain par-dessus, puis mélanger le tout en le rassemblant et en le projetant sur la table. Incorporer enfin les raisins. Mettre la pâte dans un récipient creux, la couvrir d'un torchon et la laisser doubler de volume dans un endroit tiède. Beurrer un moule à kouglof, parsemer la paroi de 100 g d'amandes effilées. Allonger la pâte en un long boudin et la disposer dans le moule, en tournant : elle doit l'emplir à mi-hauteur. La laisser lever de nouveau, dans un endroit tiède, jusqu'à ce qu'elle atteigne le haut du moule. Cuire 40 min au four préchauffé à 210 °C. Démouler le kouglof sur une grille et le laisser refroidir, puis le poudrer légèrement de sucre glace.

▶
Kouglof, crème anglaise



KOUIGN-AMANN Gâteau breton de la région de Douarnenez. C'est une grosse galette de pâte à pain, à laquelle on incorpore du beurre, demi-sel ou non (ou de la crème fraîche épaisse).

Cuit à feu vif et bien caramélisé au sucre, le kouign-amann se sert en Bretagne de préférence tiède.

kouign-amann

Délayer dans un grand bol 12 g de levure de bière avec 2 cuillerées à soupe d'eau tiède et la mélanger avec 50 g de farine. Laisser lever dans un endroit tiède, sous un linge. Quand ce levain a doublé de volume, le mettre dans une terrine avec 200 g de farine tamisée et 1 pincée de sel ; pétrir vigoureusement du bout des doigts, en ajoutant juste assez d'eau pour obtenir une pâte souple et homogène ; bien travailler celle-ci en la rompant plusieurs fois, puis la laisser lever à nouveau dans un endroit tiède, sous le linge. Quand la pâte a doublé de volume, l'étaler en un grand disque sur un plan de travail fariné. Répartir dessus 125 g de beurre ramolli à la spatule de bois et coupé en parcelles et poudrer avec 60 g de sucre semoule. Plier la pâte en trois, l'abaisser et la plier à nouveau en trois. Laisser reposer 15 min dans un endroit tiède. Abaisser encore le disque, replier en trois, laisser reposer de nouveau. Recommencer encore une fois. Façonner en un disque de 22 cm de diamètre et le déposer dans une tourtière beurrée et farinée. Tracer des losanges sur le dessus de la pâte et dorer à l'œuf. Cuire 20 min au four préchauffé à 240 °C, en badigeonnant le dessus du gâteau avec le beurre qui s'échappe de la pâte. Poudrer de sucre glace et poursuivre la cuisson 10 min ; l'intérieur doit rester souple.

KOULIBIAC Pâté en croûte russe farci de viande ou de poisson, de légumes, de riz et d'œufs durs. Cet apprêt a connu en Europe de nombreuses adaptations et variantes.

On fait souvent cuire le koulibiac – écrit aussi « coulibiac » – comme un pâté « pantin », c'est-à-dire sans moule, mais les moules traditionnels sont en terre cuite, en forme de poisson.

koulibiac de saumon

Préparer une pâte feuilletée et la laisser reposer. Faire durcir 3 œufs. Cuire 100 g de riz. Faire pocher 12 min un morceau de saumon frais de 400 g, débarrassé de sa peau et de ses arêtes, dans de l'eau salée additionnée de 1 verre de vin blanc, 1 bouquet garni et 10 g de paprika, puis le laisser refroidir dans sa cuisson. Dorer 3 échalotes et 350 g de champignons hachés dans 15 g de beurre, avec du sel et du poivre. Cuire 3 cuillerées à soupe de semoule dans de l'eau salée. Abaisser les deux tiers de la pâte feuilletée en un rectangle sur 3 mm d'épaisseur. Y étaler, en couches, sans aller jusqu'aux bords, le riz, le saumon émietté, les champignons, la semoule, et les œufs durs écalés et coupés en quatre. Relever les bords du rectangle et les replier sur la garniture. Abaisser le reste de la pâte et en recouvrir le pâté. Pincer les bords pour les souder. Décorer avec des bandes de pâte, puis dorer à l'œuf battu. Cuire 30 min au four préchauffé à 230 °C. Servir très chaud, avec du beurre fondu en saucière.

KOULITCH Brioche russe de Pâques, de forme haute, dont la pâte est agrémentée de raisins secs, de fruits confits, de safran, de cardamome, de macis et de vanille. Le koulitch est glacé au sucre. On le déguste, selon la coutume, avec des œufs durs.

KOUMIS Lait de jument, d'ânesse ou de vache fermenté par adjonction de levures. Cette boisson très digeste, que les Russes apprécient beaucoup, est aussi utilisée dans le traitement des diarrhées du nourrisson.

KOUNAFA Pâtisserie orientale, faite de couches superposées de longs fils de pâte rissolés dans du beurre ou de l'huile de sésame, alternées avec des amandes et des noisettes – ou d'autres fruits secs – pilées avec du sucre ; le gâteau est arrosé après cuisson d'un sirop épais au citron et à l'eau de rose.

KRAPFEN Beignet allemand et autrichien, en pâte levée, généralement fourré de confiture d'abricot ou de framboise, voire de pâte d'amande, servi chaud avec une crème anglaise ou une sauce à l'abricot.

KRIEK Bière belge aromatisée à la cerise, de couleur rouge. Faiblement alcoolisée, la kriek a lancé la mode, sans rapport avec une quelconque tradition, des lambics aux fruits, aromatisés au cassis, à la framboise, à la pêche, au muscat et même à la banane.

KUMMEL Liqueur au goût anisé, d'origine hollandaise, élaborée à partir du carvi, appelé autrefois « cumin des prés » (*Kümmel*, en allemand). Souvent très sucré, le kummel est servi sur des glaçons. Il aromatise également glace et fruits rafraîchis.

KUMQUAT Agrume originaire de la Chine centrale, cultivé en Extrême-Orient, en Australie et en Amérique. De la taille d'un œuf de caille, jaune ou orange foncé, cette orange naine possède, sous une peau tendre et sucrée, une pulpe acidulée, fournissant 65 Kcal pour 100 g, riche en provitamine A, en potassium et en calcium. Consommé frais (avec sa peau) ou confit, le kumquat sert aussi à préparer confitures, marmelades et certains gâteaux ; il est également utilisé en cuisine, notamment dans des farces pour volailles.

KWAS Bière russe de fabrication artisanale, à base de moûts de seigle et d'orge, ou de pain noir émietté, trempé et fermenté, aromatisés à la menthe ou aux baies de genièvre. De couleur brune, peu alcoolisé, le kwas est à la fois aigre et douceâtre. On le vend l'été, à Moscou, à l'arrière de petits camions-citernes qui sillonnent les rues. On le boit nature et frais, ou additionné d'eau-de-vie ou de thé. Il est également utilisé en cuisine, notamment dans certaines soupes.



LABEL Mot anglais signifiant « étiquette », utilisé en français pour désigner une marque collective, attestant qu'un produit alimentaire possède un ensemble de caractéristiques préalablement fixées et établissant un niveau de qualité supérieure.

Un produit « sous label » présente donc un intérêt particulier pour le consommateur, lié à son origine (bœuf charolais du Bourbonnais, crème fluide d'Alsace), à ses conditions de production (volailles fermières de Loué, dinde noire des fermiers du Sud-Ouest) et de fabrication (emmental français « grand cru », salaisons de Lacaune). Le label est distinct de l'AOC (voir APPELLATION D'ORIGINE CONTRÔLÉE), qui garantit une protection juridique contre tout risque d'imitation.

Créé en 1960, le « label rouge » se reconnaît à son graphisme en forme de sceau avec ruban. En France, il est homologué par le ministère de l'Agriculture (sans qu'il s'agisse pour autant d'une garantie de l'État).

Son attribution n'est jamais définitive. Il s'applique surtout aux poulets, mais aussi à la pomme de terre belle de Fontenay, aux salaisons de Bretagne, aux oignons à repiquer d'Auxonne, aux cailles de Challans ou de Vendée... Il existe également des « certifications de conformité » (voir ce mot).

Le mot label revêt à peu près la même signification dans tous les pays francophones.

LA BOUILLE Fromage normand double-crème de lait de vache enrichi (60 % de matières grasses), à pâte molle et à croûte fleurie (voir tableau des fromages français page 494). La bouille, créée au début du siècle par un certain monsieur Fromage, se présente sous la forme d'un cylindre de 8 cm de diamètre et de 5,5 cm d'épaisseur. Ce fromage a un bouquet développé et une saveur fruitée.

LABSKAUS Plat du nord de l'Allemagne, constitué d'un hachis de bœuf en saumure, d'oignon et de harengs (ou d'anchois) revenus au saindoux, additionné d'une purée de pomme de terre muscadée et poivrée. Le Labskaus est servi avec un œuf poché, des betteraves marinées et des cornichons.

LACAM (PIERRE) Pâtissier et historien français de l'art culinaire (Saint-Amand-de-Belvès 1836 - Paris 1902). Il créa nombre de petits-fours et de gâteaux, notamment des entremets à la meringue italienne. Auteur du *Nouveau Pâtissier-Glacier français et étranger* (1865), du monumental *Mémorial historique et géographique de la pâtisserie* (1890), du *Glacier classique et artistique en France et en Italie* (1893), il dirigea également une revue professionnelle, *la Cuisine française et étrangère*.

LACCAIRE Terme générique désignant un ensemble de très petits champignons roux-orangé, roses ou améthyste, à lames espacées charnues et à pied grêle (voir planche des champignons page 240). Les laccaires comestibles se mangent en garniture, mélangés à d'autres champignons.

LA CHAPELLE (VINCENT) Cuisinier français (1703 - ?). Il exerça son art en Angleterre, au service de lord Chesterfield, et publia, en 1733, *The Modern Cook*, en trois volumes, qui fut plusieurs fois réédité. Il passa ensuite au service du prince d'Orange-Nassau, puis de Mme de Pompadour et enfin de Louis XV. En 1735 parut la version française de son ouvrage, en quatre volumes, qui fut même augmentée d'un volume en 1742. *Le Cuisinier moderne* était encore considéré en 1930 comme un ouvrage d'actualité par Nignon. Les recettes de La Chapelle restent aujourd'hui réalisables.

LA CLAPE Vin AOC rouge, rosé ou blanc de l'appellation coteaux-du-languedoc, produit près de Narbonne et qui bénéficie d'une dénomination particulière (voir LANGUEDOC).

LACRIMA-CHRISTI Vin blanc italien produit sur les pentes du Vésuve. Doré, à la fois moelleux et assez sec, il rappelle par certains côtés les graves, mais n'a jamais été abondant ; il était autrefois réservé au roi de Naples.

LACROIX (EUGÈNE) Cuisinier allemand (Altdorf 1886 - Francfort 1964). Fils de restaurateurs de Heidelberg, il fut l'apprenti d'un cuisinier de Napoléon III. Il se fixa à Strasbourg, où sa renommée s'affirma, mais dut quitter la ville en 1918 et s'établit à Francfort. Il créa un apprêt de foie gras en croûte et le potage « tortue clair ».

LACTAIRE Champignon qui laisse écouler à la cassure un lait blanc, rouge, orange, violet, jaune ou grisâtre, qui peut changer de couleur par oxydation au contact de l'air (voir planche des champignons page 240). Les lactaires sont souvent âcres. Aucun d'entre eux n'est franchement vénéneux, mais beaucoup sont sans grande valeur gustative. En fait, ils sont surtout recherchés pour leur chair croquante.

LAGOPÈDE Gibier à plume de la famille des perdrix, que l'on chasse au Canada dans la toundra.

LAGUIOLE Fromage AOC du Rouergue au lait cru de vache (45 % de matières grasses), à pâte pressée non cuite et à croûte naturelle brossée, grise (voir tableau des fromages français page 496). Le laguiole se présente sous la forme d'un cylindre de 40 cm de diamètre et de 35 à 40 cm d'épaisseur, et pèse de 30 à 40 kg. Proche du cantal, fabriqué dans les burons de montagne, sur les pâturages, il est plus ou moins foncé selon la durée de son affinage (de trois à six mois en cave humide) et a une saveur prononcée ; il est meilleur de juillet à mars-avril. On le sert en fin de repas ou en casse-croûte ; on peut aussi mettre du laguiole demi-frais dans la soupe au chou et au pain.

LAGUIPIÈRE Cuisinier français (milieu du XVIII[e] s. - 1812). Ayant gravi les échelons de son métier dans la maison du prince de Condé, qu'il suivit en exil, il dirigea ensuite, à son retour en France, les cuisines de Napoléon ; Antonin Carême travailla alors sous ses ordres. Il se mit ensuite au service de Murat, qu'il accompagna à Naples, puis pendant la campagne de Russie. Il mourut de froid à Vilna, et son corps fut ramené attaché derrière la voiture de son maître. Ce grand chef n'a laissé aucun écrit, mais son nom reste lié à plusieurs recettes, dont certaines lui furent peut-être seulement dédiées par d'autres cuisiniers.

LAIT Liquide blanc, opaque et légèrement sucré, « produit intégral de la traite totale et ininterrompue d'une femelle laitière bien portante, bien nourrie et non surmenée » (définition légale).

Le lait, aliment très équilibré sécrété par les femelles mammifères pour nourrir leurs petits, fut de tout temps, et pour cette raison, un symbole de fertilité et de richesse : dans la Bible, la Terre promise est un pays où coulent « le lait et le miel ». Moïse cite les laits de brebis et de vache comme des dons de Dieu.

Caractéristiques des différentes présentations de lait de vache

présentations	appellation légale	traitement thermique	conservation	
			avant ouverture	après ouverture
concentré	« lait concentré » (non sucré)	pasteurisé, concentré, stérilisé sous vide	DLUO* : 12-18 mois, ≤ 15 °C	1-2 jours + 4 °C
	« lait concentré sucré »	non stérilisé, additionné de 70 % de saccharose		
cru	« lait cru », « lait cru frais »	refroidi juste après la traite, conditionné sur place	48 h après la traite, ≤ + 4 °C	≤ 24 heures
pasteurisé	« lait pasteurisé conditionné », « lait frais pasteurisé », « lait pasteurisé de haute qualité »	72 °C-85 °C (15-20 s), 72 °C (15 s) pour « haute qualité », refroidissement rapide à - 4 °C	DLC ** : 7 jours, ≤ + 4 °C	2-3 jours (DLC incluse), 24 heures en collectivité
en poudre	« lait en poudre », « poudre de lait », « à dissolution instantanée » (avec lécithine)	pasteurisé, concentré, atomisé, déshydraté	DLUO * : ± 14 mois, température ambiante	10 jours (entier), 2 semaines (demi-écrémé), 3 semaines (écrémé)
stérilisé	« lait stérilisé »	115 °C (15-20 min), refroidissement rapide	DLC **: 150 jours, ≤ 15 °C	≤ 1-2 jours, + 3 °C
UHT	« lait stérilisé UHT »	140 °C-150 °C (1-5 s), après refroidissement rapide	DLC **: 90 jours, ≤ 15 °C	1-2 jours, + 3 °C

** DLUO : date limite d'utilisation optimale.*
*** DLC : date limite de consommation à partir du conditionnement notifié sur l'emballage.*

En Asie et en Inde, le lait de zébu ou de bufflonne est sacré. Les Grecs et les Romains prisaient surtout les laits de chèvre et de brebis ; ces derniers appréciaient les laits de jument, de chamelle et d'ânesse.

Aujourd'hui, en France, le terme « lait », sans indication d'espèce animale, est réservé au lait de vache, le seul qui soit commercialisé et consommé couramment (voir tableau). Aliment complet (65 Kcal pour 100 g), le lait de vache contient, en moyenne, par litre : 870 g d'eau, 39 g de matières grasses émulsionnées (d'où sa couleur blanche due essentiellement à la présence des matières azotées), 35 g de matières azotées (95 % de protéines, dont l'une, la caséine, coagule sous forme de caillé), 45 g de lactose (sucre parfois mal digéré et responsable de certaines intolérances), de nombreux minéraux (7 à 10 g ; en particulier du calcium) et une grande variété de vitamines. Selon sa composition, le lait influe sur la nature du fromage fabriqué : pour le gruyère, il doit être très frais et peu acide ; pour le pont-l'évêque, il est utilisé aussitôt après la traite ; pour le camembert, il peut être un peu acidifié. La saveur du beurre dépend également de l'alimentation des vaches.

Le lait renferme une population microbienne abondante. Celle-ci intervient dans la coagulation naturelle du lait, mais elle peut aussi être pathogène : il est donc nécessaire de conserver le lait grâce à diverses méthodes de pasteurisation et de stérilisation.

■ **Emplois.** La consommation du lait est relativement faible en France : 77 litres par an et par habitant, contre 242 en Finlande (premier rang). On utilise le lait de multiples façons. Élément de base de la crème fraîche, du beurre, des fromages et des yaourts, il constitue également une boisson appréciée : nature, aromatisé avec un sirop de fruit, vanillé ou chocolaté. Il peut être ajouté en « nuage » dans le thé et le café, et sert à préparer le chocolat. Il entre même dans certains cocktails (milk-shake aux fruits, notamment). Il peut être additionné de produits épaississants et aromatisé (lait gélifié) pour constituer des desserts. Sous l'action de ferments lactiques et, éventuellement, de levures, il devient du « lait fermenté » (*leben*, koumis, *képhir* du Moyen-Orient, *khir* indien, *gioddu* sarde, *skyr* islandais, etc.). Le « lait caillé », ou « lait battu », servait de base à de nombreux apprêts dans les campagnes (lait « ribot », c'est-à-dire baratté et versé sur des pommes de terre écrasées), lait « cuit » (caillé naturellement et chauffé doucement, dégusté avec des galettes de sarrasin), lait « marri » (mis à bouillir, additionné de lait ribot, servi sucré), etc.

En cuisine, le lait est indispensable dans un grand nombre de préparations, notamment pour les sauces Béchamel, Nantua et Soubise, en finition dans les soupes et potages, pour les gratins, le court-bouillon de certains poissons, et même pour la cuisson de certaines viandes. Desserts, flans et entremets, crème anglaise, crème aux œufs et crèmes cuites en contiennent en proportions notables, ainsi que les glaces et les pâtes de base, surtout les plus fluides (beignets, crêpes, gaufres). Enfin, on prépare une confiture de lait réduite en caramel et très sucrée, aromatisée à la vanille.

▶ **Recettes** : COURT-BOUILLON, FLAN, ŒUFS AU LAIT, PAIN AU LAIT, RIZ, SOUPE, TAPIOCA, THÉ.

LAIT D'AMANDE Apprêt liquide à base d'amandes pilées. Le lait d'amande peut se préparer avec des amandes pilées, délayées, additionnées de gélatine, pour servir de base à des entremets froids ou des coupes glacées, complétés par des fruits et de la glace.

En pâtisserie classique, le lait d'amande est un gâteau rond, à base de pâte aux amandes, au sucre et aux œufs ; abricoté après cuisson, il est recouvert d'une abaisse de pâte d'amande abricotée et glacée en blanc, le tour étant décoré d'amandes hachées et grillées.

LAIT DE POULE Boisson onctueuse et réconfortante, consommée chaude ou froide. Le lait de poule est fait d'un jaune d'œuf battu avec une cuillerée à soupe de sucre, le mélange étant ensuite délayé et fouetté avec un verre de lait. On l'aromatise parfois avec de l'eau de fleur d'oranger.

LAITANCE Sécrétion des glandes génitales des poissons mâles, se présentant comme une poche blanche et molle, riche en phosphore. On consomme les laitances, ou laites, lorsque les poissons sont « pleins » ; on peut également les conserver, à l'huile ou fumées. On utilise surtout les laitances de hareng, de carpe (plat favori de Brillat-Savarin en garniture d'omelette) et de maquereau. Pochées au court-bouillon ou cuites à la meunière, elles se servent en hors-d'œuvre chauds. Elles peuvent aussi accompagner des poissons.

barquettes aux laitances → BARQUETTE
beurre de laitance → BEURRE COMPOSÉ
bouchées aux laitances → BOUCHÉE SALÉE
canapés aux laitances → CANAPÉ

RECETTE DE JOËL ROBUCHON

laitances de hareng au verjus

« Faire dégorger 1 heure 500 g de laitances de hareng dans de l'eau froide additionnée de 1 dl de vinaigre d'alcool blanc. Les débarrasser ensuite du petit vaisseau sanguinolent. Les égoutter, les éponger soigneusement avec du papier absorbant et les assaisonner de sel et de poivre du moulin. Les passer dans de la farine, les secouer pour en enlever l'excès, puis les piquer en 5 ou 6 endroits avec une aiguille fine pour éviter qu'elles n'éclatent. Chauffer dans une poêle 40 g de beurre et 5 cl d'huile d'olive, y poser doucement les laitances et les dorer légèrement 3 ou 4 min de chaque côté. Dans une autre poêle, chauffer 80 g de beurre et y faire rissoler 4 min 80 g de petits dés de champignons de Paris et 80 g de petits dés de pommes fruits acides. Ajouter 80 g de petits dés de tomate puis, après 1 min, 50 g de câpres surfines ; saler et poivrer. Dresser les laitances sur des assiettes. Les parsemer de pluches de persil simple. Les recouvrir de la garniture. Dégraisser la poêle des laitances et la déglacer avec 5 cl de vinaigre de cidre et 5 cl de verjus. Napper les assiettes de cette sauce et servir très chaud. »

LAITUE Nom générique de diverses plantes potagères annuelles que l'on consomme crues ou cuites. Connue en Égypte et en Asie depuis des temps reculés, appréciée des Grecs et des Romains, qui attribuaient des vertus thérapeutiques à la substance laiteuse qu'elle contient (d'où son nom), la laitue fut introduite en France au Moyen Âge, certains prétendent par Rabelais, qui aurait rapporté des graines d'Italie, d'autres par les papes en exil à Avignon.

Jusqu'au règne de Louis XVI, on la consommait en apprêt chaud. La laitue crue à la vinaigrette fit vivement sensation à Londres, où un émigré, le chevalier d'Albignac, fit fortune en assaisonnant des salades dans les hôtels privés et les restaurants de luxe. Brillat-Savarin évoque la figure de ce *fashionable salad maker,* qui passait de salle à manger en salle à manger avec son nécessaire en acajou et ses ingrédients (huiles parfumées, caviar, sauce soja, anchois, truffes, jus de viande, vinaigres aromatisés, etc.).

■ **Emplois.** Toutes les laitues (voir tableau) sont très riches en eau, peu énergétiques (18 Kcal pour 100 g, contre près de 50 Kcal pour le pissenlit) et renferment de nombreux sels minéraux et des vitamines. La pommée est plus savoureuse au printemps, la romaine et

Caractéristiques des différents types de laitues

types	**provenance**	**époque**	**aspect**
feuille de chêne (krizet, raisa, etc.)	Provence, Roussillon, Val de Loire, ceintures vertes	avr.-oct.	sans pomme, feuilles vert-blond, ou rouges lancéolées, longues, échancrées, en bouquet érigé
grasses			
craquerelle	Sud-Est	mars-fin oct.	pomme haute, feuilles vert franc, craquantes
sucrine	Sud-Est	juill.-sept.	pomme petite, très serrée, feuilles vert foncé, craquantes
têtue de Nîmes	Sud-Est	juill.-fin sept.	pomme moyenne, très serrée, feuilles épaisses, vert foncé
lollo rossa (diverses variétés)	Provence, Roussillon, Val de Loire, ceintures vertes	avr.-oct.	sans pomme, feuilles vertes ou rouge-violet
pommées batavia			
batavias blondes (dorée de printemps, laura, etc.)	Sud-Est, Sud-Ouest, Centre, Nord, Île-de-France	avr.-nov.	pomme grosse, ferme, feuilles vert-blond très brillant, cloquées, finement découpées
batavias rouges (rossia, rouge grenobloise, etc.)	Sud-Est, Sud-Ouest, Centre, Nord, Île-de-France	avr.-nov.	pomme grosse, peu fermée, feuilles finement gaufrées, lavées de brun-rouge
types iceberg (saladin, lambada, calona, etc.)	Bretagne, Roussillon	mars-nov.	pomme dense, feuilles ouvertes, vert clair à foncé, bleuté, craquantes
pommées beurre			
variétés de printemps (elsa, florian, etc.)	Sud-Est, Sud-Ouest, Centre, Nord, Île-de-France	avr.-juin	pomme moyenne, bien fermée, feuilles vert franc, assez épaisses
variétés d'été (balisto, tropica, etc.)	Sud-Est, Sud-Ouest, Centre, Nord, Île-de-France	juin-oct.	pomme grosse, serrée, feuilles épaisses, vert mat, cloquées
variétés d'automne (elvira, nancy, etc.)	Sud-Est, Sud-Ouest, Centre, Nord, Île-de-France	sept.-janv.	pomme ronde, serrée, feuilles plus ou moins vertes, lisses ou un peu cloquées
variétés d'hiver (judy, merveille d'hiver, etc.)	Roussillon, Languedoc, Provence, Val de Loire, pays de Loire	nov.-fin avr.	pomme grosse, serrée, feuilles plus ou moins vertes, lisses ou un peu cloquées
romaines			
blonde maraîchère (blonde de Frontignan, padox, etc.)	Nord, Sud-Est, Sud-Ouest, Île-de-France	mars-juill.	pomme grosse, serrée, feuilles assez longues, vert-blond
grise maraîchère (rive, etc.)	Nord, Sud-Est, Sud-Ouest, Île-de-France	mars-juill.	pomme moyenne, dressée, feuilles finement cloquées, vert bleuté
verte maraîchère (romance, etc.)	Nord, Sud-Est, Sud-Ouest, Île-de-France	mars-juill.	pomme arrondie, serrée, feuilles dressées, craquantes, vert brillant


LAITUES
romaine
pommée beurre
batavia rouge
batavia blonde
feuille de chêne rouge
feuille de chêne verte
lollo rossa
iceberg
sucrine

la batavia en été. Celles qui sont cultivées en pleine terre sont d'un goût meilleur et plus riches en sels minéraux. Elles doivent toujours être lavées (à grande eau pour les débarrasser de toute trace de terre), épluchées et essorées très soigneusement. La taille des feuilles est fonction de l'apprêt (voir CHIFFONNADE).

Les laitues sont servies en crudités, en salade simple ou composée ; on utilise souvent les feuilles crues en décor et en garniture.

Elles se mangent aussi braisées, farcies ou à la crème et entrent dans la préparation des petits pois à la française et des haricots mange-tout.

chiffonnade de laitue cuite → CHIFFONNADE
crème de laitue, fondue aux oignons de printemps → CRÈME-POTAGE
filets de bar au vert de laitue → BAR

laitues braisées au gras

Parer les laitues en supprimant les feuilles vertes et dures du tour. Les blanchir 5 min à l'eau bouillante salée, les rafraîchir, les presser pour en extraire le maximum d'eau. Les attacher par deux ou trois. Beurrer une cocotte, la foncer de couennes de lard, de carottes et d'oignons émincés et y ranger les laitues. Les couvrir de bouillon un peu gras. Porter à ébullition sur le feu, puis couvrir et cuire 50 min dans le four préchauffé à 200 °C. Égoutter alors les laitues et déficeler les paquets. Partager chaque laitue en deux, dans le sens de la longueur. Parer l'extrémité des feuilles et replier chaque moitié sur elle-même. Les mettre dans une timbale beurrée. Les arroser de quelques cuillerées de fond de veau passé au tamis.

purée de laitue → PURÉE

LALANDE-DE-POMEROL Vin AOC rouge, bouqueté et moelleux, produit sur les communes de Lalande-de-Pomerol et de Néac ; les meilleurs crus proviennent de la partie est du vignoble (voir BORDELAIS).

LAMBALLE Nom donné à un potage lié, constitué d'une purée de pois frais ou de pois-cassés, additionnée de consommé au tapioca. Ce terme désigne aussi un apprêt de caille farcie en caisse.

LAMBIC Bière assez peu alcoolisée, produite exclusivement en Belgique, au sud de Bruxelles. Élaboré à base de malt d'orge et de froment cru et aromatisé au houblon suranné, le lambic est la seule bière de fermentation spontanée, et il n'est produit qu'en hiver. Il ne se consomme qu'à la pression, dans les cafés traditionnels. Additionné de sucre candi, il devient le faro, disponible en bouteilles. Le lambic sert également, par coupage, à l'élaboration de la gueuze et de la kriek.
▶ Recette : CHOESELS.

LAMPROIE Poisson de mer ou de rivière sans écailles, allongé comme un serpent, qui peut atteindre 1 m de long. Avec sa bouche en ventouse, la lamproie se fixe sur d'autres poissons, dont elle se nourrit. Les espèces européennes (marines, mais frayant en eau douce) sont pêchées dans le cours inférieur des fleuves.

En Amérique du Nord, il existe quatre espèces de lamproies, qui ne sont pas toutes parasites. Les Amérindiens de la côte du Pacifique en font des mets délicats. La lamproie est l'un des poissons les plus anciennement recherchés comme aliment de luxe. Elle est cuisinée comme l'anguille.

lamproie à la bordelaise

Saigner une lamproie et réserver le sang pour lier la sauce. Échauder le poisson et ôter la peau en la grattant. Enlever la corde dorsale en incisant le cou et en la tirant. Détailler le poisson en tronçons de 6 cm et mettre ceux-ci dans un plat à sauter beurré, foncé d'oignons et de carottes émincés ; ajouter 1 bouquet garni et 1 gousse d'ail écrasée. Saler et poivrer, mouiller largement avec du bordeaux rouge. Cuire 10 min à bonne ébullition, puis égoutter. Nettoyer 4 blancs de poireau, les couper en trois et les étuver au beurre dans un autre plat à sauter, avec 4 cuillerées de jambon sec coupé en petits dés. Ajouter la lamproie. Préparer un roux avec

Caractéristiques des différentes variétés de langoustes

variétés	provenance	époque	aspect	saveur
langouste du Cap	Afrique du Sud	sept.-déc.	carapace écailleuse, brun-rouge	un peu sucrée
langouste de Cuba	Antilles	toute l'année	carapace brun-rouge, tachée de clair (2[e] et 6[e] segments)	un peu sucrée
langouste rose ou du Portugal	Atlantique	fin mars-fin août	un peu trapue, carapace constellée de petites taches claires	assez fine
langouste rouge ou « royale »	Manche, Atlantique, Méditerranée	fin mars-fin août	trapue, carapace brun-rouge ou rouge violacé, à tubercules aigus, deux taches claires sur chaque segment	très fine
langouste verte ou de Mauritanie	Mauritanie	juin-oct.	antennes longues avec antennules, carapace bleu-vert, chaque segment étant marqué d'une bande claire et de deux taches claires	peu marquée

2 cuillerées de beurre et autant de farine, mouiller avec la cuisson du poisson et cuire 15 min. Passer la sauce, la verser sur la lamproie. Achever la cuisson à très petite ébullition. Dresser le poisson sur un plat rond et le napper de sauce liée avec le sang réservé.

pâté de lamproie à la bordelaise → PÂTÉ

LANCASHIRE Fromage anglais de lait cru de vache (48 % de matières grasses), à pâte pressée non cuite et à croûte naturelle grattée (**voir** tableau des fromages étrangers page 499). Le lancashire se présente sous la forme d'un cylindre de 25 à 30 cm de diamètre et de 20 à 25 cm d'épaisseur. Il a une saveur assez relevée. Il existe un *lancashire sage*, parfumé à la sauge, à pâte veinée de vert, en pièces de six kilos.

LANÇON Nom générique de diverses espèces de poissons de la famille des ammodytidés, caractérisées par leur forme allongée et leur tête pointue. Commercialisé frais, le lançon se prépare en friture.

LANDAISE (À LA) Se dit de diverses préparations inspirées de la cuisine des Landes, utilisant en particulier le jambon de Bayonne, la graisse d'oie et les cèpes. L'appellation « à la landaise » s'applique à des mets rustiques (pommes de terre) ou plus recherchés (becfigues, foie d'oie ou de canard) ainsi qu'aux grands classiques régionaux (confit).

▶ **Recettes** : CONFIT, POMME DE TERRE.

LANGOUSTE Crustacé marcheur décapode (dix pattes), de la famille des palinuridés, caractérisé par de très longues antennes, la présence d'épines sur le côté des segments abdominaux et l'absence de pinces (**voir** planche des crustacés pages 368 et 369).

La langouste (**voir** tableau) vit sur les fonds rocheux, entre 20 et 150 m de profondeur. La larve, minuscule, doit subir plus de vingt mues avant que l'animal ait atteint l'âge de cinq ans et la taille légale pour la consommation, c'est-à-dire 23 cm. Plus vieille, la langouste peut atteindre 50 cm et peser 4 kg. Malgré des pontes prolifiques (jusqu'à 100 000 œufs), elle se raréfie. Des essais d'élevage sont tentés près de Roscoff.

■ **Emplois.** Les langoustes fraîches doivent être achetées bien vivantes (elles battent alors fortement de la queue lorsqu'on les saisit) et intactes (ni trou dans la carapace ni membre arraché) ; seules les antennes, fragiles, peuvent avoir souffert. Les femelles, reconnaissables aux palmes destinées à retenir les œufs sous l'abdomen, sont peut-être plus avantageuses.

Comme tous les crustacés, la langouste fraîche est mise à cuire vivante. Sa chair fine, serrée, blanche et délicate, a une saveur moins accentuée que celle du homard, mais elle s'apprête de la même façon.

Les préparations les plus relevées lui conviennent particulièrement bien (langouste sautée et flambée, avec une sauce au cari, grillée et servie avec un beurre de basilic, cuisinée au cognac, etc.) ; les apprêts classiques les plus décoratifs sont les présentations en bellevue et à la parisienne.

Deux préparations de cuisine étrangère sont typiques : la langouste au chocolat de Catalogne, cuite à la casserole avec un ragoût de tomates et de condiments, relevé d'amandes et de noisettes hachées, de piment et de chocolat à la cannelle ; la langouste au gingembre de Chine, en morceaux décortiqués, frits puis poêlés à l'huile de sésame avec des oignons, de la ciboulette et du gingembre frais.

aspic de langouste → ASPIC
canapés à la langouste → CANAPÉ

RECETTE DE JEAN-MARIE MEULIEN

langouste aux herbes thaïes

« Griller dans une poêle sèche 4 cuillerées à soupe de graines de coriandre et autant de graines de cumin, les laisser refroidir, puis les moudre. Hacher 4 cuillerées à soupe de galanga, 8 tiges de citronnelle et 4 cuillerées à soupe de racines de coriandre. Mélanger tous ces ingrédients avec 100 g de purée d'échalote, 100 g de purée d'ail, 2 cuillerées à soupe de pâte de piment, 8 cuillerées à soupe de purée de poivron rouge doux, 60 g de pâte de crevette, 1 cuillerée à soupe de safran, 3 cuillerées à soupe de curcuma, 1 cuillerée à soupe de sel et 1 zeste de makroud ou kafir. Passer le tout au mixeur, puis au tamis. Ébouillanter 2 langoustes de 800 g et les couper en deux, en longueur. Retirer la chair des queues. Mettre les carapaces à rôtir au four. Dans un sautoir, cuire 2 min la chair avec 50 g de beurre, sans la colorer ; la réserver. La remplacer par la pâte thaïe et 2 cuillerées à café de gingembre frais râpé. Faire revenir, puis mettre 2 dl de porto blanc, 20 g de julienne de pomme, 40 g de julienne de carotte et 2 feuilles de kafir. Réduire à sec, puis ajouter 1 cuillerée à café de curcuma et 50 g de beurre. Incorporer doucement, hors du feu, 200 g de crème fleurette bien montée. Verser enfin 4 cl d'alcool de noix de coco et autant d'alcool de gingembre. Dresser la chair de langouste dans des assiettes creuses, porter la sauce à ébullition et napper le plat. Parsemer de cerfeuil ciselé. »

LANGOUSTINE Crustacé marcheur décapode (dix pattes), de la famille des homaridés, très répandu sur les côtes d'Europe occidentale, morphologiquement plus proche du homard que de la langouste, malgré son nom (**voir** planche des crustacés pages 368 et 369).

Les langoustines ont une carapace rose jaunâtre, et leur taille varie de 15 à 25 cm. Elles ne vivent pas longtemps hors de l'eau. À l'achat, elles doivent avoir l'œil bien noir et être brillantes. On les sert entières, pochées, mais de nombreux apprêts n'utilisent que les queues. Elles entrent dans la composition de la paella et remplacent souvent les crevettes géantes dans les recettes sino-vietnamiennes à l'européenne.



beignets de langoustines → BEIGNET

RECETTE D'OLYMPE VERSINI

langoustines frites aux légumes

« Couper en bâtonnets fins 1 carotte épluchée et 1 courgette avec sa peau. Peler 4 gros oignons doux et les couper en rondelles. Décortiquer les queues de 8 grosses langoustines. Préparer une pâte (assez liquide) en mélangeant 250 g de farine avec un peu d'eau et 1 ou 2 glaçons puis 2 blancs d'œuf battus en neige ferme. Chauffer vivement 500 g d'huile de palme. Tremper dans la pâte les bâtonnets de légumes et les rondelles d'oignon doux, les faire frire 1 min dans l'huile. Procéder de même avec les queues de langoustine en les faisant frire 30 secondes. Égoutter, saler et servir avec du citron. »

langoustines Ninon

Fendre 4 poireaux, débarrassés de leurs grosses feuilles vertes, en deux sur toute leur longueur. Séparer les feuilles et les laver. Décortiquer les queues de 24 langoustines. Mettre les têtes dans une sauteuse avec 1 cuillerée à soupe d'huile d'olive. Les écraser grossièrement. Saler et mouiller à hauteur d'eau froide. Porter à ébullition, couvrir et cuire 15 min. Filtrer. Prélever le zeste d'une orange en fines lanières. La presser, ainsi qu'une autre. Chauffer 30 g de beurre dans une sauteuse. Ajouter les lanières de poireau et mouiller d'eau à hauteur. Cuire à découvert sur feu vif jusqu'à évaporation complète du liquide. Dans une casserole, verser 2 verres de bouillon de langoustine, et 1 verre de jus d'orange. Ajouter le zeste. Porter à ébullition et faire réduire de moitié. Incorporer en fouettant 50 g de beurre en parcelles. Retirer du feu, saler et poivrer. Poêler de 2 à 3 min les queues de langoustine dans 50 g de beurre. Disposer langoustines et poireaux sur un plat de service chaud. Napper délicatement de sauce à l'orange.

risotto noir de langoustinnes au basilic thaï → RISOTTO

LANGRES Fromage champenois AOC de lait de vache (45 % de matières grasses), à pâte molle et à croûte lavée (voir tableau des fromages français page 495). Fabriqué en Côte-d'Or, dans les Vosges et dans la Haute-Marne, le langres se présente sous la forme d'un disque de 10 cm de diamètre et de 5 cm d'épaisseur, avec, au centre, une dépression, la « cuvette ». Il a une odeur forte et une saveur relevée ; les gourmets l'apprécient avec un peu de marc ou de champagne dans la cuvette.

LANGUE Organe charnu comestible provenant de la tête d'un animal de boucherie. La langue est classée parmi les abats (voir tableau des abats page 10). La langue de bœuf, une fois parée, pèse plus de 2 kg. Comme la langue de veau (la meilleure), de porc ou de mouton (150 g), elle connaît de multiples apprêts : à l'étouffée, bouillie et servie avec des sauces relevées, en beignets, en gratin, ou froide, à la vinaigrette.

Les Romains appréciaient les langues de flamant rose, et, au Moyen Âge, on préparait des pâtés de langues de merle. Quant aux langues de morue frites à la sauce tartare, c'est un apprêt typiquement canadien.

langue : préparation

Faire tremper la langue 12 heures dans une grande quantité d'eau froide, en changeant celle-ci 2 ou 3 fois. La parer en retirant les parties grasses, puis l'ébouillanter. La dépouiller en incisant la peau à la base, sur le dessus, et en la tirant vers la pointe. La laver et l'éponger, puis la saler et la laisser macérer 24 heures au frais. La laver à nouveau, puis l'éponger.

langue de bœuf à l'alsacienne

Cuire une langue au bouillon à moitié seulement (1 h 30). Préparer de la choucroute à l'alsacienne, avec un morceau de lard de poitrine blanchi. Foncer une braisière avec des couennes de lard fumé et y verser la choucroute avec sa garniture et le lard. Loger la langue au milieu, couvrir et poursuivre la cuisson 1 heure. Cuire des pommes de terre à l'eau ; pocher à part quelques saucisses de Strasbourg. Dresser la choucroute sur un plat. Découper en tranches la langue et le lard, les disposer sur la choucroute et les entourer de pommes de terre et de saucisses.

LANGUE-DE-BŒUF Appellation usuelle de la fistuline hépatique, champignon poussant sur le tronc des chênes et des châtaigniers, et formant une masse rouge, en forme de langue charnue, gluante en surface. Sa chair épaisse, gorgée d'un suc rougeâtre à saveur acidulée, se mange cuite (en tranches, sautées comme du foie) ou crue (en lamelles dégorgées au sel et assaisonnées à la vinaigrette), avec une salade verte.

LANGUE-DE-CHAT Petit gâteau sec en forme de languette arrondie et plate. Délicates et friables, mais se conservant bien, les langues-de-chat accompagnent généralement les entremets glacés, les crèmes, les salades de fruits, le champagne et les vins de liqueur.

langues-de-chat au beurre et aux œufs entiers

Travailler en pommade très lisse 125 g de beurre en morceaux. Ajouter 1 sachet de sucre vanillé et 75 à 100 g de sucre semoule ; travailler 5 min au fouet ou à la spatule de bois. Incorporer 2 œufs, un par un. Verser enfin 125 g de farine tamisée, en pluie, et l'incorporer au fouet. Huiler légèrement la tôle à pâtisserie. Avec une poche à douille unie, coucher la pâte en baguettes de 5 cm de long, espacées les unes des autres de 1,5 cm. Cuire au four préchauffé à 250 °C.

◄ *Langoustines Ninon*

LANGUEDOC Voir pages 608 et 609.

Languedoc

DU LAURAGAIS JUSQU'AU RHÔNE, ENTRE LE MASSIF CENTRAL ET LA MÉDITERRANÉE, L'IMMENSE RÉGION DU LANGUEDOC RÉUNIT LES DÉPARTEMENTS DE HAUTE-GARONNE, DU TARN, DE L'AUDE, DE L'HÉRAULT ET DU GARD. LE BAS LANGUEDOC EST OCCUPÉ PAR LE LITTORAL MÉDITERRANÉEN. LE HAUT LANGUEDOC, DES CÉVENNES AUX PYRÉNÉES, ALIGNE COLLINES, LANDES, BOIS ET MONTAGNES.

À Lézignan-la Cèbe, église et château dominent ce paysage du bas Languedoc, que son climat chaud et sec a voué à la culture de la vigne. Plus grande productrice française de vin de table, cette région compte aussi de grands crus.

Les riches terres de la «langue d'Oc» recèlent des trésors. Dans la région toulousaine, ce sont les cultures maraîchères (ail rose de Lautrec, asperge, oignon de Lescure-d'Albigeois…) et fruitières (prune), ainsi que les céréales (maïs, blé). Ces dernières fournissent la nourriture des oies, canards et poulets. Dans le Gard poussent de nombreux arbres fruitiers (cerisier et pêcher, figuier et abricotier). Sur les Causses, on élève de beaux troupeaux de moutons. Le littoral méditerranéen fournit thons et maquereaux, anchois et rougets, ainsi que les huîtres et moules de Bouzigues. De la Lozère à la Haute-Garonne, les bois livrent champignons et truffes. Quant à la vigne, elle prospère dans tout le Languedoc. Cette diversité de ressources permet à cette région de proposer non pas une cuisine mais des cuisines, à base d'huile (olive ou noix) ou de graisse (oie ou porc), mais partout relevées d'ail et d'aromates. La cuisine du haut Languedoc s'ordonne autour du cassoulet qui est, selon le cuisinier Prosper Montagné (1864-1948), « dieu de la cuisine occitane, un dieu en trois personnes : le Père, qui est le cassoulet de Castelnaudary, le Fils, qui est le cassoulet de Carcassonne, et, bien sûr, le Saint-Esprit, qui est celui de Toulouse ». Mais il existe bien d'autres variantes : l'estouffat aux couennes, la pistache de Saint-Gaudens ou le mongetado du Comminges. L'important est que ce plat soit préparé avec ail, couennes et gros haricots blancs qui donnent un moelleux inimitable. Traditionnels aussi, les apprêts à base de cèpes et d'ail (toujours). Dans les garnitures dites « à la languedocienne », ils accompagnent rondelles d'aubergine et tomates.
La cuisine du bas Languedoc est, elle, consacrée aux produits de la mer avec, en tête, le thon et la morue : de la tranche de thon à la languedocienne aux étonnantes tripes de thon au vin blanc, spécialité de Palavas. Mais c'est la brandade de morue de Nîmes qui tient le haut de l'affiche, suivie de près par la bourride (soupe de poissons). Haut et bas Languedoc se rejoignent enfin pour offrir aux gourmets une de leurs nombreuses sauces : la rouzole (hachis de lard, jambon, ail, persil, menthe) ; l'aïoli ; le beurre de Montpellier, composé riche en fines herbes ; la sauce verte du Languedoc ; la sauce toulousaine (avec chair à saucisse) ou la célèbre mirepoix.



POISSONS ET FRUITS DE MER

Lotte, moules, huîtres, escargots de mer
De Nîmes au cap d'Agde, les regards sont tournés vers la mer : Palavas est célèbre pour son gigot de lotte rôti ; Bouzigues élève



Les moules de Bouzigues sont élevées sur cordes le long de la côte nord de l'étang de Thau.

dans le bassin de Thau des huîtres fameuses et des moules. À Sète, outre la bourride de lotte, on propose les seiches à la rouille. Les fruits de mer ne sont pas oubliés avec la soupe de crabe d'Agde, les clovisses en sauce, les escargots de mer à l'aïoli.

VIANDES ET VOLAILLES

Mouton et bœuf

Le quartier d'agneau à la persillade, la daube de bœuf et le pot-au-feu de viandes s'inscrivent au répertoire toulousain. Dans les environs de Saint-Gaudens, on cuisine la pistache (ragoût) de mouton ; à Luchon, c'est le pétéram (potée associant pieds et ventre de mouton, jambon et lard, légumes et aromates). À Nîmes, la gardiane de bœuf (voire de taureau) aux olives s'inspire des mets de la Camargue, tandis que Béziers et Pézenas se disputent la paternité des petits pâtés à la viande de mouton sucrée.

Porc et charcuterie

Le Languedoc se distingue par sa charcuterie. La réputation des saucisses de Toulouse a dépassé les frontières de la région et chaque commune possède sa spécialité : l'Albigeois s'illustre par le jambon sec, le galabart (gros boudin noir) et le melsat (boudin blanc), mais il faut citer aussi la bougnette de Castres (crépinette de poitrine de porc et panade aux œufs), le coudenou de Mazamet à base de couennes, ou encore les frittons de Valence-d'Albigeois. Quant au confit de porc au saindoux, il fait l'unanimité.

Volailles

La cuisine des produits de la basse-cour est particulièrement inventive. L'oie grise de Toulouse, gavée au maïs, donne un foie gras que l'on apprécie au torchon ou au naturel, mais la daube au vin blanc et les confits ne sont pas moins délectables. Comme en Gascogne, le rustique alicot se prépare avec des abattis de dinde ou d'oie cuits en ragoût. L'aile de dinde à la languedocienne est farcie de porc et de foies de volaille ; mijotée avec oignons, olives et tomates, elle est accompagnée de purée de marron.

FROMAGES

Les meilleurs fromages du bas Languedoc viennent des Cévennes. Ce sont les savoureux pélardons de chèvre. Dans le haut Languedoc, le fromage des Pyrénées à croûte noire possède un label régional, et l'on a repris la fabrication du bethmale.

DESSERTS

Oreillettes, fougasses, flaunes, alléluias, violettes

La pâtisserie du Languedoc est originale : brioches et biscuits sont parfumés de citron et de bergamote, les oreillettes de Montpellier sont frites à l'huile d'olive, la fougasse de Béziers se fait avec des gratelons (panne de porc fondue) et du citron. La confiserie n'est pas en reste avec les violettes de Toulouse, les réglisses gimblettes d'Albi et les alléluias de Castelnaudary, friandises au cédrat qui datent du XIXe siècle.

VINS

Vaste région viticole, le Languedoc produit des vins très divers. Les importants vignobles du Minervois et des Corbières fournissent avant tout des rouges ; ces vins ont acquis leur AOC tardivement (en 1985), excepté le fitou, un rouge puissant et bouqueté.
De Montpellier à Narbonne, les coteaux-du-languedoc donnent des vins rouges d'un bon rapport qualité/prix.
À l'est, les côtes du Rhône produisent d'excellents Côtes-du-rhône-village et abritent l'appellation tavel, des rosés secs d'une grande distinction. Enfin, dans le haut Languedoc, les vins de Gaillac offrent une diversité étonnante : rouges corsés, rosés, blancs secs et nerveux, blancs doux et vins effervescents. Mais, parmi les blancs du Languedoc, la blanquette de Limoux tient la vedette : elle revendique le titre de plus vieux vin pétillant de France…

CARTE

ENTRÉES

◆◆◆

Salade toulousaine, PAGE 934

PLATS

◆◆◆

Bourride sétoise, PAGE 155

Cassoulet, PAGE 221

Épaule de mouton en pistache, PAGE 426

Épaule d'agneau farcie à l'albigeoise, PAGE 23

Carré d'agneau à la languedocienne, PAGE 21

Saucisse à la languedocienne, PAGE 956

LÉGUMES

◆◆◆

Cèpes au gratin, PAGE 228

Purée de fèves fraîches, PAGE 871

Estouffat de haricots à l'occitane, PAGE 439

Petis pois au jambon à la languedocienne, PAGE 791

DESSERTS

◆◆◆

Millas en bouillie, PAGE 674

Oreillettes de Montpellier, PAGE 740

Soufflé aux violettes, PAGE 997

Gimblettes à l'orange, PAGE 526

LANGUEDOCIENNE (À LA) Se dit d'apprêts où interviennent la tomate, l'aubergine et le cèpe, ensemble ou séparément. Les œufs frits à la languedocienne sont dressés sur des rondelles d'aubergine et accompagnés d'une fondue de tomate à l'ail.

La garniture languedocienne, disposée en bouquets autour de pièces de boucherie, ou autour de volailles, comprend des cèpes sautés au beurre ou à l'huile, des aubergines en rondelles ou en gros dés, frits à l'huile, et des pommes château (ou bien des cèpes escalopés, des rondelles d'aubergine frites et des tomates concassées) ; la sauce est une demi-glace tomatée, souvent condimentée à l'ail.

On baptise également « à la languedocienne » des apprêts de la cuisine du Languedoc, où prédominent l'ail, les cèpes et l'huile d'olive ou la graisse d'oie.

▶ **Recettes** : AGNEAU, PETIT POIS, SAUCISSE.

LAPÉROUSE Restaurant du quai des Grands-Augustins, à Paris. Créé par un certain Lauvergniat au XIX[e] siècle, ce modeste bouchon proposait des huîtres et des entrecôtes. En 1850, du fait de l'affluence, le neveu du propriétaire, Jules Lapérouse, ouvrit une salle au premier étage ; puis des cabinets particuliers dans les chambres de domestique de ce vieil hôtel, et l'établissement devint un restaurant de luxe. Parmi ses grandes créations, il compte le « canard Colette » (**voir** CANARD), baptisé par la romancière, et la « poularde docteur », dédiée au docteur Paul, médecin légiste de la première moitié du XX[e] siècle (la poularde, cuite aux trois quarts, est imbibée de porto, mijotée dans du jus de veau et servie avec de l'estragon et des lamelles de veau).

▶ **Recette** : SOUFFLÉ.

LAPIN Mammifère rongeur, de la famille des léporidés. Son élevage commença semble-t-il assez tôt, et, au XVII[e] siècle, le lapin « de clapier », ou « de chou », abondant, était déjà cuisiné de nombreuses façons, tandis que le lapin « de garenne », sauvage et bien plus savoureux, était rôti, grillé ou sauté (**voir** tableau des volailles et des lapins page 1108).

La chair du lapin est peu grasse (135 Kcal environ pour 100 g), mais elle absorbe davantage les graisses de cuisson. Le lapin cuit à la vapeur est très digeste.

■ **Variétés**. Les lapins domestiques – notamment fauve de Bourgogne, argenté des champs et géant du Bouscat –, élevés pour leur chair, mais aussi pour leur fourrure, se différencient par la taille, la couleur et la texture du pelage, ainsi que par la qualité de la chair. Les sujets exceptionnels atteignent 10 kg, mais les lapins couramment commercialisés, âgés de moins de 12 semaines, pèsent de 1,2 à 1,4 kg, en carcasse, sans les pattes. Toujours tendres, parce que tués jeunes, ils doivent être plutôt courts et ramassés, avec le râble

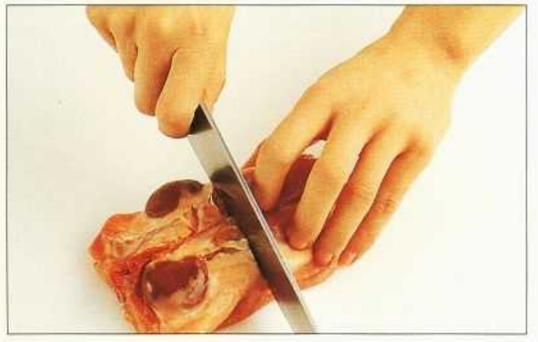
Découper un lapin à cru



1. *Après avoir retiré le foie du lapin, séparer la cage thoracique de l'arrière-train au niveau de la jonction des côtes et du râble.*



2. *Détacher d'un seul tenant les cuisses arrière du râble, puis les séparer l'une de l'autre et les couper chacune en deux.*



3. *Partager le râble en deux ou trois morceaux égaux, selon la grosseur du lapin. Séparer les pattes avant en donnant un mouvement tournant.*



4. *Cette découpe permet d'obtenir onze morceaux : deux pattes, deux morceaux de cage thoracique, trois morceaux de râble et quatre morceaux de cuisse.*

rebondi, le foie pâle et sans tache, une chair rose, du gras bien blanc autour des reins et le rognon bien visible. Le lapin angevin, bénéficiant du label rouge, est nettement plus savoureux, car il est mieux nourri, mais il est parfois difficile de le trouver sur le marché, tout comme le lapin de garenne, devenu plus rare depuis les ravages de la myxomatose, dans les années 1950. Le lapin fermier, plus gros que le lapin d'élevage intensif, est excellent s'il a été nourri d'herbe et de céréales.

Une marinade au vin, condimentée d'échalotes, de carottes, de persil, d'ail et de thym, permet de relever la chair du lapin d'élevage pour en faire une terrine ou un civet, qu'une liaison au sang améliorera encore.

crépinettes de lapin → CRÉPINETTE

RECETTE DE PATRICK JEFFROY

lapereau de campagne au cidre fermier

« Désosser le baron (râble et cuisses) d'un lapereau de 1,5 kg. Préparer une brunoise de carotte, céleri-rave, céleri-branche et vert de poireau. Blanchir ces légumes séparément et les rafraîchir aussitôt. Réunir le tout dans un bol et le lier de 3 jaunes d'œuf. Saler et poivrer. Préparer 2 dl de fumet de lapereau avec les os, 1 carotte, 1 oignon, 1 bouquet garni, 2,5 dl de cidre fermier, 2,5 dl d'eau, du sel et du poivre. Étaler le baron sur le dos, le saler, le poivrer, le farcir de la brunoise. Rabattre les côtés des cuisses et du ventre et ficeler. Déposer le lapereau dans un plat en terre sur un lit de mirepoix (2 carottes, 2 oignons rouges, 2 échalotes, coupés en dés), additionnée de pulpe de pomme reinette coupée en dés. Le rôtir au beurre (four préchauffé à 260 °C) de 15 à 20 min pour le maintenir rosé. Le conserver au chaud, recouvert de papier d'aluminium. Faire bouillir 1 litre de lait, le laisser refroidir. Éplucher 1 kg de pommes de terre, les laver, les couper en rondelles. Émincer un demi-chou vert, le blanchir et le rafraîchir. Beurrer un plat, en terre de préférence. Y ranger une couche de pommes de terre, saler et poivrer ; puis une couche de chou, une couche d'emmental et ainsi de suite, en terminant par une couche de pommes de terre et d'emmental. Ajouter au lait refroidi 4 œufs entiers battus en omelette et quelques noix de beurre. En couvrir les pommes de terre et faire cuire ce gâteau 45 min à four moyen (210 °C). Conserver au chaud. Pour la sauce d'accompagnement du lapereau, déglacer le plat avec 1/2 litre de cidre fermier et faire réduire aux deux tiers ; ajouter une petite louche de demi-glace, le fumet de lapin et 2,5 dl de crème fraîche. Faire cuire à petit feu pendant 5 min. Ciseler de la ciboulette et du cerfeuil ; en parsemer la sauce. Entourer le lapereau de bouquets de cresson et présenter en même temps la sauce et le gâteau aux pommes de terre. »

RECETTE DE GHISLAINE ARABIAN,
PAVILLON *LEDOYEN*, À PARIS

lapereau aux pruneaux

« Désosser 1 lapereau, en gardant les râbles et les cuisses entiers, et réserver au frais. Faire mariner la carcasse et les os 24 heures dans 3 litres de bière de garde. Détailler en morceaux 1 vert de poireau, 1 carotte, 1 oignon. Éponger la carcasse et les os et les colorer à four chaud. Les remettre dans la bière avec les légumes, 1 gousse d'ail et 1 bouquet garni. Ajouter 1 litre d'eau. Porter doucement à ébullition. Couvrir et cuire de 4 à 5 heures à petits frémissements. Passer alors ce fond en le pressant à travers un tamis au-dessus d'une casserole. Remettre sur le feu et faire réduire des trois quarts à découvert. Faire tremper 200 g de pruneaux 1 heure dans de l'eau tiède. Badigeonner l'intérieur des cuisses et des râbles de moutarde forte, les fourrer chacun de 3 pruneaux, et les maintenir avec de la ficelle. Préchauffer le four à 180 °C. Dans une sauteuse légèrement graissée, dorer rapidement les morceaux de lapin. Poursuivre la cuisson au four, 20 min pour les cuisses, 10 min pour le râble. Ajouter dans le fond réduit 30 g de cassonade, 1 barre de chocolat (5 g) et le reste des pruneaux, et cuire 10 min. Dresser les morceaux de lapin sur des pâtes fraîches roulées dans un peu de beurre, et servir la sauce bien chaude à part. »

lapin coquibus

Dépecer un lapin et le laisser mariner 12 heures dans du vin blanc. L'égoutter, l'éponger et le couper en morceaux. Éplucher 24 petits oignons. Blanchir 24 petits lardons demi-sel. Chauffer 30 g de beurre dans une sauteuse, y dorer les morceaux de lapin, ajouter les oignons et les lardons. Poudrer de farine et faire blondir ; mouiller avec 2 dl de vin blanc, quelques cuillerées de la marinade passée et du bouillon ; ajouter 1 bouquet garni et 1 branche de sarriette. Cuire 15 min. Mettre dans la sauteuse 500 g de pommes de terre nouvelles pelées, couvrir et poursuivre la cuisson 45 min.

rillettes de lapereau en terrine cuit au Parme → RILLETTES
tarte à l'envers de lapereau à la tapenade → TARTE
terrine de lapin de clapier → TERRINE

LA QUINTINIE (JEAN DE) Agronome français (Chabanais 1626 - Versailles 1688). Avocat à Poitiers, il abandonna le barreau pour se consacrer à l'étude et à la culture des arbres fruitiers. Il fit également connaître la culture en espaliers. On lui doit enfin la création de potagers célèbres, dont ceux de Versailles, de Chantilly, de Vaux et de Rambouillet. Le « potager du roi », proche du château de Versailles, bénéficiant d'un système d'irrigation remarquable, était équipé de châssis et de serres chaudes créés par La Quintinie ; ce jardin fournissait ainsi à la table royale des asperges en

décembre, des choux-fleurs en mars, des fraises en avril et des melons en juin. La Quintinie écrivit *Instructions pour les jardins fruitiers*, publié par son fils en 1690.

LARD Graisse située sous la peau du porc. Selon que le lard est ou non entremêlé de chair, on distingue le lard maigre (qui peut être frais, fumé ou salé) et le lard gras. Jadis base de l'alimentation (dans les soupes essentiellement), le lard joue aujourd'hui davantage le rôle de condiment ou de corps gras.

Le lard maigre (ou ventrèche) est constitué par la poitrine de porc, dont les muscles sont séparés par des couches de gras. On y découpe des lardons de taille variable et d'emplois divers : pour larder les viandes maigres et piquer les rôtis, pour cuisiner les sautés, les ragoûts, les fricassées et les civets, et accompagner légumes et salades (pissenlit, chicorée) ; très souvent associés aux pommes de terre et aux omelettes, les lardons figurent aussi dans les brochettes (à griller). Le lard de poitrine en tranches fines intervient dans de nombreuses garnitures, ainsi que pour des apprêts d'œuf (voir BACON).

Le lard gras, ou de couverture, se situe entre la chair et la couenne : c'est la bardière ; la couche proche de la chair, dite « lard fondant », sert à préparer le saindoux, tandis que la couche voisine de la couenne, dite « lard dur », fournit les bardes pour les rôtis, les volailles ou les pâtés.

▶ **Recettes** : POMME DE TERRE, SALADE.

LARDER ET **ENTRELARDER** Ajouter du lard à une pièce de viande ou à certains poissons pour leur donner du moelleux.

Larder consiste à enfoncer de place en place, à l'aide d'une lardoire, des bâtonnets plus ou moins gros de lard gras ou maigre, éventuellement salés, poivrés, saupoudrés de persil haché ou marinés dans du cognac, dans une pièce de boucherie. La même opération peut se faire avec des bâtonnets de jambon ou de langue écarlate, mais l'élément doit toujours être bien ferme (à la sortie du réfrigérateur) pour être introduit dans la pièce sans difficulté. Celle-ci voit son goût et sa présentation (notamment à la coupe) largement améliorés.

Entrelarder consiste à recouvrir de minces bardes de lard des tranches de viande appelées à cuire ensemble. Ainsi, les chairs maigres alternent avec le gras.

LARDOIRE Ustensile servant à larder les viandes à cuire. C'est une broche creuse en acier inoxydable, pointue à une extrémité et emboîtée à l'autre dans un manche de bois. On garnit la gouttière d'un bâtonnet de lard ; on enfonce la lardoire dans la pièce de viande et, quand on la retire, le lard reste dans la chair.

LARUE Restaurant parisien qui ouvrit ses portes en 1886, à l'angle de la rue Royale et de la place de la Madeleine. À Larue, son fondateur, succéda, en 1904, Édouard Nignon, un des grands chefs de l'époque. Marcel Proust et Abel Hermant en étaient des habitués. Le club des Cent, association de cent gastronomes fondée en 1912, y tenait ses assises ; lorsque le restaurant disparut, en 1954, les Cent émigrèrent au *Maxim's*.

LASAGNES Pâtes italiennes en forme de larges rubans, souvent de couleur verte (au jus d'épinard), que l'on apprête en gratin, alternées avec des couches de ragoût à la bolognaise, nappées de béchamel et recouvertes de parmesan râpé.

lasagnes à la sauce bolognaise

Tenir prête une sauce bolognaise. Cuire 600 g de lasagnes, par petites quantités pour qu'elles ne collent pas entre elles, dans du bouillon léger, en les gardant al dente. Les sortir délicatement à l'aide d'une écumoire et les étendre une par une sur un torchon humide. Préparer une sauce blanche. Beurrer un plat à gratin, napper le fond d'un peu de sauce bolognaise, puis alterner les couches de lasagnes, de sauce blanche et de sauce bolognaise, en terminant par deux couches bien épaisses de l'une et l'autre sauces. Cuire 30 min au four préchauffé à 250 °C. Servir avec beaucoup de parmesan fraîchement râpé à part.

LAURENT Restaurant parisien créé en 1842 dans les jardins des Champs-Élysées. Construit dans le style pompéien, il remplaça une buvette, le *Café du Cirque*, ainsi nommée en raison de la proximité du cirque d'Été. En 1860, l'établissement devint le *Café Laurent*, après avoir été le *Café Guillemin*. Jadis connue pour ses salons discrets et ses dîners galants, cette maison élégante est aujourd'hui fréquentée par le monde des affaires et de la politique.

LAURIER Arbre à feuillage persistant des régions méditerranéennes, de la famille des lauracées, dont les feuilles à la saveur légèrement amère sont utilisées comme condiment (voir planche des herbes aromatiques page 561). Il porte, en cuisine, le nom de laurier-sauce, mais c'est aussi le laurier noble, ou laurier d'Apollon, qui couronnait, dans l'Antiquité, les poètes et les soldats vainqueurs.

Le laurier est l'un des aromates les plus courants ; le bouquet garni en comporte toujours une feuille. Fraîches ou séchées, entières ou réduites en menus fragments, ces feuilles relèvent civets, courts-bouillons, pâtés, ragoûts et terrines.

Il ne faut pas confondre le laurier-sauce avec le laurier-cerise, à fleurs blanches et à petits fruits rouges, dont les feuilles contiennent de l'acide cyanhydrique, ni avec le laurier-rose, qui est une plante ornementale.

LAVALLIÈRE OU **LA VALLIÈRE** Nom de plusieurs apprêts de grande cuisine : volailles ou ris de veau ou d'agneau garnis d'écrevisses troussées et de truffes à la serviette ; velouté ou crème de volaille au céleri, garni d'un salpicon de céleri et de royale, servi avec des profiteroles fourrées de mousse de volaille ; filets de sole pochés, garnis d'huîtres pochées, de quenelles de poisson, de laitances et de champignons, le tout nappé d'une sauce normande parfumée au beurre d'écrevisse ; côtes d'agneau grillées, garnies de fonds d'artichaut remplis de purée de pointes d'asperge, servies avec une sauce bordelaise à la moelle.

LA VARENNE (FRANÇOIS PIERRE) Cuisinier français (Dijon 1618 - *id.* 1678). Il fut écuyer de cuisine du marquis d'Uxelles et s'imposa également par ses écrits, d'une grande rigueur théorique. Il publia *le Cuisinier français* (1651), *le Pâtissier français* (1653), puis *le Confiturier français* (1664) et *l'École des ragoûts* (1668). Ces ouvrages (le premier surtout), réédités plusieurs fois, marquent la première grande révolution de l'art culinaire français. La Varenne inventa de nombreuses recettes encore réalisables de nos jours. Son nom reste attaché à divers apprêts ayant en commun les champignons, en salpicon ou en duxelles.

▶ **Recette** : SAUCE.

LAVER Éliminer les impuretés des aliments (sable, terre, insectes, etc.) en les plongeant dans de l'eau froide, éventuellement additionnée d'un peu de vinaigre. Les produits de la terre, dont la surface est souvent souillée, doivent être, surtout s'ils sont consommés crus, lavés soigneusement dans des bains successifs. La salade, notamment, nécessite plusieurs bains, mais avec précaution, car elle est fragile. Certains aliments très délicats sont simplement essuyés (champignons de cueillette, framboises).

LAVEUR (PENSION) Établissement ouvert en 1840 rue Serpente, à Paris ; il fut le modèle des « pensions bourgeoises » fréquentées par des hommes qui allaient devenir célèbres : Victor Hugo (dont le portrait ornait encore les murs de la pension dans les années 1925), Jules Vallès, Léon Gambetta, etc. Dans *Paris vécu*, Léon Daudet précise que « dans les grandes circonstances, on se fendait d'une bouteille de champagne, rituellement accompagnée d'une assiette de biscuits et de gaufrettes Gondolo ».

LÈCHEFRITE Plat rectangulaire en tôle émaillée, légèrement creux, dont les dimensions s'adaptent à celles du four dans lequel il se glisse, sous la grille ou le tournebroche, pour recueillir le jus des viandes et la graisse fondue, ou les débordements d'une pâtisserie.

LÉCITHINE Élément essentiel de certains aliments, notamment du jaune d'œuf (33 %) et de la cervelle, mais aussi du lait. Ce lipide complexe, présent dans le cerveau humain et contenant du phosphore, favorise la digestion des acides gras saturés et agit comme émulsifiant. Les lécithines végétales entrent dans la fabrication du chocolat et des margarines ; les lécithines animales sont des additifs aux laits en poudre ; celles de l'œuf sont utilisées dans des sauces telles que la mayonnaise.

LECKERLI Biscuit suisse en pâte à pain d'épice, spécialité de Bâle, très parfumé par des aromates, parfois glacé au sucre.

leckerli de Bâle

Faire fondre 500 g de miel, ajouter 250 g de sucre puis 600 g de farine, 250 g d'amandes hachées, 100 g d'orange et de citron confits, 25 g de cannelle, 5 g de girofle et de muscade moulus, et 5 cl de kirsch. Bien travailler le tout et l'étaler sur un plan de travail en une couche de 8 mm d'épaisseur. Cuire au four préchauffé à 180 °C jusqu'à coloration brun clair. Découper les leckerlis en carrés, les brosser pour enlever l'excédent de farine et les glacer avec un sucre cuit au filé.

LEDOYEN Restaurant créé, à la fin du XVIII[e] siècle, dans les jardins des Champs-Élysées, à Paris. C'était à l'origine une modeste guinguette à l'enseigne du *Dauphin*, à proximité de la place de la Concorde. À partir de 1791, Antoine Nicolas Doyen en devint locataire et sut y attirer la clientèle des Conventionnels. Vers 1848, *Ledoyen* s'installa près du Rond-Point, dans un pavillon ayant appartenu, semble-t-il, à Marie de Médicis ; l'établissement devint un lieu à la mode sous le second Empire. Aujourd'hui, il demeure un restaurant réputé, dont les cuisines sont dirigées par une femme, Ghislaine Arabian.

LEGRAND D'AUSSY (PIERRE JEAN BAPTISTE) Historien français (Amiens 1737 - Paris 1800). Cet érudit se proposait d'écrire une monumentale *Histoire de la vie privée des Français, depuis l'origine de la nation jusqu'à nos jours*, qui aurait traité du logement, de l'habillement, des distractions et de l'alimentation de ceux-ci, mais trois volumes seulement, sur ce dernier sujet, parurent en 1782. Nommé conservateur à la Bibliothèque nationale, Legrand d'Aussy consacra ensuite son temps à d'autres recherches.

LÉGUME Plante potagère utilisée pour l'alimentation, quelle que soit la partie consommée :
- fruit (aubergine, courgette, poivron, tomate) ;
- graine (fève, pois) ;
- inflorescence (artichaut, chou-fleur) ;
- feuille (chou, épinard, laitue, oseille) ;
- tige (asperge, jet de houblon, poireau) ;
- bulbe (fenouil, oignon) ;
- tubercule (igname, pomme de terre) ;
- germe (soja) ;
- racine (carotte, navet, radis, rave).

Il convient d'ajouter à cette liste les champignons. Sur le plan culinaire, on distingue généralement d'une part la pomme de terre, qui connaît le plus grand nombre d'apprêts, d'autre part les légumes frais – dits « verts » –, les légumes secs et les salades (**voir** CHICORÉE, CRESSON, LAITUE, MÂCHE, etc.).

Les légumes ont une importance considérable dans l'alimentation. D'abord sur le plan nutritionnel, car ils renferment des glucides, des protides, des sels minéraux et des vitamines, diversement répartis mais toujours facilement assimilables ; ils interviennent par ailleurs dans les phénomènes digestifs. Ensuite sur le plan gastronomique, car ils permettent une grande diversité de préparations (conserves, garnitures simples ou composées, hors-d'œuvre, potages, etc.).

■ **Légumes frais.** Ils jouent un grand rôle dans l'équilibre alimentaire, car ils apportent des substances alcalines qui neutralisent les acides issus des aliments protidiques (viandes et poissons notamment).

Riches en fer, en sodium, en soufre, en manganèse et en iode, ainsi qu'en vitamines (A, B1, B2, PP et C), ils participent au bon équilibre des cellules nerveuses. Les légumes frais se consomment crus, assaisonnés ou non, ou cuits, avec ou sans corps gras.

Certains modes de cuisson, notamment à grande eau, leur font perdre une partie de leurs substances utiles (sels minéraux) ; les meilleurs procédés consistent à les étuver sans les peler, à les griller ou à les cuire à la vapeur.

Ils servent souvent de garniture à une viande ou un poisson, mais ils constituent aussi des plats complets : farcis, en soupe, en gratin. Condiments ou sauces d'accompagnement permettent d'en relever le goût lorsqu'ils sont naturellement un peu fades.

Les légumes frais peuvent être conservés plusieurs jours (de préférence emballés s'ils ont une odeur forte) dans le bas du réfrigérateur sans perdre leurs qualités nutritionnelles.

Grâce aux progrès de la conservation et du conditionnement, ainsi qu'aux importations (légumes « exotiques », souvent [voir planche]), ils sont commercialisés toute l'année, mais ils sont toujours meilleurs en saison. Cependant, les nouveaux légumes, venus d'autres continents, s'imposent toujours davantage (banane plantain, chayote, gombo, patate douce, soja, etc.).

■ **Légumes secs.** Ce sont des graines de légumineuses qui se conservent d'une saison à l'autre et qui se mangent toujours cuites. Leur pouvoir énergétique est élevé (330 Kcal en moyenne pour 100 g), et leur teneur en eau est très faible par rapport à celle des légumes frais.

Par leur richesse en protéines (23 g pour 100 g), les légumes secs jouent un rôle important lorsque l'apport en protéines animales est insuffisant. Cependant, ils ne contiennent pas tous les acides aminés indispensables à la nutrition et ne peuvent donc pas se substituer entièrement à la viande. Certains renferment du fer, notamment les haricots et les lentilles.

Très riches en glucides (60 g pour 100 g), mais très pauvres en sel et en matières grasses, ces légumes sont assez difficiles à digérer, à cause de leur cellulose et de l'amidon qu'ils contiennent, sauf lorsqu'ils sont consommés sous forme de farine.

Les légumes secs sont toujours la base de l'alimentation en Inde (dals) et dans de nombreux pays d'Afrique du Nord (pois chiches et fèves, en particulier) et d'Amérique du Sud (haricots rouges). En France, comme dans tous les pays industrialisés, leur consommation, après avoir beaucoup diminué, s'est aujourd'hui stabilisée, parallèlement à l'augmentation de celle de la viande.

achard de légumes au citron → ACHARD
bouillon de légumes → BOUILLON
charlotte de légumes → CHARLOTTE
cocktail six légumes → COCKTAIL
couscous aux légumes → COUSCOUS
étouffée de veau à la vapeur de légumes → VAPEUR (CUISSON À LA)
langoustines frites aux légumes → LANGOUSTINE

légumes chop suey

Tailler en julienne 500 g de jeunes légumes de saison (carotte, courgette, navet, oignon, poireau, poivron, etc.). Les mettre dans une sauteuse avec 2 cuillerées à soupe d'huile, bien remuer, couvrir et laisser étuver doucement 4 ou 5 min. Tailler en bâtonnets de l'oignon vert ; ébouillanter des pousses de soja, les rafraîchir, les égoutter ; hacher finement 1 petite gousse d'ail ; couper en dés de la pulpe de tomate. Mettre dans la sauteuse les pousses de soja, bien mélanger et cuire 1 min. Ajouter la tomate, l'oignon vert, l'ail, du poivre, 1 cuillerée à soupe de sauce soja, un peu de sel et 1 cuillerée à café d'huile de sésame. Mélanger.

macédoine de légumes au beurre ou à la crème → MACÉDOINE
ragoût de légumes à la printanière → RAGOÛT
terrine de légumes aux truffes « Olympe » → TERRINE
turbot en papillote aux légumes croquants sauce champagne → TURBOT

LÉGUMINEUSE Plante portant des fruits en gousse (fèves, haricots, pois, etc.). Le terme s'applique aussi, en botanique, au soja et à l'arachide. Les graines des légumineuses se caractérisent par leur pouvoir énergétique élevé (330 Kcal pour 100 g en moyenne). Elles ont une forte teneur en protéines et en glucides (amidon), mais sont en revanche très pauvres en sel et en matières grasses ; les graines de soja et d'arachide sont riches en lipides.

LEIDEN Fromage néerlandais de lait de vache (40 % de matières grasses), à pâte pressée non cuite et à croûte brossée, lavée et paraffinée. Il se présente sous la forme d'un disque de 30 à 40 cm de diamètre et de 8 à 10 cm d'épaisseur, pesant de 5 à 10 kg. Parfumé au cumin ou aux clous de girofle, le leiden a une saveur douce ou piquante selon sa durée d'affinage.

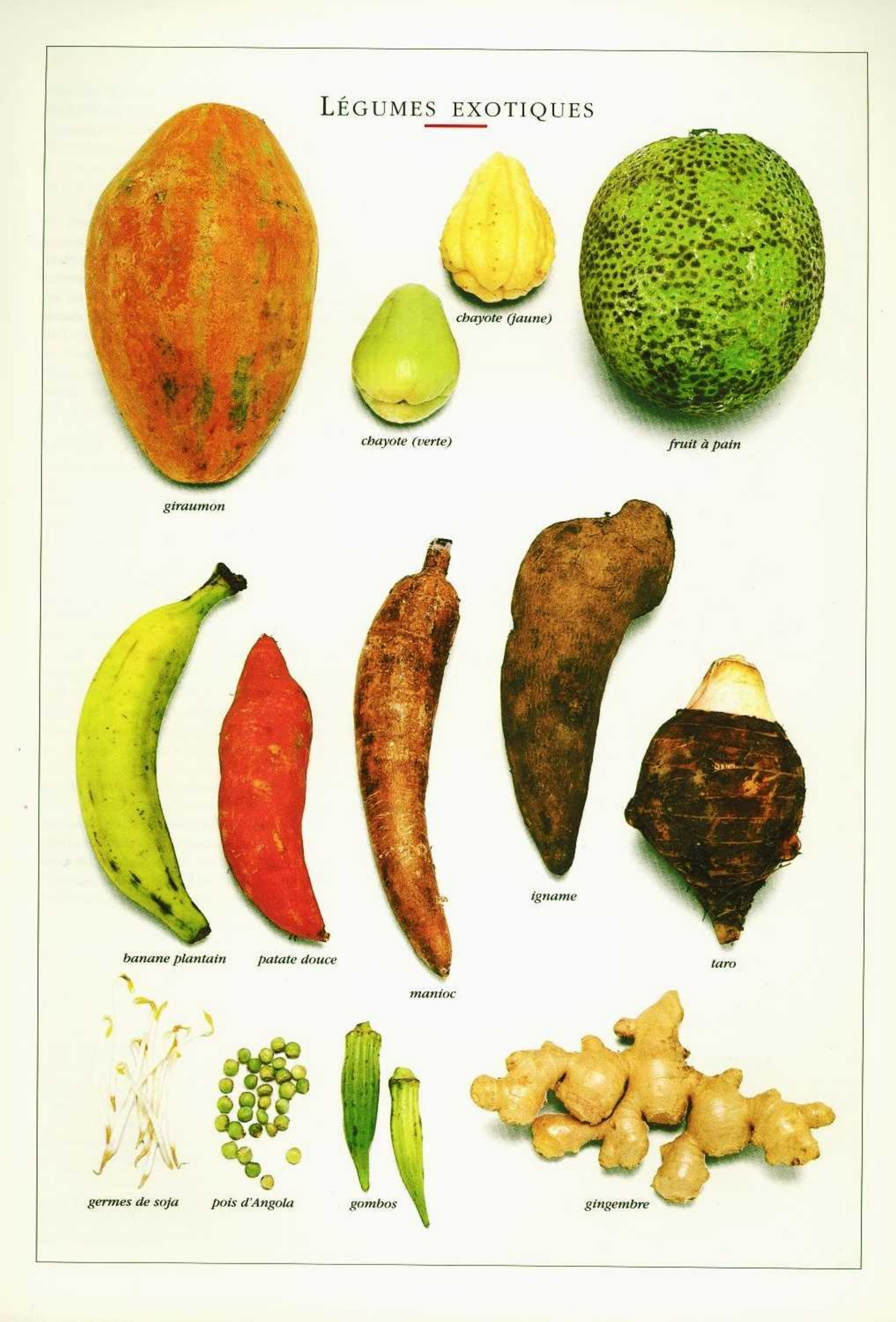
LEMBLIN (CAFÉ) Établissement modeste, fondé par Perrou en 1805, galerie de Beaujolais, au Palais-Royal, à Paris, qui devint, sous la Restauration, le rendez-vous des nostalgiques du retour du « Petit Caporal ». Il accueillit le philosophe Ballanche, le compositeur Boieldieu et l'avocat Brillat-Savarin. Il ferma en 1870.

LEMON CURD Spécialité anglaise au citron, avec laquelle on garnit des tartelettes ou que l'on tartine comme de la confiture. La préparation se conserve dans le réfrigérateur, dans un pot bien fermé.

lemon curd

Râper finement le zeste de 2 citrons, presser les fruits et réserver leur jus. Mettre 125 g de beurre à fondre au bain-marie, à feu très doux ; y ajouter progressivement 500 g de sucre en poudre, 6 jaunes d'œuf, le jus et le zeste des citrons. Mélanger intimement. Battre en neige ferme 4 blancs d'œuf et les incorporer délicatement à la préparation. Mettre encore chaud en pots.

LÉGUMES EXOTIQUES





LENTILLE Petite graine d'une légumineuse de la famille des papilionacées, ronde, sèche et aplatie, enfermée avec une autre dans une gousse plate. Elle se consomme écossée et cuite. Rome importait d'Égypte des lentilles par bateaux entiers.

Aujourd'hui, on en cultive en France plusieurs variétés (voir tableau). Celles qui sont importées, blondes ou vertes, sont souvent plus grosses. Nourrissantes et énergétiques (336 Kcal pour 100 g), les lentilles sont riches en protides (24 %), en glucides (56 %), en phosphore, en fer et en vitamines B. On les cuit et on les apprête comme les haricots blancs, mais il ne faut pas les faire tremper. Chaudes, les lentilles sont utilisées comme garniture, ainsi qu'en potage. Elles accompagnent bien le petit salé. Elles se préparent aussi en salade.

► **Recettes** : PORC, PURÉE, SALADE.

LÉPIOTE Champignon des taillis et des clairières, ou encore des prairies et des jachères, dont le chapeau est généralement couvert de grosses écailles (voir planche des champignons page 240). La plupart des petites lépiotes sont très toxiques. Les grandes lépiotes, en revanche, sont souvent comestibles, et parfois excellentes ; elles ont un long pied fibreux, entouré d'un anneau épais et mobile, qu'il vaut mieux éliminer car il est coriace. La plus savoureuse est sans aucun doute la « grande coulemelle », ou « lépiote élevée », à l'allure élancée et au long pied ornementé zébré. On la fait frire, sauter ou griller.

L'ÉTOILE Vin AOC blanc du Jura, produit par un vignoble situé sur la commune de l'Étoile et les communes voisines, qui donne aussi un peu de vin jaune et de vin de paille, ainsi que des mousseux fins obtenus par la méthode champenoise (voir FRANCHE-COMTÉ).

LEVAIN Substance susceptible de provoquer une fermentation. En boulangerie, il s'agit d'une pâte aigrie, utilisée pour ensemencer le pain dit « au levain ». Chaque jour, le boulanger doit « rafraîchir » son levain, en le pétrissant avec de la farine et de l'eau. Il en utilise une partie dans la journée, et garde l'autre, le « chef », pour recommencer la même opération le lendemain. Les pains au levain sont denses, avec une mie irrégulière, à l'odeur riche et un peu aigre ; ils accompagnent bien les plats en sauce et les charcuteries.

LEVER Prélever des morceaux d'une viande, d'une volaille, d'un poisson ou d'un légume.

L'opération s'effectue différemment selon la nature de l'élément et l'ustensile utilisé : un couteau à « filets de sole » pour lever les filets des poissons ; un petit couteau à désosser pour lever la noix sur un cuisseau de veau, une cuisse ou une aile sur un poulet ;

Caractéristiques des différentes variétés de lentilles

variétés	provenance	aspect
lentille verte du Puy (AOC)	bassin du Puy-en-Velay	grain petit, bombé, tégument très fin, vert marbré de bleu
type blond	pays méditerranéens, États-Unis, Canada, Argentine, Chili, Chine, Australie	grain large, assez plat, tégument résistant, blond
type brun	Turquie, Australie	grain brun, petit, tégument résistant
type corail	Turquie, Australie	petit grain décortiqué, couleur corail
type orange	pays méditerranéens	petit grain orange, tégument résistant
type vert		
anicia et dérivés	France (Berry), Canada	grain un peu plus gros, tégument plus épais, vert marbré de bleu

une cuillère parisienne pour lever des boules rondes ou ovales, unies ou cannelées, dans la pulpe des légumes ou des fruits.

Lever, c'est aussi, pour une pâte à pain, à brioche, à savarin, à baba, augmenter de volume sous l'effet de la fermentation, qui provoque la formation de gaz carbonique. Pour faire lever une pâte, on l'additionne de levain ou de levure, on la laisse reposer dans un endroit tiède à l'abri des courants d'air et protégée par un linge, pour qu'elle ne se couvre pas d'une croûte.

LEVROUX Fromage berrichon fermier de lait de chèvre (45 % de matières grasses), à pâte molle et à croûte naturelle bleutée. Le levroux se présente sous la forme d'une pyramide tronquée de 6 à 7 cm d'épaisseur. C'est une variété du valençay, dont il serait, dit-on, l'ancêtre ; il en possède toutes les caractéristiques, et il a une saveur délicatement noisetée.

LEVURE Champignon microscopique utilisé pour la fermentation des pâtes dites « levées ».

La levure de boulanger, ou levure de bière, qui s'achète fraîche, a besoin d'un certain temps pour agir quand elle est introduite dans la pâte ; elle se nourrit des sucres apportés par l'amidon de la farine et transforme ceux-ci en gaz carbonique et en alcool éthylique, ce qui fait augmenter le volume de la pâte. Cette fermentation « alcoolique » entraîne la formation d'alvéoles dans la mie du pain ou la pâte des gâteaux (baba, brioche, cramique, kouglof, etc.).

La levure chimique, ou poudre à lever, dite aussi « levure alsacienne » (la *baking powder* des Britanniques), est un mélange de substances chimiques (bicarbonate de soude ou carbonate d'ammoniaque associé avec de la crème de tartre, de l'acide tartrique ou du phosphate d'aluminium sodique, et avec un excipient – farine, amidon ou carbonate de chaux alimentaire). Elle a les mêmes effets que la levure de bière, mais elle agit directement à la chaleur de la cuisson. On l'emploie couramment en pâtisserie ménagère, mais elle ne possède pas les qualités nutritionnelles de la levure naturelle (riche en protéines et en vitamines B).

Les levures permettent également d'obtenir des boissons fermentées (vin, bière, cidre, poiré), car elles transforment les sucres des végétaux en alcool et en gaz carbonique.

LIAISON Opération destinée à donner de la consistance à un liquide (crème, potage, sauce).

On distingue divers types de liaison, selon l'ingrédient utilisé et la température à laquelle on travaille.

– Les liaisons à l'amidon (arrow-root, farine, fécule de maïs ou de pomme de terre, crème de riz, de maïs ou d'orge) entraînent la formation d'un empois stable à chaud. Le produit liant, délayé à froid, est versé dans le liquide bouillant, que l'on remue sans arrêt sur le feu pendant qu'il épaissit. La liaison à l'arrow-root est particulièrement légère.

– Les liaisons au jaune d'œuf, au sang, à la crème ou au foie relèvent de l'émulsion et concernent généralement la mise au point ou la finition d'un potage ou d'une sauce destinée à un civet, à un coq au vin, à un canard au sang, à une blanquette. Ces liaisons ne doivent jamais bouillir.

– Les liaisons à base de roux (farine ou fécule cuite dans du beurre) s'obtiennent en versant le liquide à lier bouillant sur le roux froid, que l'on remue au fouet jusqu'à l'ébullition, suivie de quelques minutes de cuisson (voir BÉCHAMEL, VELOUTÉ). Le même type de liaison, dite « sèche », se fait en poudrant de farine des éléments revenus dans un corps gras, avant d'ajouter le liquide de cuisson (voir BRAISÉ, RAGOÛT, SINGER).

– Les liaisons à base d'œuf et de farine mélangés, éventuellement avec ajout d'autres ingrédients dans le liquide bouillant, ont pour modèle la crème pâtissière.

– Les liaisons de finition, moins cuisinées, se font au dernier moment : la liaison à la crème fouettée termine la sauce Chantilly ; la liaison au beurre concerne aussi les sauces (voir MONTER) ; dans les deux cas, l'apprêt ne doit pas bouillir. On utilise aussi le beurre manié, ajouté en parcelles dans la préparation à lier.

LIBAN La cuisine libanaise, qui puise aux traditions européennes, arabes et orientales, est marquée par un cosmopolitisme gastronomique que caractérisent néanmoins le riz et les légumes méditerranéens. Mais la prédominance de l'huile de sésame et l'emploi du blé concassé (boulghour) lui donnent sa spécificité.

■ **Entrées.** L'originalité de la table libanaise réside surtout dans la grande diversité des hors-d'œuvre, les mézès (voir ce mot), qui tiennent souvent lieu de repas complet.

On déguste ainsi des abats à la vinaigrette (langue de mouton, cervelle, foie de volaille, rognon en dés, amourettes, etc.), des petits feuilletés aux épinards ou à la viande hachée, des fèves en salade chaude *(foul)* ou en purée à l'huile de sésame, garnie de salade (falafel), de la purée d'aubergine ou de pois chiches, également à l'huile de sésame (*baba kanouy* et hoummos) ; le concombre à la menthe et au yaourt, les feuilles de vigne farcies, les petits poissons en marinade et les boulettes de courgette au fromage, panées et frites, sont également très appréciés.

Le plat le plus typiquement libanais reste néanmoins le tabboulé, associant le boulghour, la menthe, le persil, les épices et les tomates dans une macération au citron et à l'huile.

■ **Viandes.** Le poulet est très souvent cuisiné, presque toujours garni de riz, farci de viande hachée, de pignons de pin ou d'amandes, ou bien mariné et grillé en morceaux, servis en brochettes, ou encore grillé entier, condimenté à l'ail.

Le mouton est omniprésent comme dans tous les pays du Moyen-Orient : grillé, rôti, en brochettes, en boulettes hachées.

Le plat « national » est le *kébbé :* boulettes ou palets de mouton haché, mélangé de boulghour, d'oignon, de persil, de pignons ou d'amandes, que l'on fait rôtir au four ou griller, souvent en brochettes ; on retrouve cet apprêt dans de nombreux autres pays voisins sous des noms assez proches, *kobba* syrien ou jordanien, *koubba* irakien. D'autres plats sont également très courants : le *moghrabié,* un couscous sans légumes,

aux grains assez gros, préparé au poulet et assaisonné de safran, ou le *chawourma*, viande de mouton grillée sur une broche verticale, coupée en lamelles, servie avec une salade au riz.

Les Libanais préparent aussi des plats très raffinés, réservés aux jours de fête, comme le classique faisan à la libanaise : le faisan est désossé, fourré de lard râpé, de pignons, de clous de girofle et de cannelle, enveloppé dans une crépine, cuit au bouillon et terminé à la broche, servi en tranches avec du riz et une sauce au poivron.

Enfin, les Libanais aiment les pâtisseries très sucrées, d'inspiration orientale : dattes confites, baklava, loukoum, halva, confitures de figues entières ou de tranches de coing, mais aussi glaces très délicates, au lait et au raisiné, aromatisées à la fleur d'oranger.

LIBATION Rite des religions antiques, consistant à répandre un peu de vin, de lait, d'huile ou de sang sur le sol ou sur un autel pour honorer les dieux et se les concilier. Pour faire une libation, on se levait et, coupe en main, les yeux levés vers le ciel, on répandait quelques gouttes de liquide ; on disait une courte prière, les mains tendues vers le ciel, puis on buvait quelques gorgées. Dans le langage moderne, le mot « libations » désigne le fait de boire abondamment.

LIE Résidu qui se dépose au fond des tonneaux et des cuves où fermentent les vins et que l'on élimine par soutirage. La lie est formée essentiellement de tartre et de levures mortes. L'élevage du vin sur lie, pratiqué notamment pour le muscadet, permet d'enrichir le vin en arômes. Certains cuisiniers vont chercher chez des vignerons des lies qui leur serviront à élaborer des sauces spécifiques.

LIEBIG (JUSTUS, BARON VON) Chimiste allemand (Darmstadt 1803 - Munich 1873). Professeur de chimie à Giessen, à Heidelberg, puis à Munich, il s'intéressa particulièrement aux *Applications agricoles et industrielles de la chimie organique* (titre de son principal ouvrage, publié en 1823). Ayant remarqué que le transport des énormes quantités de viande importées d'Amérique du Sud et d'Australie coûtait très cher, il eut l'idée d'en extraire les parties nutritives et, en 1850, réalisa les premiers extraits de viande, puis les bouillons concentrés.

LIÈGE Partie externe de l'écorce du chêne-liège, arbre de la famille des cupuliféracées, qui pousse au Portugal, au Maroc, dans les Landes et dans l'ouest du Bassin méditerranéen. C'est un matériau de faible densité, isolant, imputrescible, peu combustible et très peu perméable, possédant une élasticité particulière, qui lui permet d'être comprimé sans dilatation latérale ; il adhère en outre aux parois lisses, même humides, ce qui en fait le matériau idéal pour les bouchons.

LIÉGEOISE (À LA) Se dit d'apprêts utilisant l'alcool et les baies de genièvre, comme les rognons à la liégeoise, cuits en cocotte, garnis de genièvre écrasé, de pommes de terre et de lardons, saucés du jus déglacé au genièvre et au vin blanc. Les petits oiseaux à la liégeoise sont flambés au genièvre et cuits en cocotte, avec du genièvre et du jambon des Ardennes.

▶ **Recette** : GRIVE.

LIER Donner une consistance supplémentaire à un mets en fin de préparation. Selon l'apprêt, les techniques et les ingrédients varient (**voir** LIAISON).

Un potage, selon qu'il est crème ou velouté, sera lié à la crème épaisse ou aux jaunes d'œuf et à la crème ; une sauce, selon qu'elle est blanche ou brune, sera liée au roux blanc ou brun.

LIEU Nom de deux grands poissons marins, de la famille des gadidés, voisins du merlan, mesurant de 70 à 80 cm (**voir** planche des poissons de mer pages 820 et 821). Le lieu jaune, à ventre gris et à dos gris-vert ou vert foncé, fréquente l'Atlantique jusqu'au golfe de Gascogne, tandis que le lieu noir plutôt olivâtre, avec le ventre cuivré ou argenté, remonte jusqu'au nord de la Norvège et descend rarement au sud de la Bretagne ; celui-ci est aussi largement commercialisé outre-Atlantique, où il porte le nom de « goberge ».

Tous deux sont des poissons maigres (1 % de lipides), mais le lieu jaune est plus fin. Ils sont vendus entiers, en tronçons, en tranches ou en filets ; le lieu noir est souvent surgelé. Leurs modes de préparation sont identiques à ceux de l'églefin, du merlan ou du merlu, mais le lieu noir, dont la chair se défait assez facilement, doit cuire un peu moins longtemps. Dans les pays nordiques, les deux espèces se dénomment *klippfisch* quand elles sont séchées.

LIÈVRE Gibier à poil, de la famille des léporidés, à chair dite « noire », et non blanche comme celle du lapin (**voir** tableau des gibiers page 523). Le mâle est appelé « bouquin », la femelle, « hase ». Les populations ont été considérablement réduites par la chasse. Le repeuplement est coûteux, car 10 à 20 % seulement des animaux lâchés survivent après quelques mois.

Les meilleurs lièvres se chassent en Beauce, en Champagne, en Brie, en Normandie ainsi qu'en Poitou, mais également en Gascogne et dans le Périgord (d'où est originaire leur apprêt le plus réputé, dit « à la royale »). Au Québec, ils sont petits et on les chasse en hiver ; ils entrent notamment dans la composition du cipâte et de la tourtière. La chair du lièvre apporte 132 Kcal environ pour 100 g.

■ **Emplois.** Selon son âge, le lièvre reçoit des apprêts différents. Le « levraut » (de deux à quatre mois, 1,5 kg) se fait rôtir ; le « trois-quarts » (lièvre de l'année) pèse de 2,5 à 3 kg et fournit de bons râbles à rôtir et des sautés ; le « capucin » (à partir de 1 an) pèse de 4 à 5 kg, parfois plus, et se cuisine surtout en civet. C'est le lièvre de l'année qui convient le mieux en cuisine ; plus vieux, il sera plutôt préparé en daube ou en terrine.

On ne fait pas faisander le lièvre, qui peut s'altérer au bout de quarante-huit heures. Une marinade à base de vin rouge corsé convient pour les civets. Par ailleurs, on lève sur le lièvre les filets, les cuisses, les noix, qui font l'objet d'apprêts spécifiques. Le lièvre aux cerises est une spécialité allemande.

ballottine chaude de lièvre à la périgourdine → BALLOTTINE
civet de lièvre, civet de lièvre à la française, civet de râble de lièvre aux pâtes fraîches → CIVET

lièvre en cabessal
La veille, dépouiller et vider un lièvre. Réserver le foie et le sang. Faire mariner l'animal avec vin rouge, huile, carottes, oignons et échalotes émincés, thym, laurier, 1 clou de girofle, sel et poivre. Préparer une farce avec 500 g de rouelle de veau, 250 g de jambon cru, 250 g de porc frais, 2 gousses d'ail et 2 échalotes, le tout haché, salé et poivré ; lier avec un œuf. Éponger le lièvre, le remplir de la farce, puis coudre l'ouverture. Le barder de lard, le ficeler en rond et le braiser dans une tourtière ronde, avec un peu de graisse d'oie, quelques lardons et des petits oignons. Mouiller de 1 petit verre d'eau-de-vie et de 1 bouteille de très bon vin blanc ou rouge. Ajouter un roux préparé avec de la graisse d'oie. Couvrir la tourtière et laisser mijoter de 4 à 5 heures. Aux trois quarts de la cuisson, mettre 1 gousse d'ail, le foie pilé et le sang additionné de 1 cuillerée de vinaigre. Retirer les fils, les bardes et les os. Présenter le lièvre nappé de sa sauce bien réduite avec des croûtons de pain frit.

RECETTE D'ALAIN DUTOURNIER

lièvre au chocolat
« Dépouiller un beau lièvre, détailler le râble et les deux cuisses, saler, poivrer, saupoudrer d'un peu de muscade et de genièvre écrasé, et faire mariner 3 jours dans de l'huile. Concasser le coffre, les membres antérieurs, les abats. Laisser réduire lentement à couvert 2 bouteilles de vin de Madiran. Tailler en mirepoix 2 oignons, 2 carottes et 1 poireau, ajouter 5 gousses d'ail et faire sauter vivement avec un peu de ventrèche de porc séchée. Déglacer avec la réduction de vin, ajouter du thym, du laurier, de la muscade râpée, du poivre, du gingembre ciselé, de la cannelle, 1 ou 2 clous de girofle, et réserver cette marinade 3 jours au froid. Y mettre alors la viande et les os et cuire doucement 4 heures. Filtrer et dégraisser la sauce, puis la lier avec 50 g de chocolat amer et 80 g de beurre cru ; ajouter le jus de 1/2 citron et 5 cl de sang de volaille, chauffés sans ébullition. Dans une cocotte, cuire le râble et les cuisses au beurre "à la goutte de sang". Les découper, les napper de sauce et servir avec des poires sautées au beurre et épicées. »

RECETTE DE JOËL ROBUCHON

lièvre à la royale du sénateur Couteau à la façon poitevine
« Mettre 500 g de crépine à tremper. Verser 3 bouteilles de vin rouge dans une casserole, porter à ébullition, flamber et retirer du feu. Peler 10 gousses d'ail. Couper en mirepoix 1 grosse carotte et 1 gros oignon. Réduire en hachis très fin le foie, le cœur et les rognons d'un lièvre de 3 kg coupé en morceaux, sans le râble, avec 10 échalotes pelées et la moitié des gousses d'ail ; réserver dans une boîte hermétique au réfrigérateur. Concasser 4 grains de genièvre. Assaisonner les morceaux de lièvre avec du sel, du poivre, 4 petites pincées de thym et le genièvre, et les emballer chacun dans une fine tranche de lard gras. Les envelopper dans de la crépine essorée et la maintenir avec un bâtonnet de bois. Déposer dans une grande cocotte la mirepoix de carotte et d'oignon, 1 beau bouquet garni, 10 échalotes pelées et le reste des gousses d'ail. Y ranger les morceaux de lièvre. Les assaisonner de sel et de poivre, mouiller avec le vin rouge flambé, couvrir et cuire 6 heures dans le four préchauffé à 170 °C. Désosser entièrement les morceaux de lièvre et réserver la chair avec les échalotes et les gousses d'ail dans une autre cocotte. Passer le liquide de cuisson au chinois au-dessus d'une casserole, en appuyant bien pour exprimer tous les sucs. Laisser refroidir et dégraisser. Mettre le hachis dans un saladier, mouiller avec une louche de cette cuisson froide et fouetter. Ajouter encore une louche, fouetter de nouveau, puis reverser dans la casserole avec le liquide de cuisson. Porter sur feu doux et laisser frémir 1 heure. Passer la sauce au chinois en appuyant bien, puis la faire réduire 15 min sur le feu en écumant les impuretés qui remontent à la surface. Mettre 4 dl de sauce dans une petite casserole et y ajouter le mélange de sang et de crème. Verser le reste de sauce dans la cocotte où attend la chair de lièvre et réchauffer doucement à couvert. Réchauffer aussi la sauce, terminer par un filet de cognac et rectifier l'assaisonnement. Sortir la chair de lièvre de la cocotte, la dresser dans un plat creux et napper de sauce. »

mousse de lièvre aux marrons → MOUSSE
pâté de lièvre → PÂTÉ

LIGURIENNE (À LA) Se dit de viandes garnies de petites tomates farcies alternant avec un risotto safrané, moulé en darioles, ainsi que des rosaces en pommes duchesse passées au jaune d'œuf et dorées au four.

LIMANDE Poisson plat à chair maigre, de la famille des pleuronectidés, courant dans la mer du Nord, la Manche et l'Atlantique, où il ne descend guère plus bas que le golfe de Gascogne (voir planche des poissons de mer pages 820 et 821). Il existe plusieurs variétés de limandes, toutes avec les yeux sur un seul côté. Elles mesurent de 20 à 35 cm et pèsent de 180 à 250 g, mais les déchets sont abondants (40 % du poids environ).

La limande franche ou blonde a la forme d'un losange ; son museau est pointu, et la face oculaire est brunâtre, pigmentée de jaune. La fausse limande

(ou limande rouge) est brun-gris sur la face oculaire (la face aveugle étant gris sable) et de forme ovale, assez allongée. La limande-sole, la plus arrondie, est brun plus ou moins foncé, avec un opercule bordé d'une ligne orange. C'est celle dont le goût est le plus fin.

Les limandes sont vendues entières ou en filets (également surgelés), et se cuisinent comme la barbue.

LIMBOURG Fromage belge de lait de vache (20 à 50 % de matières grasses), à pâte molle et à croûte lavée, jaune rougeâtre à rouge brique (voir tableau des fromages étrangers page 498). Le limbourg se présente sous la forme d'un parallélépipède rectangle de 500 à 600 g. Il a une saveur relevée et corsée.

LIME Petit citron, fruit d'un agrume de la famille des rutacées, souvent confondu avec d'autres variétés de citrus, mais constituant une espèce distincte (voir tableau des citrons page 284). Sphérique (2,5 à 4 cm de diamètre), verte avec des nuances de jaune à maturité, très parfumée, la lime, ou limette, produit un jus abondant et acide. Elle sert à préparer les sauces acidulées exotiques, ainsi que les salades, ragoûts et poissons orientaux. Son écorce râpée est un ingrédient des chutneys ; le sirop de lime arrose aussi des pâtisseries.

LIMONADE Boisson rafraîchissante faite d'eau, de sucre et de jus de citron. Aujourd'hui, l'appellation s'applique à des boissons sucrées gazéifiées, incolores, additionnées d'arômes extraits d'agrumes acides.

LIMONADIER Personne qui fait le commerce de boissons au détail. À l'origine, le mot désignait un fabricant ou un marchand de limonade. Les limonadiers distillaient aussi essences et eaux-de-vie. C'est à la fin du XVII[e] siècle que, devant le succès des « limonades », un corps de métier spécifique fut créé. Les limonadiers se séparèrent alors des distillateurs. En 1776, ils furent rattachés aux vinaigriers.

LIMONER Éliminer la peau, les parties sanguinolentes, les impuretés de certains aliments en les plongeant dans de l'eau ou en les tenant sous l'eau.

LIMOUSIN La cuisine limousine regroupe des spécialités variées dues à la diversité des sols et du climat. Les plateaux couverts de prairies et de forêts fournissent gibier et champignons ; ils permettent aussi un élevage de grande qualité ; ils fournissent des légumes et des fruits excellents. Rivières et étangs sont encore poissonneux. Les soupes rustiques sont typiques, avec notamment les bréjaudes au chou, au petit salé, aux haricots ou aux miques, couronnées par le chabrot. Les porcs limousins donnent petit salé, confits et boudins aux châtaignes, ainsi que des jambons, saucisses et saucissons, pâtés de tête ou de foie ; les apprêts de farce se distinguent par diverses « farcissures ». La grande spécialité limousine est le lièvre en cabessal, mais on cuisine aussi avec le veau d'excellents fricandeaux.

Parmi les desserts, outre le célèbre clafoutis, il faut citer les tartes aux fruits, les pâtés de prune, les massepains, les cornues (brioches à deux cornes préparées à Pâques), les rustiques « tartes sèches » (cuites à l'eau, couvertes de grains d'anis et passées au four) ou encore les madeleines de Saint-Yrieix, les croquants de Bort-les-Orgues ou les macarons du Dorat. Les châtaignes, qui ont été la base de l'alimentation paysanne, se dégustent encore, bouillies, grillées ou blanchies.

Les vignobles des coteaux corréziens et de la vallée de la Vienne donnent des petits vins locaux, mais les paysans limousins font aussi du cidre et de bonnes eaux-de-vie de fruits, avec lesquelles on prépare cerises, prunes et pruneaux à l'eau-de-vie, ainsi que différentes liqueurs de ménage, dont le brou de noix.

LIMOUSINE Race bovine française élevée pour la production de viande (voir tableau des bœufs page 126). Originaire de la région qui porte son nom, le cheptel, qui compte six cent mille têtes reproductrices, à la robe brun-fauve, s'est implanté dans d'autres régions et pays. Les bêtes – surtout des génisses et des vaches de deux à cinq ans pesant de 300 à 400 kg –, caractérisées par une ossature fine, fournissent beaucoup de morceaux nobles. Le jeune bovin « limousin » est commercialisé sous les appellations de « veau de Saint-Étiennne » – animal non sevré, âgé de neuf à douze mois et pesant en carcasse de 200 à 220 kg –, et de « veau de Lyon » – sevré, âgé de treize à quinze mois et pesant de 250 à 320 kg (voir VEAU).

LIMOUSINE (À LA) Se dit d'un apprêt de chou rouge en julienne, cuit à la graisse de porc avec un peu de bouillon, un filet de vinaigre et une pincée de sucre, auquel on ajoute, en fin de cuisson, de la pomme (râpée ou en petits dés) et des marrons crus brisés. Cette garniture, courante dans la cuisine allemande, accompagne des pièces de boucherie ou de porc rôties.
▶ **Recette** : CHOU POMMÉ.

LINGUE Nom usuel de deux poissons de la famille des gadidés, voisins de la morue, appelés aussi « juliennes » (voir planche des poissons de mer pages 820 et 821). La grande lingue, commune en mer du Nord, mesure jusqu'à 1,50 m ; la petite lingue, méditerranéenne, ne dépasse pas 90 cm. Très allongées, gris olivâtre avec une ligne latérale argentée, les lingues sont vendues en filets ; on les cuisine comme les filets de merlan.

LINGUE BLEUE Poisson de la famille des gadidés, appelé aussi « élingue » à Boulogne et à Lorient. La lingue bleue vit généralement entre 350 et 500 m de profondeur dans l'Atlantique nord jusqu'au Groenland, en passant par la Norvège et l'Islande. Souvent vendue en filets, elle s'apprête alors comme le cabillaud ; mais, parfois, elle est également salée comme la morue.

LINZERTORTE Tarte autrichienne faite en pâte sablée, souvent parfumée à la noisette, au citron et à la cannelle, garnie de confiture de framboise et décorée de croisillons de pâte.

▶
Linzertorte autrichienne tiède
Recette voir page 622.


1988er
Ockfener
Riesling
Erzeugerabfüllung

Linzertorte

Faire ramollir 70 g de beurre. Lever le zeste de 1 citron, en tailler les deux tiers en julienne ; blanchir et égoutter celle-ci, puis la hacher. Disposer 175 g de farine en fontaine, y incorporer 75 g d'amandes en poudre, 75 g de sucre semoule, 1 œuf, 1 cuillerée à café de cannelle en poudre, le beurre, la julienne de citron et une pincée de sel ; bien pétrir cette pâte. La mettre 2 heures dans le réfrigérateur. Beurrer une tourtière de 22 cm de diamètre. Abaisser la pâte sur une épaisseur de 3 à 4 mm et en foncer la tourtière ; bien la faire descendre jusqu'au fond et couper l'excédent au ras du bord. Piquer la pâte à la fourchette ; y étaler 125 g de confiture de framboise. Rassembler en boule les chutes de pâte et les abaisser en rectangle sur une épaisseur de 2 mm. Y découper des bandelettes de 8 mm de large. Les disposer sur la confiture, en croisillons ; souder leurs extrémités à la pâte du bord. Cuire 30 min au four préchauffé à 200 °C. Démouler et laisser refroidir. (**Voir** photographie page 621.)

LIPIDES Nom scientifique des graisses composées d'acides gras et source principale de l'énergie fournie par l'alimentation (1 g de lipides apporte 9,3 Kcal). Les lipides présents dans le corps, comme ceux que fournissent les aliments, sont essentiellement (à 95 %) des triglycérides (combinaison d'une molécule de glycérol avec trois acides gras) et des phospholipides. Notre cerveau contient entre 50 et 70 % de lipides.

Les lipides alimentaires sont soit les corps gras de cuisine ou d'assaisonnement, soit les graisses de constitution des aliments (fruits oléagineux et produits laitiers surtout). La consommation lipidique excessive (en quantité et en proportion) constatée dans les pays à haut niveau de vie provient surtout de ces aliments « gras ». Ainsi, les Belges en mangent 160 g par jour, les Canadiens entre 66 et 89, et les Français de 80 à 100 g par jour, soit 37 à 40 % de leur ration énergétique totale, alors que la ration journalière recommandée se situe entre 30 et 35 %. Il est conseillé d'équilibrer les corps gras entre le beurre d'une part, l'huile et la margarine d'autre part, et de modérer la consommation des aliments riches en graisses de constitution.

LIPP Brasserie du boulevard Saint-Germain, à Paris, fondée en 1871, à l'enseigne de la *Brasserie des bords du Rhin,* par un Alsacien, Léonard Lipp. Ses successeurs (Hébrard, puis Cazes) l'agrandirent, la rebaptisèrent et surent y attirer la clientèle littéraire et politique qui fréquentait déjà *le Flore* et *les Deux Magots.*

Léon-Paul Fargue (1876-1947) disait que c'était le seul endroit de la capitale « où l'on puisse avoir, pour un demi, le résumé fidèle et complet d'une journée politique ou intellectuelle française », jugement encore valable aujourd'hui, même si l'on y sert plutôt du champagne et du bordeaux.

LIQUEUR Boisson spiritueuse, obtenue par mélange d'alcool et d'eau-de-vie avec des aromates, qui se boit pure à la fin des repas, comme digestif, parfois allongée d'eau comme apéritif, et qui est utilisée en confiserie et en pâtisserie. La teneur en alcool, variant de 16 à 55 % Vol., est de 40 % Vol. en moyenne ; mais la liqueur, étant sucrée, paraît moins forte.

Les préparations médiévales, à base de vin, de miel, de fleurs, d'herbes et de racines, étaient élaborées par les moines, à des fins thérapeutiques. Les liqueurs commencèrent à jouer un rôle gastronomique en France à partir du XV[e] siècle. Avec les progrès de la distillation, de véritables industries se créèrent.

■ **Formule de base.** Toutes les liqueurs utilisent comme matières premières de l'eau-de-vie ou de l'alcool neutre à 96 % Vol., une substance aromatique (fruit, plante, graine ou essence) et du sirop de sucre (parfois de miel). La fabrication se fait par distillation, par infusion quand un fruit ou une plante ne supporte pas ce traitement, ou par addition d'essence dans l'alcool.

Pour les liqueurs de fruit (cherry, curaçao, marasquin), baies ou écorces commencent par macérer dans l'alcool, puis le liquide est soutiré et distillé deux fois. La préparation des liqueurs de plantes (Bénédictine, Chartreuse, Izarra) est plus longue ; une seule liqueur nécessite plusieurs alcoolats, et ceux-ci sont mis à vieillir séparément en fûts de chêne avant d'être mélangés, additionnés de sucre (ou de miel), filtrés et mis en bouteilles. Pour les liqueurs de graines (anisette, Drambuie, kummel), l'esprit s'obtient par macération des graines dans un alcool ; on ajoute un sirop concentré, puis on pratique brassage et filtrage.

■ **Liqueurs de ménage.** Sans alambic ni appareillage particulier, on réalise des liqueurs à base de fruits (ratafias) par infusion ou par macération dans un alcool dit « de bon goût ». Le filtrage est important, de même que le collage, parfois nécessaire, pour obtenir une liqueur limpide. On peut le colorer avec des produits naturels (caramel, jus de guigne, thé, vert d'épinard). Les liqueurs maison gagnent à vieillir à l'abri de la lumière et de l'humidité, dans des cruchons en grès.

LIRAC Vin AOC rouge, blanc ou rosé (très proche du célèbre tavel, son voisin immédiat) produit dans le Gard, aux environs de Roquemaure (**voir** RHÔNE).

LISETTE Poisson de la famille des scombridés, de moins d'un an. En été, ce petit maquereau vit en bancs près de la surface, et on le retrouve du golfe de Gascogne, où il est pêché à la senne, jusqu'en Méditerranée et en mer du Nord, où il est capturé au chalut. La lisette, excellente nageuse, a une chair savoureuse et moins grasse que celle du maquereau ; on l'apprécie grillée, marinée au vin blanc ou fumée.

LISTAO Appellation normalisée de la bonite à ventre rayé, poisson de la famille des thunnidés, mesurant jusqu'à 1,20 m et pesant alors 25 kg, qui vit en Méditerranée, dans les mers tropicales et le golfe de Gascogne (**voir** tableau des thons page 1045). Ses apprêts sont les mêmes que ceux du thon.

LISTRAC-MÉDOC Vin AOC rouge du haut Médoc, d'une belle couleur rubis, nerveux et agréablement bouqueté, présentant une forte charpente. En 1986, « listrac » est devenu « listrac-médoc » (**voir** BORDELAIS).

LITCHI Fruit originaire de Chine, de la famille des sapindacées, cultivé en Extrême-Orient et aux Antilles (**voir** planche des fruits exotiques pages 502 et 503). Gros comme une reine-claude, couvert d'une écorce rugueuse rose ou rouge, il possède une pulpe blanche et juteuse, translucide, autour d'un gros noyau brun-noir. Encore appelé cerise de Chine, letchi ou lychee, le litchi apporte 68 Kcal pour 100 g ; assez riche en vitamine C, il contient 16 % de glucides. Sa chair agréablement sucrée a une saveur de rose, légèrement acidulée. La cuisine chinoise l'associe souvent à la viande ou au poisson. En France, on le trouve frais de novembre à janvier, et il rehausse les salades de fruits, mais il est surtout vendu en conserve, au sirop et dénoyauté. On le trouve aussi parfois séché ou confit.

LIVAROT Fromage fermier normand AOC de lait de vache (40 à 45 % de matières grasses), à pâte molle et à croûte lavée naturelle, lisse et brillante, mais non poisseuse (**voir** tableau des fromages français page 495). Le livarot se présente sous la forme d'un cylindre de 11 à 12 cm de diamètre et de 4 à 5 cm d'épaisseur, pesant de 350 à 500 g, à nu ou en boîte, entouré de lanières étroites, les « laîches » (rubans taillés dans un roseau, qui lui valent le surnom de « colonel »). Affiné trois ou quatre mois en cave humide, il a une saveur relevée.

LIVÈCHE Plante aromatique, de la famille des ombellifères, originaire de Perse, appelée également « ache de montagne » en raison de son parfum (**voir** planche des herbes aromatiques page 561). Assez peu utilisée en France, la livèche est, en revanche, très appréciée des Anglais et des Allemands, qui emploient ses feuilles et ses graines pour aromatiser salades, potages et plats de viande. Les pétioles des feuilles, blanchis, se mangent en salade ; confits, ils rappellent l'angélique. Les racines se consomment également en salade ; séchées et moulues, elles servent de condiment.

LIVONIENNE Nom donné à une sauce à base de velouté de poisson monté au beurre et garni d'une fine julienne de carotte, de céleri, de champignon et d'oignon étuvée au beurre, complétée par une julienne de truffe et du persil haché. La livonienne accompagne surtout la truite et le saumon, ou tout poisson de mer plat à chair maigre.

▶ **Recettes** : CROÛTE, HARENG.

LIVRE DE CUISINE Recueil de recettes ou de considérations gastronomiques. En Occident, la tradition de l'écrit culinaire remonte à l'œuvre d'Archestrate (IVe siècle av. J.-C.), dont nous ne connaissons que des fragments. De l'Antiquité romaine, il ne nous est parvenu qu'un recueil composite de recettes datant de la fin du IVe siècle apr. J.-C. et dont plusieurs copies circulèrent jusqu'à l'époque carolingienne sous la signature d'Apicius, célèbre épicurien du Ier siècle de notre ère. Il faut attendre la seconde moitié du XIIIe siècle pour voir renaître la tradition avec les premiers réceptaires (recueils de recettes) donnant à voir une véritable « nouvelle cuisine ».

■ **Naissance.** Au cours des XIVe et XVe siècles, nombre de livres de cuisine virent le jour. Ils se présentent sous forme de rouleaux (peu d'exemplaires) ou de codex, soit en parchemin, pour les versions les plus luxueuses, soit en papier, matériau qui va peu à peu s'imposer et qui, par sa maniabilité et son prix réduit, contribuera à la diffusion de cette forme de littérature.

Le livre de cuisine médiéval s'insère généralement dans un ouvrage à vocation scientifique où il côtoie des sujets aussi variés que la médecine, l'astrologie, l'agronomie. Il s'agit généralement d'une mise par écrit de recettes jusque-là transmises oralement ou d'une compilation de réceptaires plus anciens. Cependant, on voit apparaître des créations de grands maîtres queux, qui connurent un succès considérable.

C'est le cas du *Libro de arte coquinaria,* de maître Martino, qui compose la partie culinaire de l'œuvre de Platine, *De honesta voluptate,* premier livre de cuisine imprimé (1473). C'est aussi le cas du *Viandier,* attribué, bien que probablement plus ancien, à Guillaume Tirel, dit Taillevent, cuisinier de Charles V, puis de Charles VI, qui, constamment augmenté, jouit d'une faveur considérable pendant plusieurs siècles. Premier livre de cuisine français à être imprimé, *le Viandier* inaugurait la très riche lignée des livres de recettes portant la griffe de grands cuisiniers.

■ **Floraison.** Depuis Taillevent et, surtout, La Varenne, qui marque avec son *Cuisinier françois* (1651) le début du règne de l'art culinaire français sur le monde occidental, tous les grands cuisiniers ont laissé une œuvre écrite : *le Cuisinier* (1656), de Pierre de Lune ; *l'Art de bien traiter* (1674), signé L.S.R. ; *le Cuisinier royal et bourgeois* (1691), de Massialot ; mais aussi *l'École des officiers de bouche* (1662) et *la Maison réglée* (1692), d'Audiger, qui détaillent le service de table et la gestion de la maison.

Au XVIIIe siècle, on assiste à une floraison de nouveaux textes : *le Cuisinier moderne* (1733 en anglais, 1735 en français), de Vincent La Chapelle ; *les Dons de Comus ou les Délices de la table* (1739), attribué à Marin ; *la Cuisinière bourgeoise* (1746) et *les Soupers de la cour* (1755), de Menon. D'autres titres, plus spécialisés, connurent aussi de beaux succès : *le Traité des aliments* (1702), de Louis Lémery ; *le Cuisinier gascon* (1740), qui ne traite d'ailleurs pas, malgré son titre, de cuisine régionale ; *le Festin joyeux* (1738), de Lebas, où les recettes sont mises en musique sur des airs à la mode ; *le Cannaméliste français* (1751), de Gilliers, et *l'Art de bien faire les glaces d'office* (1768), de Émery.

Le souffle démocratique de la Révolution pénètre jusque dans les cuisines. Une libraire parisienne, madame Mérigot, écrit et publie en 1794 *la Cuisinière républicaine,* recueil suivi, un an après, par *le Petit Cuisinier économe,* de Jannet, libraire également, qui publiera en 1796 *le Manuel de la friandise ou les Talents de ma cuisinière Isabeau mis en lumière* (inspiré de Menon).

■ **Révolution.** À partir des premières décennies du XIXe siècle se révèlent les grands rénovateurs de l'art culinaire français : Viard, avec son *Cuisinier impérial* (1810), et surtout Antonin Carême, dont les œuvres

sont aussi fondamentales en cuisine qu'en pâtisserie : *le Pâtissier royal parisien* (1815) ; *le Cuisinier parisien* (1828) ; *l'Art de la cuisine française au* XIX*e siècle*, ouvrage terminé par Plumerey (1843-1844).

Le XIXe siècle est aussi la période où apparaissent les restaurateurs, dont certains prennent déjà la plume, comme Beauvilliers avec *l'Art du cuisinier* (1814), et que fréquentent les gourmets, eux aussi hommes de lettres : Berchoux (*la Gastronomie*, 1801) ; Grimod de La Reynière (*Almanach des gourmands*, de 1803 à 1812) ; Cadet de Gassicourt (*les Dîners de Manant-Ville*, 1809) ; Colnet (*l'Art de dîner en ville*, 1810) et le marquis de Cussy (*l'Art culinaire*, 1835).

La gastronomie et l'art culinaire deviennent dès lors un genre littéraire, dans lequel s'illustre notamment Alexandre Dumas père (*le Grand Dictionnaire de cuisine*, 1873), et même journalistique, avec Charles Monselet (*Almanach des gourmands*, 1863 - 1870, et *la Cuisinière poétique*) ou le baron Brisse (366 menus parus dans *la Liberté*).

Mais les grands praticiens continuent de publier des sommes théoriques et pratiques, reflet fidèle de la cuisine telle qu'elle se fait et s'enseigne à leur époque, notamment Urbain Dubois (*la Cuisine classique*, 1856), Jules Gouffé (*Livre de cuisine*, 1867) et Garlin.

Bientôt, le livre de cuisine devient un genre diversifié à l'extrême. Auguste Escoffier, « roi des cuisiniers et cuisinier des rois », marque le début du XXe siècle en publiant en 1903 son célèbre *Guide culinaire* (avec Philéas Gilbert et Émile Fétu), un ouvrage qui reste une référence de base pour tous les professionnels.

À sa suite, les grands chefs prennent tous, un jour ou l'autre, la plume. Et ce d'autant plus facilement que les médias les accueillent : désormais, ils donnent leurs recettes sous forme de livres traditionnels (illustrés en couleurs), mais aussi dans des revues spécialisées, dans les rubriques de magazine, sur les ondes radiophoniques et sur le petit écran. En outre, un autre genre connaît un essor extraordinaire, celui des chroniques de gourmets et de critiques, dont la voie fut ouverte par Curnonsky : le public se découvre une passion pour l'histoire de la gastronomie, les recettes régionales ou exotiques, l'évolution de l'alimentation et de l'art culinaire en général, d'où une production riche et variée, allant des encyclopédies aux « fiches », des réimpressions d'éditions anciennes aux manuels de diététique.

LOCHE Poisson d'eau douce, de la famille des cobitidés, au corps allongé et visqueux, gris verdâtre ou jaune-orangé, tacheté de noir, avec des écailles très fines. Trois espèces vivent en Europe.
– La loche d'étang peut atteindre 35 cm et porte dix barbillons.
– La loche de rivière, la plus petite (8 à 10 cm), ne porte que six barbillons et possède une épine sous chaque œil.
– La loche franche (10 à 12 cm), la plus appréciée, porte six barbillons, mais pas d'épine.

La chair des trois espèces est excellente d'octobre à mars, mais, ces poissons vivant dans la vase, il faut les laisser tremper quelques heures dans de l'eau vinaigrée avant de les apprêter, en matelote ou à la meunière.

LOIRE (VINS DE LA) Sur un peu plus de la moitié de son parcours, entre Pouilly-sur-Loire et Nantes, le plus long fleuve de France est bordé de douces collines où, depuis au moins la conquête romaine, prospère la vigne. Sur les différents terroirs poussent divers cépages, où dominent les cabernets pour les rouges et les rosés, le chenin blanc et le sauvignon pour les blancs, donnant toutes sortes de vins doux ou secs, tranquilles ou mousseux. Tous sont élégants et rafraîchissants, et la plupart se boivent relativement jeunes.

D'est en ouest, le Val de Loire comporte neuf subdivisions viticoles. En amont, le secteur de Pouilly-sur-Loire produit, avec du sauvignon, l'excellent pouilly fumé, et celui, tout proche, de Sancerre, des blancs secs réputés et un très bon rosé. Les petits secteurs de Quincy et de Reuilly sont spécialisés dans les blancs secs, tandis que la Touraine donne tous les types de vins, rouges, rosés et blancs, les plus connus étant les bourgueils, le chinon et surtout les vouvrays. Au nord, le terroir de Jasnières ne donne que des blancs doux, alors que celui des coteaux du Loir est plus connu pour ses rosés. L'Anjou fournit toutes les catégories, mais produit surtout de prestigieux blancs doux (quarts-de-chaume, saumur, savennières, coteaux-du-layon). Enfin, la région nantaise s'est acquis une grande popularité avec ses muscadets et son gros-plant.

LOISEAU (BERNARD) Cuisinier français (Chamalières 1951). Après avoir effectué son apprentissage chez les frères Troisgros, à Roanne, il devient chef à *la Barrière de Clichy*, puis à *la Barrière Poquelin*. Il s'installe à *la Côte-d'Or*, à Saulieu, en 1975. Deux ans plus tard, il obtient sa première étoile Michelin, la seconde en 1981, et la troisième en 1991. Bernard Loiseau cherche à limiter l'emploi des matières grasses et du sucre ; ses liaisons « à l'eau » imposent un style qui fait bientôt école.

LOLLO Nom générique de diverses variétés de laitues caractérisées par leur petite taille (20 cm au maximum) et leur forme de bouquet non pommé. Les feuilles nervurées et découpées ont les extrémités plus ou moins teintées. Les lollos, servies en salade, sont tendres et un peu croquantes (**voir** tableau des laitues page 602).

LONGANE Fruit originaire d'Inde et de Chine, ovoïde et gros comme une mirabelle, parfois comme une reine-claude. Le longane ressemble au litchi, mais il est moins parfumé ; riche en vitamine C, il fournit 65 Kcal pour 100 g. Sa peau rouge, rosée ou jaune couvre une chair translucide, assez peu sucrée, renfermant un gros noyau noir, marqué d'une tache blanche en forme d'œil (d'où son nom chinois d'« œil de dragon »). On le trouve en conserve au sirop, parfois confit. Il entre dans la composition de salades de fruits, ainsi que dans celle d'une boisson rafraîchissante.

LONGANIZA Saucisse mi-sèche, mi-fumée, ressemblant à un gros chorizo. Espagnole comme ce dernier, la longaniza est faite de chair à saucisse colorée et aromatisée avec du piment et de l'anis. On la mange frite, notamment dans des apprêts d'œufs, ou crue.

LONGCHAMP Nom donné à un potage lié, dérivé d'une purée Saint-Germain, par référence au nom du principal hippodrome parisien.

▶ **Recette** : POTAGE.

LONG DRINK Boisson « longue » servie dans un verre de 12 à 33 cl (ou plus) ou dans une cup (**voir** COCKTAIL). Composé de spiritueux, de jus de fruits, de liqueurs, le long drink est peu alcoolisé et souvent allongé d'eau gazeuse ou de tonic. Il se sert avec une paille.

LONGE Région cervicale et dorsale du porc comprenant l'échine, le carré de côtes et le filet (**voir** planche de la découpe du porc page 839). La longe est aussi un morceau du veau, formé des cinq demi-vertèbres lombaires fendues en long et garnies des muscles du même nom, prolongés par les muscles abdominaux (raccourci) ; on y taille des côtes-filets assez larges, à griller ou à poêler, mais surtout des rôtis : elle est alors désossée. Si on laisse le rognon, on l'appelle rognonnade.

▶ **Recette** : VEAU.

LORETTE Nom d'une garniture pour grosses pièces de bœuf rôties et petites pièces sautées, composée de croquettes de volaille, de bottillons de pointes d'asperge, avec un décor de lames de truffe ; la sauce est une demi-glace pour les premières, un déglaçage au madère et à la demi-glace pour les secondes.

Les pommes de terre Lorette sont des pommes dauphine au fromage frites en forme de croissant.

La salade Lorette associe, en parties égales, mâche, céleri-rave en julienne et betteraves cuites.

LORRAINE Cette province comprend des régions nettement différenciées : les Vosges, habillées de forêts et de pâturages ; la Vôge, au relief accidenté, avec ses vallées encaissées, riche en sources thermales et en forêts de chênes et de hêtres, avec leurs sangliers, leurs champignons et leurs myrtilles, caractérisée par l'élevage des bovins, dont le lait sert à la fabrication de fromages réputés ; le plateau lorrain, aux troupeaux de moutons, de porcs et surtout de bovins ; les côtes de Meuse, aux cultures variées, couvertes de vigne (vin gris de Toul), de vergers et de pâturages.

La cuisine lorraine se fonde surtout sur la viande de porc, qui entre dans la potée, la soupe au jambon fumé, la célèbre quiche, la tourte de porc et de veau ; elle sait aussi apprêter les andouillettes d'Épinal, les boudins de Nancy, la choucroute de Saint-Dié, le civet de porc frais, le cochon de lait en gelée et les charcuteries variées. L'oie est fréquemment accommodée en daube, et les pâtés de foie gras rivalisent avec ceux d'Alsace.

Les poissons des rivières (Meuse, Moselle et Ornain) donnent des matelotes, tandis que grenouilles et écrevisses se cuisinent en gratin.

La pâtisserie a une grande réputation, depuis l'époque où Stanislas Leszczynski régnait à Nancy ; mais les traditions locales sont implantées depuis toujours avec les tartes aux mirabelles, aux quetsches, aux myrtilles et au raisin, les biscuits de Stenay, les chemitrés (sortes de gaufre), les choux à la crème de Pont-à-Mousson, sans oublier les macarons de Nancy, les madeleines de Commercy, les nonnettes et les pains d'épice de Remiremont, ni la confiserie (bergamotes et dragées, sucre d'orge et bonbons de chocolat au kirsch de Charmes, confitures de groseille de Bar-le-Duc et de myrtille de Remiremont).

Si la brasserie lorraine est quelque peu délaissée, les eaux-de-vie de mirabelle, de framboise, de quetsche et de cerise restent justement appréciées.

LORRAINE (À LA) Se dit de grosses pièces de boucherie, généralement braisées, garnies de chou rouge braisé au vin rouge et de pommes fondantes. Le fond de braisage bien dégraissé constitue la sauce d'accompagnement, souvent servie avec du raifort râpé. L'appellation concerne d'autres spécialités lorraines, comme la potée ou la quiche, ainsi que divers apprêts d'œufs qui ont en commun le lard fumé et le gruyère.

▶ **Recettes** : ŒUF SUR LE PLAT, OMELETTE, POTÉE, QUICHE.

LOTE Poisson d'eau douce, de la famille des gadidés, dont le corps allongé et cylindrique, jaunâtre marbré d'ocre et de brun, est couvert d'un enduit visqueux. La lote peut atteindre 1 m ; elle abonde surtout dans les lacs savoyards. Dépouillée, elle se prépare comme l'anguille ou la lamproie ; son foie, volumineux, très recherché, sert à préparer des terrines, et on le fait poêler comme du foie de veau.

LOTTE DE MER Appellation usuelle de la baudroie, poisson de mer de la famille des lophiidés, que sa laideur fait surnommer « crapaud » ou « diable de mer » (**voir** planche des poissons de mer pages 820 et 821).

Sa tête énorme et très laide, dotée d'une large gueule terminant un corps brunâtre et sans écailles, qui peut atteindre 1 m de long, reste inconnue du consommateur, car la lotte est toujours commercialisée étêtée, sous le nom de « queue de lotte ». Sa chair maigre, sans arêtes, fine et ferme, se cuisine un peu comme de la viande (en brochettes, en rôti, en sauce, sautée). Les déchets sont peu abondants, et le cartilage central est très facile à retirer.

cari de lotte à la créole → CARI
crépinettes de lotte au chou → CRÉPINETTE

lotte à l'américaine

Laver et éponger 1,5 kg de petites lottes, en laissant le cartilage central qui retient les 2 filets. Laver et éponger des têtes et des carapaces de langoustine. Peler, épépiner et concasser 500 g de tomates bien mûres ; éplucher et hacher 4 belles échalotes ; peler et écraser 1 grosse gousse d'ail ; hacher 1 petit bouquet de persil et 2 cuillerées à soupe de feuilles d'estragon. Chauffer 1 dl d'huile d'olive dans une cocotte, y mettre à revenir les têtes et les carapaces des crustacés avec les tranches de lotte. Dès que celles-ci ont commencé à dorer, ajouter le hachis d'échalote et laisser blondir. Verser dans la cocotte 1 verre à liqueur de cognac chauffé et faire flamber. Ajouter la gousse d'ail écrasée, 1 morceau d'écorce d'orange séchée, l'estragon et



le persil, les tomates, 1 bouquet garni, 1 cuillerée à soupe de concentré de tomate délayé dans 1/2 bouteille de vin blanc sec, du sel, du poivre, du poivre de Cayenne. Couvrir et poursuivre la cuisson 15 min : le poisson doit rester un peu ferme. L'égoutter et le tenir au chaud. Retirer le bouquet garni, passer la sauce au chinois et ajouter 50 g de crème. Dresser sur les assiettes de service le poisson au centre, nappé de la sauce et entouré d'une couronne de riz basmati. (Voir photographie ci-contre.)

RECETTE DE GUY SAVOY

lotte entière rôtie aux échalotes confites

« Éplucher 200 g de pommes de terre et les émincer avec une mandoline. Les laver et bien les sécher. Saler et poivrer. Les mettre dans un saladier et les arroser de 40 g de beurre fondu. Les disposer en une couche très fine et régulière dans un plat à rôtir. Les dorer au four préchauffé à 240 °C. Faire revenir une queue de lotte de 350 g avec une cuillerée de beurre, ajouter 4 échalotes avec leur peau et cuire 10 min au four à 240 °C. Réserver la lotte au chaud. Arroser les échalotes avec 5 cl de bouillon de légumes ou de fumet de poisson. Les remettre au four de 5 à 10 min, le temps qu'elles s'attendrissent. Retirer alors leur pulpe. La mettre avec le jus de cuisson dans une casserole. Monter avec 30 g de beurre. Ajouter quelques gouttes de jus de citron, du sel et du poivre. Sur un plat chaud, disposer des pommes de terre en couronne et poser la lotte dessus. Napper de sauce passée au chinois. »

RECETTE DE GUY SAVOY

médaillons de lotte au beurre de poivron rouge

« Préparer un court-bouillon à l'eau et au vinaigre blanc, avec 1 carotte et 1 oignon émincés, 1 bouquet garni, du sel et du poivre. Le cuire 20 min. Ouvrir en deux un poivron rouge, l'épépiner, et le cuire lentement 6 min à l'huile d'olive, à couvert. Le passer au tamis fin. Détailler 700 g de lotte en médaillons de 1 cm d'épaisseur. Faire réduire à sec, au vin blanc, 2 petites échalotes hachées ; ajouter 2 cuillerées à soupe de crème fraîche, laisser bouillir, en fouettant, pendant 2 min, puis, à feu doux, incorporer 150 g de beurre, toujours en fouettant. Verser alors la purée de poivron, saler, poivrer et ajouter un filet de citron. Mettre les médaillons de lotte, bien séparés les uns des autres, dans un plat à gratin. Saler et poivrer. Arroser du court-bouillon et laisser frémir 4 min sur le feu. Retirer, égoutter. Disposer sur le plat de service chaud et napper de la sauce. »

◄
Lotte à l'américaine
Recette voir page 625.

RECETTE DE PIERRE WYNANTS, *COMME CHEZ SOI*, À BRUXELLES

médaillons de lotte aux herbes

« Peler et épépiner 2 grosses tomates, les couper en dés, les poudrer de 10 g de ciboulette ciselée, de sel et de poivre. Nettoyer un morceau de lotte de 1,4 kg ; ôter l'arête centrale et la peau. Le couper en médaillons de 1 cm d'épaisseur. Mettre ceux-ci dans une casserole à fond épais avec 20 g de beurre, 1 cuillerée à soupe de vin blanc sauvignon, 1 échalote hachée, un filet de citron, du sel et du poivre du moulin. Chauffer à feu vif, laisser frémir 1 min, puis tourner les médaillons et les cuire encore 1 min. Les retirer et les tenir au chaud, à couvert. Faire réduire la cuisson de moitié. Y ajouter 2,5 dl de crème fraîche et faire réduire encore d'un tiers. Passer cette sauce au mixeur avec 30 g de cresson, 20 g d'oseille, 20 g de cerfeuil et 1 cœur de laitue. Faire chauffer, vérifier l'assaisonnement. Répartir cette sauce dans un plat chaud. Disposer dessus les médaillons de lotte, les couvrir avec les dés de tomate à la ciboulette tièdes, et servir. »

piccata de lotte au bouillon d'ail et courgettes-fleurs → PICCATA

LOTUS Plante asiatique, de la famille des papilionacées, voisine du nénuphar, dont on consomme les grosses graines (crues, bouillies ou grillées), les racines (comme du céleri) et parfois les feuilles (comme des épinards).

Au Viêt Nam, les graines de lotus, au goût d'amande, s'utilisent dans un potage sucré très populaire ; à Java, les feuilles de lotus sont farcies de riz aux crevettes, en Chine, elles le sont de viande et d'oignon hachés, et les graines, confites au vinaigre ou au sirop, sont appréciées comme friandises.

On trouve en Europe des conserves de racines de lotus au naturel, dont les tranches, percées de trous, sont caractéristiques, et servent de garniture de viandes et de volailles.

LOUCHE Grande cuillère sphérique, assez profonde, munie d'un long manche, utilisée pour servir potages et soupes. En cuisine, la petite louche à bec, en aluminium ou en fer-blanc, sert à puiser les jus et les sauces. Il existe aussi une louche à punch ou à vin chaud, parfois en verre, dont le cuilleron est également muni d'un bec.

LOUISIANE Nom d'un apprêt de volaille, farcie de maïs à la crème et de dés de poivron, colorée sur le feu, puis cuite au four, à couvert, avec une petite garniture aromatique. On l'arrose souvent et, vers la fin de la cuisson, on ajoute du fond de volaille et du madère. La volaille est dressée avec du maïs à la crème, du riz moulé en darioles et des rondelles de banane frites, accompagnée du jus de cuisson passé et dégraissé.

LOUKOUM Confiserie orientale à base de sucre, de miel, de sirop de glucose et de farine, aromatisée et colorée, et parfois garnie d'amandes, de pistaches, de pignons ou de noisettes. Élastique, très sucré, le loukoum (ou *rabat loukoum*, « repos de la gorge ») se présente en cubes poudrés de sucre glace.

LOUP Poisson de la Méditerranée, de la famille des serranidés, très apprécié. Il s'agit, en fait, du bar, auquel sa réputation de férocité a valu ce surnom imagé sur les côtes provençales.

couronnes de loup au poivron → COURONNE

RECETTE DE JACQUES PIC

filet de loup au caviar

« Dorer au beurre 100 g d'échalotes épluchées, mouiller avec 25 cl de vin blanc et faire réduire. Verser 1/2 litre de fumet de poisson et faire réduire de nouveau. Ajouter 1/2 litre de crème fraîche. Assaisonner de sel et de poivre et passer la sauce au chinois. Lever un loup de 3 kg en filets, puis le couper en tronçons. Les cuire 5 min à la vapeur. Égoutter. Dresser sur des assiettes, napper avec la sauce et décorer de 30 g de caviar. »

mariné de loup de mer, saumon et noix de saint-jacques → COQUILLE SAINT-JACQUES

LOUP DE L'ATLANTIQUE Poisson de la famille des anarhichadidés, souvent confondu avec le bar, appelé « loup » en Méditerranée. Mesurant de 1,20 à 1,50 m, il s'en différencie par son corps allongé, sa tête forte, son museau arrondi et ses très grosses canines proéminentes. Le loup vit dans des eaux froides et profondes de 450 m environ, du sud des îles Britanniques jusqu'au Groenland. Sa chair, voisine de celle de la lingue, s'apprête de la même façon que celle du merlan.

LOUP MARIN Nom que l'on donne sur la côte est du Canada au phoque, mammifère marin de la famille des phocidés, autrefois très chassé. On tente aujourd'hui de le commercialiser, mais le succès est timide. Sa chair, extrêmement nutritive, doit être débarrassée de la graisse, au goût prononcé. On la farine pour la saisir, puis on la laisse longuement mijoter en cocotte. Les nageoires braisées constituent un mets de choix.

LOUPIAC Vin AOC blanc liquoreux, corsé et parfumé, proche du sauternes, produit sur la rive droite de la Garonne, en face de Barsac (voir BORDELAIS).

LUCAS Restaurant situé place de la Madeleine, à Paris. En 1862 s'installa à cet emplacement *la Taverne anglaise*, créée trente ans plus tôt par un Anglais, Richard Lucas, et où l'on servait du rosbif froid et du plum-pudding ; on disait alors qu'un repas y valait plusieurs leçons d'anglais. Racheté par M. Scaliet, qui en fit le restaurant *Lucas*, décoré par Majorelle et consacré à la cuisine française, l'établissement passa, en 1925, aux mains de Francis Carton, président de la Société des cuisiniers de France, qui ajouta son nom à l'enseigne. Alec Allegrier, maître d'hôtel et gendre du propriétaire, s'efforça de maintenir le renom gastronomique de l'établissement. Celui-ci est aujourd'hui le domaine d'Alain Senderens.

LUCULLUS (LUCIUS LICINIUS) Général romain (106-56 av. J.-C.), qui a laissé le souvenir du luxe et du raffinement de sa table. Retiré près de Tusculum, il menait grand train et possédait plusieurs salles à manger, utilisées selon la dépense affectée aux repas qui y étaient servis. Un soir qu'il dînait seul, il réprimanda son cuisinier qui lui servait un repas moins élaboré que les jours de réception, et lui lança ce mot demeuré célèbre : « Aujourd'hui, Lucullus dîne chez Lucullus ! » Cette expression s'emploie à propos d'un repas intime particulièrement somptueux.

Le nom de Lucullus a été donné à divers apprêts classiques, caractérisés par la richesse des ingrédients (truffe, foie gras, crêtes de coq, madère).

▶ Recette : MACARONIS.

LUMP OU **LOMPE** Nom commercial du cycloptère, poisson de la famille des cycloptéridés, très abondant en mer du Nord et en Baltique, des îles Britanniques à l'Islande, où il mène une existence sédentaire en se fixant sur les rochers. Long de 50 cm environ, le lump est surtout pêché pour ses petits œufs (voir tableau des œufs de poissons page 727). Pondus en grande quantité entre février et avril – c'est le mâle qui surveille la ponte, d'où son nom de « poule de mer » –, ceux-ci sont naturellement jaunâtres : colorés artificiellement en noir ou en rouge, ils sont vendus comme « succédané de caviar ».

LUNCH Nom du repas que prennent les Anglo-Saxons au milieu de la journée. Le lunch, plus léger que le déjeuner continental (le breakfast étant nettement plus consistant que le petit déjeuner continental), se compose souvent de viandes froides, de charcuterie, d'œufs, de salades composées et de sandwichs, accompagnés de thé, de café ou de bière. Introduit en France dès la première moitié du XIXe siècle, le mot « lunch » y désigne aussi un buffet froid dressé notamment à l'occasion d'une réception où l'on doit traiter un grand nombre d'invités, qui se restaurent debout (voir BUFFET).

LUSTRER Rendre une préparation culinaire brillante en l'enduisant d'un élément qui en améliore la présentation. Pour les mets chauds, le lustrage se réalise au pinceau, avec du beurre clarifié. Pour les mets froids, il se fait avec de la gelée prête à prendre. Pour certains entremets et pâtisseries, le brillant est obtenu avec de la gelée de fruits ou du nappage.

LUT Détrempe de farine et d'eau, appelée aussi « repère », qui sert de joint d'étanchéité entre un récipient de cuisson et son couvercle : le lut durcit en séchant à la chaleur.

LU WENFU Écrivain chinois (province du Jiangsu 1928), vivant à Suzhou, petite ville historique du sud de la Chine. Après avoir été banni et exilé pendant la Révolution culturelle, Lu Wenfu reprit la plume pour écrire notamment *Vie et passion d'un gastronome chinois*. Les deux héros de ce roman, un gourmet invétéré et le narrateur chargé de « moraliser » le monde de la haute gastronomie de Suzhou, symbolisent par le combat qu'ils se livrent la lutte fratricide que connut le pays à l'époque où Lu Wenfu était exilé. La gourmandise l'emportera, car, en Chine, ce qui est bon plaît à tout le monde, aux pauvres comme aux riches.

LUXEMBOURG La cuisine luxembourgeoise serait, selon une souriante expression nationale, « de la cuisine française avec des portions allemandes ». Proche et méconnu à la fois, le grand-duché offre pourtant quelques particularités gastronomiques.

■ **Soupes et légumes.** Le Luxembourg a longtemps été un pays pauvre où le pain était chose rare. Les paysans consommaient beaucoup de fèves, des pois et des pommes de terre, celles-ci restant aujourd'hui une des bases de l'alimentation, auxquels s'ajoutent l'avoine (en bouillies) et le sarrasin (en galettes et en quenelles).

Le déjeuner et le dîner commencent souvent par une soupe, plus légère à midi, à base de légumes. La plus célèbre *(bounesschlupp)* se prépare avec des haricots verts ; avec des haricots blancs et des prunes, elle porte le nom de *bohnensuppe*.

Les légumes rois restent les pommes de terre et les choux. Les premières sont de tous les repas. Elles sont servies en plat unique, enrichies de lardons, ou avec des potages, des viandes et des poissons. Les seconds accompagnent aussi bien la viande que la charcuterie… ou la pomme de terre.

■ **Viandes et poissons.** L'autre pilier de la cuisine luxembourgeoise est sans aucun doute le porc ; le bœuf n'a d'ailleurs fait son apparition dans le pays que tardivement. Si le gras-double et les tripes font partie des menus typiques, le plat national est sans conteste le collet de porc fumé aux fèves des marais *(Judd mat gaardebounen)*. En rôti, en côtelettes, braisé, grillé, en ragoût, le porc s'apprête d'innombrables façons, et les restes sont toujours très bien accommodés, comme dans le *tirtech* réunissant viande, pommes de terre et choucroute.

Les nombreuses saucisses ont des goûts très variés, et les jambons sont différemment aromatisés et fumés – tel le jambon d'Oesling, fumé au bois de hêtre, de chêne et de genévrier.

Les poissons les plus consommés sont bien sûr pêchés dans les rivières, comme le brochet (au riesling) et la truite (au bleu). Les écrevisses à la luxembourgeoise sont très appréciées lors des repas de fête. Cependant, les poissons de mer et les coquillages les supplantent peu à peu, pour répondre à la demande d'une population de plus en plus internationale.

Le kachkéis, préparé avec du lait écrémé, caillé et égoutté, ressemble beaucoup à la cancoillotte ; il s'étale sur des tartines beurrées, éventuellement additionné de crème fraîche ou de jaune d'œuf, et s'accompagne traditionnellement de moutarde.

Enfin, les desserts – crêpes, préparations aux fruits, tartes et crème fouettée – restent simples, à l'exception du Baumkuchen, gâteau cuit à la broche selon une recette venue d'Autriche à la fin du XVIIIᵉ siècle.

■ **Vins.** De Schengen, au sud, à Wasserbillig, au nord, la Moselle évolue dans un écrin de vignes comportant 98 % de cépages blancs, dans lesquels le pinot noir ne s'immisce que très timidement : elbling, rivaner, auxerrois, pinots blanc et gris, riesling et gewurztraminer. Ils donnent des blancs classiques, mais aussi des mousseux et, depuis 1988, des crémants. L'elbling traditionnel, établi depuis l'époque romaine, produit en abondance un vin rustique, très apprécié par les connaisseurs dans sa pureté originelle.

LUXEMBOURGEOIS Macaron lisse, aussi appelé « macaron gerbet », fourré de crème ou d'une ganache, qui est à la base de diverses pâtisseries.

LYCOPERDON Champignon globuleux ou piriforme, sans pied ni chapeau, communément appelé « vesse-de-loup ». Comestible avant la maturité des spores, le lycoperdon se consomme en tranches panées et frites, ou en omelette. La vesse-de-loup géante, la plus savoureuse, a cependant une peau dure et doit absolument être pelée avant d'être apprêtée.

LYONNAIS Voir pages 630 et 631.

LYONNAISE (À LA) Se dit de diverses préparations, généralement sautées, caractérisées par l'emploi d'oignons émincés, fondus au beurre et blondis, souvent avec un déglaçage au vinaigre et l'ajout de persil ciselé. Sont également dits « à la lyonnaise » des mets accompagnés de sauce lyonnaise, elle aussi à base d'oignon.

▶ **Recettes** : ANDOUILLETTE, ARTICHAUT, BŒUF, BUGNE, FOIE, GODIVEAU, GRAS-DOUBLE, MORUE, QUENELLE, SAUCE, SAUCISSON.

LYOPHILISATION Procédé de conservation fondé sur la déshydratation par le froid, également appelé « cryodessiccation ». Le traitement comporte trois étapes en continu : une surgélation classique, puis un chauffage sous vide du produit surgelé pour réaliser sa sublimation (son eau passe directement du stade solide de la glace à l'état gazeux de la vapeur sans retrouver l'état liquide), et enfin un chauffage rapide pour éliminer l'eau résiduelle.

Un aliment solide lyophilisé devient extrêmement léger, puisqu'il ne contient plus que 1 à 2 % de son eau initiale, mais il conserve pratiquement tout son goût et ses qualités nutritives. Les meilleurs résultats sont obtenus avec les denrées de petite taille et les liquides, notamment le café.

LYS (FLEUR DE) Légume utilisé dans la cuisine chinoise, qui doit son nom à sa ressemblance avec la fleur de lys, bien qu'il ne s'agisse pas d'une fleur. C'est une sorte de bulbe, que l'on fait bouillir ou cuire avec du sucre ; ses longs filaments, souvent vendus séchés, entrent dans la composition de nombreux plats sucrés ou salés (omelette, potage, ragoût, salade, soupe sucrée).



Le Lyonnais, célèbre pour ses grandes tables, est aussi réputé pour ses « bouchons », comme celui-ci, situé rue Leynaud, dans le vieux Lyon. On y déguste à toute heure des petits plats simples.

TERROIRS

Lyonnais et Bresse

AU CONFLUENT DE LA SAÔNE ET DU RHÔNE, LYON, CHEF-LIEU DU DÉPARTEMENT DU RHÔNE, EST LA CAPITALE D'UN TERROIR BORDÉ PAR LA BOURGOGNE ET LE BEAUJOLAIS AU NORD, LES MONTS DU FOREZ, LE BOURBONNAIS ET LE VIVARAIS À L'OUEST ET LE DAUPHINÉ AU SUD-EST. AU SUD, ELLE S'OUVRE VERS LA DRÔME. LA BRESSE AU NORD, EST SOUVENT ASSOCIÉE AU LYONNAIS.

Lyon doit la place qu'elle occupe dans la gastronomie française en partie à ses propres ressources, notamment l'oignon, ou à ses spécialités charcutières, mais aussi aux apports variés des provinces voisines : bœufs du Charolais et primeurs de la vallée du Rhône, volailles de la Bresse et poissons des Dombes. Implantée dès l'Antiquité, la tradition de bonne chère s'est perpétuée jusqu'à nos jours. Et le Lyonnais – aujourd'hui patrie des « grandes toques », qui ont succédé aux « mères » – a su rester le berceau d'une cuisine traditionnelle riche et solide.
Les légumes couramment employés sont les plus simples. Au premier rang figure l'oignon, pour préparer la soupe ou accompagner légumes, foie de veau, gras-double, entrecôte ou morue ; il est d'ailleurs à la base de toutes préparations dites « à la lyonnaise », dans lesquelles il se retrouve le plus souvent finement haché. Tout aussi appréciées, les pommes de terre, sous forme de paillassons ou de galettes, la courge (potiron), qui se cuisine en soupe ou en gratin, les épinards, les salsifis, les artichauts... Mais la cuisine lyonnaise fait également un emploi remarquable de deux légumes bien particuliers : les cardons, préparés à la moelle, à la poulette ou en gratin, et les crosnes, qui accompagnent le veau ou les volailles.
Au carrefour du Rhône et de la Saône, Lyon a naturellement su intégrer les habitants des eaux douces à ses spécialités : carpe, tanche, brochet et sandre, mais aussi truite, perche, goujons, donnent lieu à de savoureux apprêts. En tête, les quenelles de brochet, gloire locale de la gastronomie lyonnaise.
La vocation charcutière de la région existait déjà du temps où Lyon s'appelait Lugdunum ! L'éventail des produits dérivés du porc est impressionnant : le saucisson dit « de Lyon » se fait rare, mais la rosette reste un vrai symbole. Le jésus est plus dodu, plus gros, séché plus longtemps.
Le saucisson à cuire (ou sabodet) se sert chaud, en rondelles, avec une salade de pommes de terre.
La viande de boucherie est avant tout représentée par les bœufs du Charolais tout proche, qui fournissent de savoureuses grillades, comme celle dite « à la moelle ». Mais le veau n'est pas oublié : accommodé avec des oignons, il devient « sauté à la lyonnaise ».
Les volailles de Bresse, de haute qualité, ont permis la création de deux grandes recettes : la poularde demi-deuil de la célèbre mère Filloux et le fameux poulet Célestine.

Enfin, la gastronomie lyonnaise tire merveilleusement partie de la prestigieuse production viticole des régions voisines, Beaujolais, Bourgogne et Côtes-du-Rhône. Il ne faut pas pour autant oublier qu'à Saint-Galmier, dans le Forez, jaillissent les eaux pétillantes de Badoit, du nom de monsieur Badoit, qui, le premier, eut l'idée de les commercialiser en bouteilles.

SOUPES ET LÉGUMES

Soupe à l'oignon, « salade du groin d'âne », saladier lyonnais
L'éventail des spécialités lyonnaises peut commencer avec la soupe à l'oignon, dont la gratinée est une variante parisienne. Mais il faut citer aussi la soupe à la courge avec crème, lait, oignons, cerfeuil, ou celle à la crème d'orge et à l'oseille. Les Lyonnais sont très friands de copieuses salades composées, où le pissenlit et la mâche ont la meilleure place : la « salade du groin d'âne » réunit ainsi pissenlit, lardons, croûtons aillés et œufs mollets. Quant au saladier lyonnais, il se compose de pieds de mouton, foies de volaille sautés, œufs durs et fines herbes. Salade de lentilles, de cervelas, filets de hareng marinés… sont aussi très appréciés.

POISSONS

Matelote, friture, catigot, cuisson au bleu
Les recettes de poissons d'eau douce sont toutes simples, comme la matelote au vin rouge, la friture de goujons du Rhône, le catigot, qui est une matelote d'anguille ou de carpe, sans oublier les poissons cuits au bleu. La proximité du Beaujolais permet aussi de savoureux apprêts, comme le brochet à la beaujolaise, qui mijote dans du vin avec des petits légumes.

CHARCUTERIE ET ABATS

Andouillettes, gras-double et tablier de sapeur
Tout le génie de la cuisine lyonnaise se retrouve dans les préparations charcutières : la tête de porc roulée, le cervelas, truffé et pistaché, les paquets de couennes, les andouillettes à la fraise de veau, les pâtés en croûte, les galantines de volaille et de gibier, les grattons (résidus de lard frit), ainsi que les oreilles et les queues de porc. Mais Lyon apprécie tout spécialement les abats que l'on sert traditionnellement dans les bouchons, petits bistrots lyonnais : le gras-double à la lyonnaise, coupé en lanières et sauté aux oignons et au vin blanc, et le tablier de sapeur, morceau de panse de bœuf panée et poêlée, sont de grandes spécialités.

VIANDES

Potage à la jambe de bois, grillade des mariniers
Les plats de viande les plus typiques sont le gigot braisé à la lyonnaise, dit « de sept heures », ainsi que le magistral potage à la jambe de bois, qui est un pot-au-feu particulièrement plantureux. Citons aussi la grillade des mariniers, morceau de filet de bœuf piqué d'anchois. Veau et agneau ne sont pas oubliés avec la rouelle de veau farcie, les côtes à l'oseille ou le gigot braisé.

VOLAILLES

Poulet au vinaigre, poularde au gros sel
Poules et poulets de Bresse deviennent des plats de choix, tels que le poulet au vinaigre et la fricassée de poulet à la crème, la poularde au gros sel, en morceaux sautés au beurre avec des champignons, le chapon rôti ou les abattis de dindon aux marrons ou, comme en Franche-Comté, le gâteau de foies blonds de volaille. Quant à la marmite bressanne, il s'agit tout simplement d'une variante locale de la poule-au-pot.

FROMAGES

Cervelle de canut
Plat typique du bouchon lyonnais, la cervelle de canut est un fromage blanc battu auquel on ajoute des fines herbes, des échalotes, de l'ail et de la vinaigrette. Par ailleurs, le plateau de fromages offre la fourme de Montbrison, de lait de vache, proche de la fourme d'Ambert, le cabrion au lait de chèvre, la rigotte de Condrieu et, surtout, le saint-marcellin. Quant aux arômes à la gêne, ou arômes de Lyon, ce sont de petits fromages affinés en pot avec du vin blanc ou en fût avec du marc.

DESSERTS

Bugnes et matefaims
Les bugnes, beignets de Mardi gras, et les matefaims, grosses crêpes sucrées, illustrent la pâtisserie populaire des « vogues » (foires), ainsi que les radisses (brioches) ou les gâteaux de courge à la vanille et au lait. Mais les desserts lyonnais connaissent d'autres raffinements, comme les vacherins (à la meringue et à la crème fouettée), les bouchées au chocolat, les beignets de fleurs d'acacia, ou encore le flan forézien de marron, saupoudré de pistaches ou de pralines broyées. Il ne faut pas oublier la galette de Pérouges au beurre, au sucre et au citron, ni les délicieuses pâtes de fruits de Saint-Étienne.

CARTE

ENTRÉES

◆◆◆

Salade de pissenlit au lard, PAGE 933

Saucisson en brioche à la lyonnaise, PAGE 958

Quenelles de brochet à la lyonnaise, PAGE 874

PLATS

◆◆◆

Brochet au vinaigre, PAGE 172

Volaille de Bresse Halloween, PAGE 1110

Gras-double de bœuf à la lyonnaise, PAGE 540

Foie de veau à la lyonnaise, PAGE 469

LÉGUMES

◆◆◆

Artichauts à la lyonnaise, PAGE 58

Cardons à la moelle, PAGE 209

DESSERTS

◆◆◆

Crêpes vonnassiennes de la mère Blanc, PAGE 834

Bugnes lyonnaises, PAGE 176

M

MACAIRE Nom donné à un apprêt de pommes de terre, façonnées en galettes et cuites au beurre clarifié, servi avec des pièces de boucherie rôties ou poêlées.

MACARON Petit gâteau rond, croquant à l'extérieur et moelleux à l'intérieur, fait d'une pâte à base d'amandes pilées, de sucre et de blancs d'œuf, souvent parfumée au café, au chocolat, à la fraise, à la noisette, à la pistache, à la vanille, etc. Les macarons sont généralement présentés accolés par deux.

Leur origine est très ancienne. La recette en serait venue d'Italie, plus particulièrement de Venise, sous la Renaissance, mais certains évoquent l'antériorité des macarons de Cormery (791). De nombreuses villes de France s'en firent par la suite une spécialité.

À Nancy, où ces petits gâteaux étaient particulièrement réputés au XVII[e] siècle, ils étaient fabriqués par des religieuses carmélites appliquant à la lettre le précepte de Thérèse d'Ávila : « Les amandes sont bonnes pour ces filles qui ne mangent pas de viande. »

À Paris, le macaron le plus prisé, dit « gerbet », est rond, lisse et garni de crème, de confiture ou de ganache. Le macaron dit « hollandais » a une croûte fendue avec la pointe d'un couteau après un séchage en étuve et avant une cuisson au four.

macarons classiques

Garnir une tôle à pâtisserie de papier sulfurisé beurré. Mélanger 350 g de sucre semoule et 250 g de poudre d'amande. Incorporer intimement 4 blancs d'œuf légèrement battus avec 1 pincée de sel. Disposer la pâte en une trentaine de petites masses sur le papier sulfurisé, en les espaçant pour qu'elles ne collent pas à la cuisson. Cuire 12 min au four préchauffé à 200 °C. Détacher les macarons avec une spatule et les déposer sur une plaque humectée. Attendre quelques minutes, puis les accoler par deux et les faire refroidir complètement. On peut parfumer la pâte à l'orange (80 g d'écorce confite finement hachée) ou au chocolat (50 g de cacao en poudre).

macarons moelleux

Mélanger dans une terrine 250 g de poudre d'amande, 450 à 500 g de sucre glace, 1 sachet de sucre vanillé (ou quelques gouttes de vanille liquide) et 4 blancs d'œuf, légèrement battus. Incorporer alors, délicatement, 4 autres blancs battus en neige très ferme avec une pincée de sel. Mettre cette préparation dans une poche à douille munie d'un embout lisse de 0,5 cm de diamètre. Déposer de petites masses de pâte sur une tôle garnie de papier sulfurisé, en les espaçant pour qu'elles ne collent pas à la cuisson. Cuire 10 min dans le four préchauffé à 180 °C. Terminer comme pour les macarons classiques. On peut ajouter à la pâte 25 g d'angélique confite.

RECETTE DE PIERRE ET JANY GLEIZE,
LA BONNE ÉTAPE, À CHÂTEAU-ARNOUX

macarons à la réglisse

« Mélanger 480 g de tant-pour-tant avec 240 g de sucre glace, puis passer le tout au tamis. Monter 240 g de blancs d'œuf en neige très ferme, puis les serrer avec 120 g de sucre. Incorporer délicatement à la spatule les deux appareils, et ajouter 7 g d'extrait de réglisse. Tapisser une plaque à pâtisserie de papier sulfurisé et y déposer de petites masses de la préparation. Cuire 15 min au four préchauffé à 180 °C. Décoller les macarons en mettant un peu d'eau entre la plaque et le papier, et les accoler par deux. »

MACARONIS Pâtes alimentaires d'origine arabe, arrivées en Italie au IIe siècle apr. J.-C. Ces pâtes sont en forme de longs tubes de 5 à 6 mm de diamètre. Cuits à l'eau bouillante, les macaronis sont servis avec du fromage râpé, une sauce à la tomate, aux légumes, ou encore en gratin, en timbale, en couronne garnie de fruits de mer, de légumes, de champignons, etc.

On les apprête sous diverses appellations : *all'amatriciana, alla carbonara, alla ciociara* (à la paysanne), avec des légumes émincés et sautés, du jambon fumé et des rondelles de saucisson, *all'arrabbiata* (en sauce piquante avec du piment), ou, comme en Sicile, *alla norma* (avec des cubes d'aubergine frite, de la ricotta, de la sauce tomate et du basilic). Ce farinage est connu en France depuis le XVIIe siècle. Au siècle dernier, on en faisait également des entremets sucrés.

gratin de macaronis → GRATIN

macaronis à la calabraise
Rincer 1 kg de tomates rondes et bien mûres ; les couper en deux et les presser pour éliminer leur eau de végétation. Les disposer dans un plat à gratin, saler et poivrer, et les arroser d'une bonne quantité d'huile d'olive extravierge. Les mettre dans le four préchauffé à 180 °C jusqu'à ce qu'elles soient presque rôties, mais pas tout à fait cuites. En milieu de cuisson, ajouter des olives noires dénoyautées et des câpres. Cuire 600 g de macaronis à grande eau bouillante, puis les égoutter et les garnir avec les tomates juste sorties du four. Parsemer d'un peu de basilic, arroser de quelques gouttes d'huile et servir très chaud.

macaronis Lucullus
Cuire des macaronis en les tenant al dente. Préparer une sauce madère très réduite, puis un salpicon de truffe et de foie gras, et le lier de sauce madère. Disposer macaronis et salpicon dans une timbale, en couches alternées. Décorer de lames de truffe.

macaronis à la napolitaine
Larder 2 kg de bœuf ou de porc de petits bâtonnets de jambon cru roulés dans du poivre et des feuilles de marjolaine. Ficeler la viande et la dorer dans une cocotte avec 1 verre d'huile d'olive extravierge, sur toutes les faces, puis la retirer et la garder au chaud. Faire rissoler lentement dans la graisse de cuisson 2 gros oignons, 2 carottes et 2 branches de céleri taillés en petits dés, avec 1 branche de thym, pour obtenir une bouillie brun-doré. Remettre la viande dans la cocotte sur feu moyen et mouiller peu à peu de 1,5 dl de vin rouge. Diluer dans le fond de cuisson 2 cuillerées de concentré de tomate et bien remuer ; en ajouter 2 autres cuillerées et continuer jusqu'à en avoir incorporé 400 g. Allonger de quelques louches de bouillon léger, couvrir et laisser mijoter en mouillant d'un peu de bouillon de temps en temps. Cuire 600 g de macaronis à grande eau bouillante salée en les tenant al dente, les égoutter et les napper de la sauce, appelée *ragù alla napoletana*.

MACÉDOINE Mélange de légumes taillés en petits dés et de haricots verts en tronçons. La macédoine comprend des carottes et des navets coupés, parés, détaillés en tranches de 3 ou 4 mm d'épaisseur, puis en bâtonnets et enfin en cubes de 3 ou 4 mm de côté, auxquels on ajoute des haricots verts détaillés en petits tronçons. Cuits séparément, ces légumes sont ensuite mélangés avec des petits pois bien égouttés, et éventuellement d'autres légumes. Lorsqu'il s'agit d'une conserve, la macédoine de légumes se compose de 35 % de petits pois et haricots verts et de 65 % de carottes, navets et flageolets ; dans la macédoine « extra », il s'agit des mêmes légumes, mais dans la proportion moitié-moitié.

La macédoine beurrée, souvent additionnée de jus de rôti, de fond de veau, de fines herbes ciselées ou de crème fraîche, garnit les viandes et les volailles. Elle s'utilise aussi froide, liée de mayonnaise, pour farcir des tomates ou accompagner des œufs durs, des cornets de jambon, ou moulée en aspic (voir SALADE RUSSE).

On appelle également « macédoine » un mélange de fruits, taillés en dés et macérés avec du sirop, que l'on sert rafraîchi, souvent arrosé d'un alcool (kirsch, rhum), ou dans divers entremets.

macédoine de légumes au beurre ou à la crème
Éplucher et couper en dés des carottes et des navets nouveaux, des haricots verts et des pommes de terre (250 g de chaque légume épluché). Écosser des petits pois pour en obtenir 500 g. Jeter les dés de carotte et de navet dans de l'eau bouillante salée (9 g de sel par litre). À la reprise de l'ébullition, ajouter les haricots verts, puis les petits pois, et enfin les pommes de terre. Maintenir à gros bouillons sans couvrir. Égoutter les légumes, les verser dans un légumier, les additionner de beurre frais ou de crème. Parsemer de fines herbes.

MACÉRER Faire tremper des éléments crus, séchés ou confits dans un liquide (alcool, liqueur, mélange aigre-doux, sirop, vin), pour que celui-ci les imprègne de son parfum. La macération concerne plus spécialement les fruits ; pour les viandes, les poissons ou les légumes, on emploie plutôt le terme « mariner ».

Quand on fait macérer des fruits dans un alcool plus ou moins dilué ou sucré, celui-ci pénètre la pulpe, qui lui cède en retour une partie de son eau de végétation et de ses principes aromatiques et sapides.

Pour préparer les marmelades, on fait auparavant macérer les fruits dans le sucre avec lequel ils cuiront.

MACERON Plante herbacée, de la famille des ombellifères, également appelée « persil noir », que l'on cultivait autrefois dans le Midi pour ses jeunes pousses, qui se mangent comme le céleri-branche. Dénommé aussi « ache large » et « gros persil de Macédoine », le maceron a une forte odeur aromatique, un peu âcre, et un goût proche de celui du céleri.

MÂCHE Plante de la famille des valérianacées, aux feuilles arrondies en rosette, qui se consomme surtout crue, en salade. Appelée aussi « doucette », « valérianelle

potagère », « raiponce » ou encore « oreille-de-lièvre », elle pousse spontanément dans les champs, surtout en automne ; aujourd'hui cultivée de septembre à mars, elle donne une salade d'hiver au goût bien marqué. La mâche est peu nutritive (36 Kcal pour 100 g), riche en cellulose et en vitamines. Il en existe plusieurs variétés : la verte du Nord, à larges feuilles, est plus rustique que la ronde maraîchère, à petites feuilles très vertes, savoureuse, juteuse et tendre ; la mâche d'Italie, à feuillage plus clair, légèrement denté et velu, est moins fruitée.

La mâche doit toujours être lavée à grande eau et bien égouttée. Elle se marie dans des salades composées avec des pommes, des noix, des betteraves, etc., et enrichit les farces de volaille. Elle peut également se cuire comme des épinards.

MACIS Condiment constitué par le prolongement rameux et charnu de l'enveloppe (arille) de la noix de muscade, originaire des régions tropicales. C'est une résille de fibres, rouge écarlate quand elle est fraîche, que l'on fait sécher – elle devient alors rosée – et que l'on réduit en poudre. Le macis a un parfum de cannelle et de poivre, et s'emploie surtout en charcuterie et dans les mélanges d'épices ; il relève aussi les potages et les viandes en sauce et remplace la noix de muscade dans les omelettes, la béchamel ou la purée de pomme de terre.

MÂCON Vin du Mâconnais, région méridionale de la Bourgogne. Si les AOC « mâcon » et « mâcon supérieur » sont des rouges, rosés ou blancs, le « mâcon-villages » est toujours blanc (voir BOURGOGNE).

MÂCONNAIS Fromage bourguignon de lait cru de chèvre (40 à 45 % de matières grasses), à pâte fraîche et à croûte naturelle bleutée (voir tableau des fromages français page 497). Le mâconnais se présente sous la forme d'un petit cône tronqué de 3 à 4 cm d'épaisseur, pesant de 50 à 60 g. Il a une saveur légèrement caprine et noisetée, et entre dans la fabrication des fromages forts bourguignons ou lyonnais.

MÂCONNAISE (À LA) Se dit d'apprêts de poissons coupés en tronçons ou levés en filets, parfois traités en matelote toujours cuisinée au vin rouge avec des fines herbes, et dressés avec des petits oignons glacés à brun, des champignons sautés, des croûtons et, selon l'apprêt, accompagnés ou non d'écrevisses.

MACRE Tubercule d'une plante aquatique, de la famille des hydrocarysées, originaire du Sud-Est asiatique, dont la coque épineuse renferme une pulpe croquante, blanche et parfumée. Également appelée « madi » ou « châtaigne d'eau », la macre est vendue en conserve au naturel. Dans la cuisine chinoise et vietnamienne, ce légume délicat accompagne bien les plats sautés et donne une bonne texture aux farces ; la macre est mélangée en garniture avec des légumes verts ou des pousses de bambou. Les feuilles de lotus farcies de macre et de riz constituent une entrée appréciée. Ce tubercule se déguste aussi en dessert, nature, car sa chair est très rafraîchissante, ou confit au sucre.

MACREUSE Pièce de viande de bœuf située dans l'épaule, du côté opposé aux jumeaux (voir planche de la découpe du bœuf pages 128 et 129). La macreuse « à bifteck » se prépare en grillades, en brochettes et même en rosbif ; la macreuse dite « gélatineuse » est utilisée pour les braisés, les carbonades, les daubes et le bœuf mode ; elle est une des viandes du pot-au-feu.

MACROBIOTIQUE Mode d'alimentation inspiré du zen, école bouddhiste du Japon, basé sur l'équilibre des principes yin (féminin) et yang (masculin). Fondée par Sakurazawa Nyoiti, dit Oshawa (1893-1966), la macrobiotique, apparue en France à la fin des années 1950, comprend une dizaine de régimes, adaptés à l'identité de l'individu, plus ou moins yin ou yang. Les aliments de base sont les céréales complètes et les légumes secs. Les régimes les plus larges acceptent quelques légumes verts et très peu de poisson. Viandes, fruits et alcool sont proscrits ; le seul breuvage autorisé est le thé.

MACTRE Coquillage lisse triangulaire, de la famille des mactridés, parent de la palourde, que l'on ramasse sur les côtes atlantiques de l'Europe et de l'Amérique du Nord. Mesurant environ 10 cm, les mactres sont vendues, aux États-Unis et au Canada, cuites et congelées. Elles se consomment aussi crues.

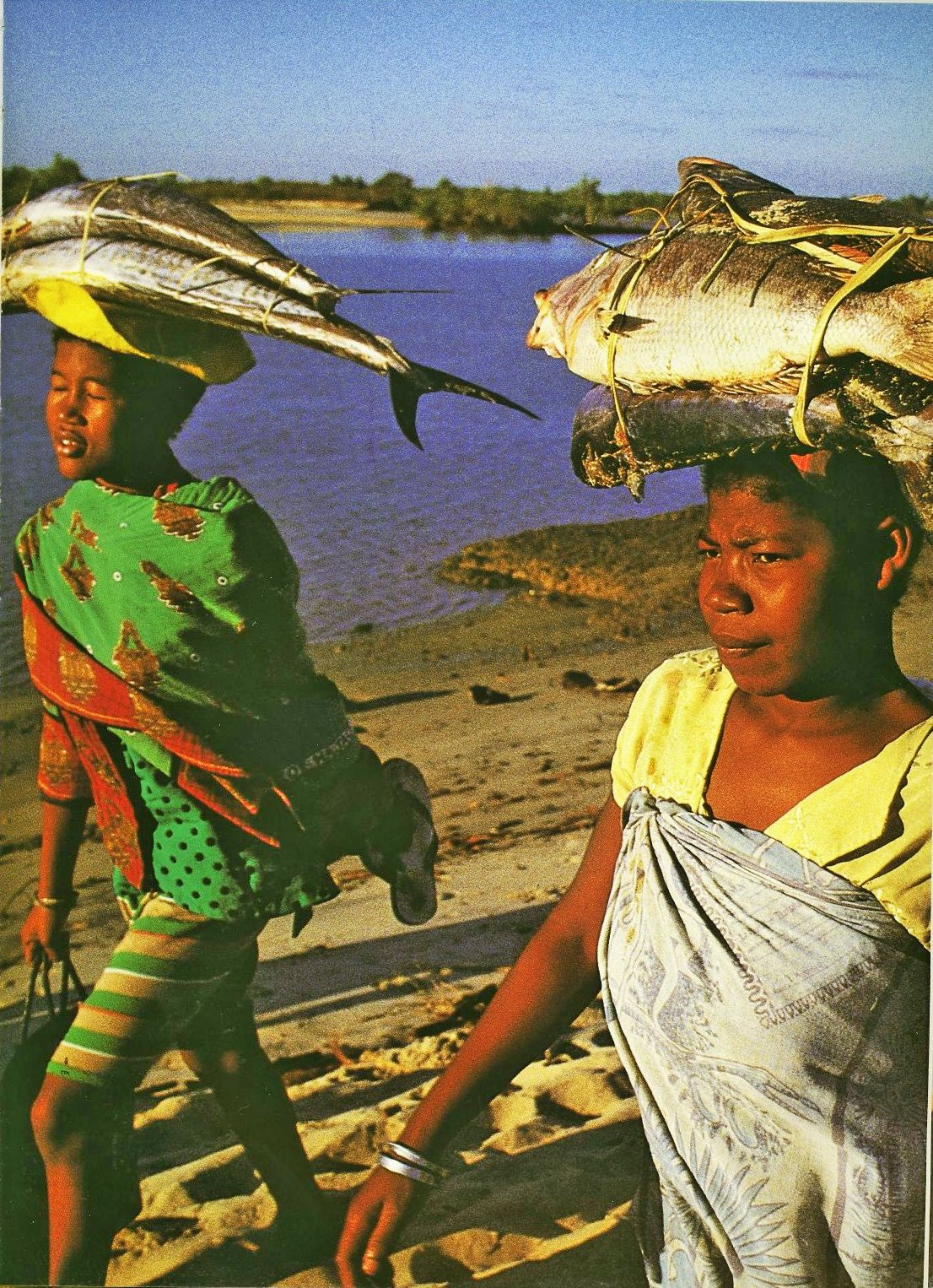
MACVIN Vin de liqueur fabriqué dans le Jura, peut-être depuis le IXe siècle, avec du jus de raisin réduit par cuisson, des aromates et du marc, d'où son nom (marc et vin), dans les proportions de deux tiers/un tiers. Vieilli plusieurs années en fût, le macvin titre de 16 à 20 % Vol. et se boit comme apéritif ou comme digestif.

MADAGASCAR La cuisine malgache est l'héritière de plusieurs traditions : africaine, chinoise, indienne, britannique, française. Elle se caractérise par des plats relevés, associant les épices et les condiments les plus divers : ail, cannelle, cardamome, cari, gingembre, piment, mais aussi ciboulette, laurier, thym, etc.

Maïs, manioc, patates douces et riz voisinent avec tomates et légumes verts – cresson, haricots, épinards. Ils accompagnent les viandes (bœuf et mouton) ou les poissons pour donner des soupes, des bouillons *(romajava)* ou des ragoûts, qui constituent souvent le plat unique, comme le *vary amin,* un pot-au-feu à base de viande de zébu, de chayote, de tomate et de gingembre. Les Malgaches apprécient la *kitoza,* viande de bœuf frottée à l'ail et au gingembre, puis séchée et grillée. Les produits de la mer sont consommés presque tous les jours, notamment sur les côtes, où la langouste figure dans la plupart des menus. Là, le poisson est souvent cuit dans du lait de coco, alors que sur les hauts plateaux il est plutôt accommodé avec du gingembre, du cari et du piment.

Les fruits tropicaux, préparés en beignets, en gâteaux ou en flans, composent de délicieux desserts.

▶
Madagascar. Sur la côte.
Dans la grande île malgache, le poisson est une des bases de l'alimentation.



MADELEINE Petite pâtisserie en forme de coquille, faite de sucre, de farine, de beurre fondu et d'œufs, parfumée au citron ou à l'eau de fleur d'oranger. La pâte est cuite dans des moules ovales et striés, qui donnent aux gâteaux l'apparence de coquilles. Le secret de la fabrication de ce « petit coquillage de pâtisserie, si grassement sensuel sous son plissage sévère et dévot » (Marcel Proust) fut longtemps gardé à Commercy, ville lorraine sujette de Stanislas Leszczynski. On raconte que le souverain découvrit, en 1755, cette pâtisserie, réalisée par une petite paysanne ; il l'apprécia fort et la baptisa « madeleine », du prénom de la jeune fille. Le gâteau conquit bientôt la cour de Versailles, puis Paris.

madeleines classiques

Faire fondre 100 g de beurre sans le laisser chauffer. Verser le jus de 1/2 citron dans une terrine avec 1 pincée de sel, 125 g de sucre semoule, 3 œufs entiers et 1 jaune. Bien travailler ces éléments à la spatule en bois, puis ajouter en pluie 125 g de farine tamisée et l'incorporer ; quand le mélange est lisse, y ajouter rapidement le beurre fondu. Verser la pâte dans les creux d'une plaque à madeleines bien beurrée, en ne les emplissant qu'aux deux tiers. Cuire 20 min au four préchauffé à 180 °C. Démouler et laisser refroidir sur une grille.

madeleines de Commercy

Travailler 150 g de beurre en pommade avec une spatule en bois. Ajouter 200 g de sucre semoule et bien mélanger. Incorporer ensuite 6 œufs entiers, un par un, puis 200 g de farine tamisée, 1 cuillerée à café de levure chimique et 1 cuillerée à dessert d'eau de fleur d'oranger. Beurrer et fariner très légèrement une plaque à madeleines ; verser la pâte dans les creux et cuire 10 min au four préchauffé à 220 °C. Démouler et laisser refroidir sur une grille.

MADÈRE Vin muté (additionné d'eau-de-vie), titrant jusqu'à 20 % Vol., produit dans l'île portugaise de Madère, au large des côtes marocaines. Très apprécié aux États-Unis, en Grande-Bretagne et dans le nord de l'Europe, le madère est, en France, utilisé surtout en cuisine. Le vignoble, planté en terrasses depuis le littoral jusqu'à près de 1 000 m d'altitude, produit des vins très différents.

On en distingue quatre types principaux, portant le nom du cépage dont ils sont issus : le sercial, le plus sec et le plus bouqueté ; le verdelho, plus doux ; le boal, vin de dessert type, le plus apprécié des Français ; le malmsey, particulièrement sucré et généreux. Le rainwater, pâle et léger, et le southside, plus capiteux, sont des coupages. Les madères ont la réputation, sans doute exagérée, d'être éternels ; mais il est certain qu'ils peuvent être centenaires ; il est d'ailleurs souvent nécessaire de les décanter.

MADIRAN Vin AOC rouge du Sud-Ouest, vigoureux et bouqueté, qui, avec l'âge, acquiert des qualités qui le font comparer aux bourgognes (voir PYRÉNÉES).

MADRILÈNE (À LA) Se dit essentiellement d'un consommé de volaille au fumet de céleri et de tomate, relevé de piment, parfois servi chaud, mais le plus souvent froid, voire glacé, comme de nombreux potages de la cuisine espagnole.

▶ **Recette** : CONSOMMÉ.

MAFÉ Plat traditionnel sénégalais, à base de bœuf (tranche ou pointe de culotte), de légumes, d'oignon, d'ail, de tomate et de pâte d'arachide, qui se sert avec du riz blanc. Le bœuf peut être remplacé par du poulet ou de l'épaule de mouton.

MAGISTÈRE Consommé concentré très revigorant, inventé au début du XIXe siècle par Anthelme Brillat-Savarin pour combattre les effets de « l'épuisement musculaire, intellectuel ou sexuel ».

Il en existe deux variantes : l'une pour les « tempéraments robustes », à base de bouillon de coq (ou de perdrix) et de bœuf, additionné de la chair pilée de ces animaux, l'autre pour les « tempéraments faibles », fait de jarret de veau, de pigeon, d'écrevisses et de cresson. Ces apprêts étaient déjà conseillés au XVe siècle par Ambroise Paré pour nourrir les malades sans les « échauffer ».

MAGNANI (LUIGI) Fabricant bolognais de pâtes alimentaires (1910 -1982). Installé au Québec, il ouvrit à Montréal en 1952, à une époque où l'on n'y connaissait que la pizza et les spaghettis, la *Torre di Pisa,* où il fit découvrir la vraie cuisine italienne. Son restaurant fut bientôt connu sous le nom de *Chez Magnani,* et son propriétaire commença à importer des vins de son pays, qui rivalisèrent bientôt avec les vins français.

MAGNÉSIUM Élément minéral présent dans les céréales entières, les fruits secs et surtout le cacao. Le magnésium est indispensable à l'organisme – il catalyse un grand nombre de réactions enzymatiques – et son action sur le système nerveux central est identique à celle du calcium, qu'il renforce. Les besoins quotidiens, évalués entre cinq et sept milligrammes par kilo de poids, ne sont pas toujours couverts par l'alimentation.

MAGNY Restaurant parisien en vogue sous le second Empire, créé par le chef cuisinier du restaurant *Philippe,* nommé Magny, qui se mit à son compte en 1842, en rachetant le fonds d'un marchand de vins, rue Mazet. La qualité de sa cuisine et de sa cave attira une clientèle littéraire et artistique. S'y réunissaient notamment les « lundistes » des dîners Magny, lancés par les Goncourt, Gavarni et Sainte-Beuve, que rejoignirent George Sand, Théophile Gautier, Renan, Flaubert, Taine, etc. C'est Magny qui inventa la « petite marmite », pot-au-feu citadin destiné aux soupeurs. L'autre grande spécialité de la maison était les pieds de mouton à la poulette.

MAGRET Muscle de la poitrine d'un canard engraissé pour la production de foie gras. Présentés avec la peau et la couche de graisse attenante, les magrets de canard furent longtemps traités unique-

ment en confit. Ils connaissent un regain d'intérêt depuis que des restaurateurs landais ont repris la tradition campagnarde, en les grillant (d'abord sur le côté de la peau, pour que la graisse imprègne la chair) et en les servant saignants ou rosés, bien croustillants. Les meilleurs magrets proviennent de canards désossés le lendemain du jour où ils sont tués, pour être servis le surlendemain.

▶ **Recette** : CANARD.

MAID OF HONOUR Petite tartelette aux amandes et au citron, servie en Angleterre à l'heure du thé. Ce serait Anne Boleyn qui en aurait imaginé la recette alors qu'elle était, au début du XVIe siècle, demoiselle d'honneur de Catherine d'Aragon, reine d'Angleterre ; le roi, Henri VIII, séduit, aurait alors baptisé ce gâteau *maid of honour* (« demoiselle d'honneur »). Les plus savoureuses de ces pâtisseries viennent, dit-on, de Richmond, un faubourg de Londres.

MAIGRE Qualificatif désignant les produits alimentaires naturellement pauvres en lipides. Les poissons (brochet, colin, lieu, raie, sole, turbot, etc.) et certaines viandes maigres (cheval, foie, poulet) en comptent moins de 5 % ; d'autres viandes maigres (veau et lapin), entre 5 et 10 %. Selon la loi, la mention « maigre » peut figurer sur l'étiquette de produits comme les fromages (moins de 20 % de matières grasses), la viande hachée (moins de 7 %), le cacao...

MAIGRE (POISSON) Poisson de la famille des sciænidés, appelé aussi « courbine », « haut-bar » ou « sciène ». Le maigre commun vit dans l'Atlantique, de la Manche au golfe de Guinée, mais aussi en Méditerranée ; pouvant atteindre 2 m, il apprécie les fonds sableux du golfe de Gascogne, où il fait le bonheur des pêcheurs pour ses qualités sportives. L'ombrine côtière, de la même famille que le maigre, mais qui s'en distingue par son barbillon mentonnier, affectionne les fonds rocheux et sableux du littoral, de la Méditerranée au golfe de Gascogne. Pêchées au chalut ou à la ligne, les deux espèces ont une chair très appréciée, aussi fine, sinon plus, que celle du bar ; elles se préparent grillées et éventuellement flambées à l'alcool d'anis.

MAILLE Moutardier-vinaigrier du XVIIIe siècle. En 1720, Maille avait inventé le vinaigre des « quatre voleurs », dont les propriétés antiseptiques protégèrent les médecins et les sœurs de la Charité en contact avec les malades de la grande épidémie de peste de Marseille. De ses laboratoires, installés à Paris, rue Saint-André-des-Arts, sortirent une centaine de vinaigres de toilette et de santé, ainsi que cinquante-trois variétés de vinaigres aromatisés pour la table, autant de moutardes (dont celles – à l'estragon ou aux « trois fruits rouges » – vantées par Grimod de La Reynière), et des fruits au vinaigre. En 1769, Maille succéda au sieur Leconte comme vinaigrier-distillateur du roi.

MAINCAVE (JULES) Cuisinier français qui, dans les années 1910, possédait rive gauche, à Paris, un restaurant réputé, dont le poète Raoul Ponchon célébra la cuisine « futuriste ». Celui-ci accusait notamment la cuisine française de répéter indéfiniment les mêmes apprêts depuis des siècles, sans chercher à innover. Pendant la guerre de 1914-1918, au cours de laquelle Maincave fut mobilisé comme « cuistot » au 90e régiment d'infanterie, sa notoriété attira l'état-major dans sa roulante. Dédaignant les traités de cuisine militaire, il préparait le « bifteck d'attaque » et la « purée de fromage au pinard ».

MAINTENON Nom d'un appareil salé, fait de champignons, d'oignons et de béchamel, complété parfois d'un salpicon de truffe, de langue écarlate et de blanc de volaille.

Les apprêts Maintenon où figure cet appareil concernent des viandes délicates (côtes d'agneau, de veau, ris de veau, etc.), mais aussi une omelette fourrée, des œufs pochés et des pommes de terre farcies.

Les ris de veau Maintenon peuvent également être braisés, dressés sur des croûtons, surmontés d'une lame de truffe et garnis d'une purée Soubise et d'un cordon de sauce suprême qui nappe le fond du plat.

appareil à Maintenon

Nettoyer et tailler en julienne 150 g de champignons ; les faire étuver avec 10 g de beurre. Préparer une purée Soubise avec 500 g d'oignons émincés, blanchis et étuvés au beurre, et 1/2 litre de béchamel bien réduite ; saler, poivrer et râper un peu de muscade. Ajouter les champignons et lier avec 2 jaunes d'œuf ; rectifier l'assaisonnement.

MAÏS Céréale dont les grains blancs, jaunes ou roux, riches en amidon, forment un épi allongé, protégé par une gaine de feuilles lisses (voir tableau des céréales page 229). Énergétique (354 Kcal pour 100 g), riche en lipides, en protides et en glucides, le maïs est dépourvu de certains acides aminés essentiels.

Originaire d'Amérique (et non de Turquie, malgré le nom de « blé turc » qu'on lui donna longtemps), le maïs fut découvert par Christophe Colomb, à la fin du XVe siècle, mais c'est Cortés qui l'introduisit quelques années plus tard en Europe.

Longtemps cantonné dans le sud-ouest de la France, l'Espagne et l'Italie, il était surtout réduit en farine et consommé sous forme de bouillies (gaudes, millas, miques, polenta, etc.). Sur tout le continent américain, il détient en revanche une place prépondérante dans l'alimentation de base et la gastronomie.

■ **Emplois.** Ils diffèrent selon qu'il s'agit de maïs à grains, de maïs doux ou de maïs pop-corn.

• MAÏS À GRAINS. Jaune foncé, dur, avec un épi assez petit, il est essentiellement destiné à l'alimentation animale. Cependant, transformé en semoule ou en farine, il permet de préparer beignets, bouillies, crêpes, galettes, gâteaux divers et pains.

Les corn-flakes (flocons de maïs) sont également faits de farine de maïs. L'amidon de maïs sert de liant ou d'épaississant en charcuterie, confiserie, biscuiterie et pâtisserie industrielles.

Le maïs à grains entre par ailleurs dans la fabrication du whisky (bourbon) et de certaines bières. Quelques variétés enfin sont destinées à l'extraction d'une huile de table.

• **Maïs doux (ou sucré).** Il s'achète frais, entier, de juillet à octobre. Ses grains sont plus clairs, avec un épi plus grand. Il doit être cueilli immature et consommé très vite, sinon l'amidon apparaît et le légume devient impropre à la consommation. Il faut le choisir avec des grains laiteux, entourés de feuilles vert pâle. Il est aussi vendu en grains, en conserve au naturel.

Les épis frais sont débarrassés de leurs feuilles et cuits à l'eau bouillante salée, ou grillés dans leur gaine de feuilles légèrement humectées ou dans du papier d'aluminium. Ils sont présentés avec du beurre frais et du sel. Les petits épis se font confire au vinaigre (voir BLÉ D'INDE).

Le maïs, en épi ou égrené, accompagne les viandes ou les volailles rôties ; les grains entrent dans les salades composées.

• **Maïs pop-corn.** Égrené, il sert à faire le maïs soufflé : quand on chauffe ses grains dans un récipient hermétique, ils éclatent et gonflent, en formant des masses blanches, légères, que l'on déguste au naturel ou arrosées de beurre fondu.

gratin de maïs → GRATIN

maïs frais à la béchamel

Choisir des épis très frais, à grains tendres ; ne laisser qu'une seule épaisseur de feuilles et les cuire 15 min à l'eau salée. Les égoutter, puis ôter les feuilles et égrener les épis ; lier les grains avec une béchamel légère.

maïs frais grillé

Choisir des épis très frais, à grains tendres ; les débarrasser de leurs feuilles et filandres et les griller au four ou sur un gril. Les servir bien dorés, entiers ou égrenés, avec du beurre fondu, citronné ou non.

maïs frais au naturel

Choisir des épis de maïs très frais ; ne laisser qu'une seule épaisseur de feuilles et les cuire 15 min dans de l'eau salée à gros bouillons. Les égoutter et ôter les feuilles. Les dresser sur une serviette et les servir avec du beurre frais ou du beurre fondu légèrement citronné, ou les égrener et y ajouter du beurre frais.

maïs en soso aux abattis de poulet

Détailler des abattis de poulet en morceaux réguliers et les dorer dans une cocotte avec de la graisse. Mouiller d'un peu d'eau et ajouter 2 cuillerées à soupe de purée de tomate ; saler et poivrer, et porter sur le feu. Quand les abattis sont bien cuits, les sortir. Préparer une purée avec de la farine de maïs et le bouillon de cuisson. Incorporer un peu d'eau pour obtenir une bouillie pas trop épaisse *(soso)*. La verser dans la cocotte, ajouter de l'oignon haché et bien mélanger. Remettre les abattis et cuire encore un peu tout doucement.

MAISON Appellation signifiant qu'un plat a été confectionné par le restaurateur lui-même, selon une recette dont il revendique l'originalité, et que ce plat ne vient pas d'une autre « maison » que celle où il est servi.

MAISON DORÉE (LA) Restaurant du boulevard des Italiens, à Paris, établi vers 1840 à l'emplacement occupé auparavant par le *Café Hardy*. *La Maison dorée* – ou *Maison d'or*, comme l'appelaient Balzac, puis Zola, qui y firent dîner nombre de leurs personnages, (Proust la mentionne aussi dans *Un amour de Swann*) – connut surtout une grande vogue pour ses soupers. Les noctambules allaient y déguster notamment le boudin Richelieu, cuit sous leurs yeux sur un gril d'argent. Le champagne était de rigueur, mais les caves renfermaient le plus grand choix de vins du second Empire. L'établissement fut remplacé après 1870 par d'autres commerces ; sa façade, avec ses balcons en bronze doré et ses frises où se pourchassent des bêtes fauves, a été cependant classée monument historique.

MAÎTRE D'HÔTEL Personne qui, dans les grands restaurants, dirige le service de la salle. Le maître d'hôtel a sous ses ordres plusieurs chefs de rang, qui, à leur tour, commandent aux serveurs. Il doit veiller à la bonne marche générale du service et, pour cela, connaître aussi bien la cave que la cuisine ; il achève parfois certaines préparations devant les clients (découpage, flambage, voire préparation du steak tartare, présentation des poissons à servir en filets, etc.) et joue en outre avec diplomatie un rôle de conseiller auprès des clients dans le choix de leur menu.

Jadis, dans les demeures nobles, le maître d'hôtel était l'officier de cuisine responsable de tout ce qui concernait le service de la table. À la cour, il s'agissait d'une charge importante – l'insigne en était un bâton de vermeil – toujours tenue par un grand seigneur, richement vêtu, portant l'épée au côté et un diamant au doigt.

Audiger, dans *la Maison réglée* (1692), précise les charges du maître d'hôtel dans une maison privée : ce dernier devait veiller aux dépenses, choisir les cuisiniers, acheter le pain, le vin et la viande, et « régler et disposer les services de toutes les différentes tables dont le seigneur pourrait vouloir être servi ».

MAÎTRE D'HÔTEL (BEURRE) Nom d'un beurre composé (avec persil haché et jus de citron) servi avec viandes et poissons grillés, poissons frits ou légumes frais, soit en saucière (réduit en pommade), soit en rondelles (solidifié dans le réfrigérateur).

▶ **Recette** : BEURRE.

MÁLAGA Vin de dessert espagnol, produit aux environs du port de Málaga, en Andalousie. Comme le xérès et le manzanilla, le málaga est vieilli en *solera*, chai dont les fûts contiennent des vins d'âge différent, et où chaque prélèvement est compensé par un apport de vin plus jeune, les plus vieux fûts restant ainsi toujours pleins.

Jadis très apprécié en Grande-Bretagne et aux États-Unis, ce vin est aujourd'hui surtout exporté vers l'Allemagne et les pays scandinaves.

MALAKOFF Nom donné à divers gâteaux de la cuisine classique. Le plus connu est fait de deux abaisses en dacquoise, séparées et enrobées par de la mousse au café, dont le dessus est poudré de sucre glace et le tour garni d'amandes grillées effilées. Une autre version se compose d'une couronne en pâte à choux posée sur un fond en feuilletage ou en génoise, le centre étant rempli de glace plombières, de chantilly ou d'une autre préparation froide et mousseuse.

Dans le canton de Vaud, en Suisse, notamment à Vinzel, le malakoff est un beignet au fromage.

MALANGA Grosse racine alimentaire très ferme, à peau brune et à chair blanche. Aux Antilles, on l'utilise râpée pour préparer les acras.

MALAXER Travailler une substance pour la ramollir ou l'assouplir. Ainsi, pour réussir une pâte feuilletée, il faut malaxer le beurre pour lui donner une consistance égale à celle de la détrempe. Les ingrédients de certaines pâtes doivent être longuement malaxés pour devenir homogènes. Le malaxage d'une pâte ou d'une farce se fait à la main, sur le plan de travail ou dans une terrine, mais parfois aussi à l'aide d'un robot.

MALIBU Liqueur à la noix de coco, de saveur douce, qui se consomme rafraîchie sur des glaçons ou additionnée de jus de fruit ou de soda.

MALT Mot d'origine anglaise désignant l'orge dont la germination artificielle est interrompue. Cette céréale, une fois séchée, torréfiée et réduite en farine, est ensuite utilisée comme matière première pour la fabrication de la bière.

Le malt contient surtout de l'amidon, qui se transforme en dextrine et en sucre sous l'action d'enzymes, les diastases, permettant d'obtenir le moût de la bière. Selon la température à laquelle est porté le malt – parfois jusqu'à la caramélisation –, on obtient des bières diversement colorées. Après distillation, le moût sert également à fabriquer le whisky. Le malt a, par ailleurs, été employé comme succédané du café.

MALTAIS Petit-four frais à base d'orange confite et de poudre d'amande, glacé au fondant.

maltais

Mélanger 100 g de sucre semoule et 100 g de poudre d'amande. Incorporer 1 verre à liqueur de rhum, 60 g d'écorce d'orange confite très finement hachée et éventuellement, pour la consistance, 2 ou 3 cuillerées de jus d'orange passé. Abaisser cette pâte – délicatement car elle est très fragile – sur une tôle, sur 5 mm d'épaisseur ; la détailler à l'emporte-pièce en disques de 3 cm de diamètre et laisser sécher 12 heures. Faire fondre 100 g de fondant à 35 °C ; en colorer la moitié avec du carmin. Glacer une moitié des disques avec le fondant rose et l'autre moitié avec le fondant blanc. Tailler de l'angélique confite en losanges très allongés et garnir chaque gâteau d'une petite étoile d'angélique. Mettre au frais jusqu'au moment de servir.

MALTAISE (À LA) Se dit de préparations sucrées ou salées contenant de l'orange (de l'espèce sanguine dite « maltaise », en principe). L'appellation désigne notamment une sauce hollandaise additionnée de jus et de zeste d'orange, qui accompagne des poissons pochés ou des légumes cuits à l'eau (asperge, bette, cardon). La bombe glacée à la maltaise est chemisée de glace à l'orange, l'intérieur étant garni de crème chantilly parfumée à la mandarine.

▶ **Recettes** : FRAISE, SALADE DE FRUITS.

MAMIROLLE Fromage de lait pasteurisé de vache (40 % de matières grasses), à pâte pressée non cuite et à croûte lavée rouge et lisse (**voir** tableau des fromages français page 496). Le mamirolle se présente sous la forme d'un pain rectangulaire de 15 cm de long et de 5 à 6 cm de côté, pesant de 500 à 600 g ; il a une saveur relevée. Il est fabriqué en Franche-Comté, dans la célèbre école nationale d'industrie laitière, établie à Mamirolle, à l'est de Besançon,

MANCELLE (À LA) Se dit de divers apprêts caractéristiques de la cuisine de la ville du Mans et de sa région, notamment la volaille, les rillettes de porc, le lapin de garenne et une omelette dont les œufs sont mêlés de fonds d'artichaut et de pommes de terre en dés.

MANCHE À GIGOT Pince munie d'une clef à vis et d'une poignée. On y engage l'extrémité de l'os d'un gigot ou d'un jambon pour le maintenir, en serrant la clef, pendant le découpage. Le manche à gigot accompagne généralement le couvert à découper (fourchette et couteau), auquel il est assorti.

MANCHEGO Fromage espagnol AOC de lait de brebis (50 % de matières grasses), originaire de la Manche, à pâte pressée non cuite et à croûte naturelle lavée (**voir** tableau des fromages étrangers page 499). Il se présente sous la forme d'un cylindre de 25 cm de diamètre et de 10 cm d'épaisseur ; il est vendu frais, sec ou vieilli après cinq, vingt ou soixante jours de maturation. Sa pâte très grasse, ferme sous le doigt quand il est affiné, parfois piquée de petits trous, a un goût assez fort et âpre. Le manchego *en aceite* est conservé dans de l'huile d'olive.

MANCHETTE Garniture de papier blanc, découpée en forme de grosse papillote, que l'on place, au moment du dressage, sur l'os manchonné – c'est-à-dire dégagé de sa chair – de certaines pièces comme le cuissot de chevreuil, les côtelettes, le gigot ou le jambon.

MANCHON Petit-four frais, composé d'une cigarette en pâte à biscuit ou en pâte d'amande, fourrée de crème Chiboust ou de crème au beurre pralinée. Les deux bouts du manchon sont trempés dans de la poudre d'amande colorée ou des pistaches hachées.

MANCHONNER Dégager à l'aide d'un couteau à désosser l'extrémité d'un os (côte d'agneau, de bœuf, de veau, pilon de volaille) de façon à soigner la présentation ; on peut ensuite le garnir d'une papillote.

MANDARINE Fruit du mandarinier, agrume de la famille des rutacées, originaire de Chine (voir tableau). Sphérique et légèrement aplatie, la mandarine est sucrée et parfumée, mais elle a de nombreux pépins, et la clémentine, créée au XIX[e] siècle, a tendance à la remplacer. Peu énergétique (40 Kcal pour 100 g), elle est riche en vitamine C et en calcium. Elle est présente sur le marché de janvier à avril (la variété wilking du Maroc, assez tardive, est particulièrement appréciée). Généralement dégustée nature, elle est également confite et employée en cuisine et en pâtisserie comme l'orange ; on peut relever sa saveur, dans les emplois sucrés, avec du kirsch ou de la vieille fine. Son écorce, quant à elle, sert à élaborer des liqueurs.

gâteau à la mandarine

Piler au mortier 125 g d'amandes mondées, en y incorporant 4 œufs, un par un. Ajouter 4 morceaux d'écorce de mandarine confite finement hachés, ainsi que 125 g de sucre en poudre, 3 gouttes de vanille liquide, 2 gouttes d'essence d'amande amère et 2 cuillerées à soupe de marmelade d'abricot passée au tamis fin. Bien mélanger le tout. Abaisser 300 g de pâte à foncer et en garnir un cercle à flan. Étaler au fond une couche de marmelade de mandarine. Emplir avec la préparation aux amandes. Bien lisser

►

Gâteau à la mandarine

Caractéristiques des différentes variétés de mandarines et hybrides de mandarines

variétés	provenance	époque	aspect	saveur
mandarines				
« commune »	Italie, Tunisie	début janv.-mi-mars	lisse, jaune, aplati, chair jaune-orange, nombreux pépins	un peu sucrée, peu acide
dancy	Floride	mi-janv.-mi-mars	piqueté, orange foncé, aplati, chair orange, rares à nombreux pépins	un peu sucrée, peu acide
fortune	Espagne, Maroc	mi-févr.-fin avr.	lisse, jaune-orange, sphérique, chair orangée, rares à nombreux pépins	un peu sucrée, peu acide
nova	Espagne	début janv.-fin févr.	lisse, orange-rouge, sphérique, chair orangée, rares pépins	un peu sucrée, peu acide
palazelli	Italie	janv.-févr.	bases aplaties, peau bosselée orangée, cassante, peu de pépins	peu juteuse, peu acide, peu sucrée
satsuma okitsu	Espagne, Amérique du Sud	mi-sept.-mi-nov.	lisse, vert-jaune, aplati, chair orangée, sans pépins	peu sucrée, peu acide
satsuma clausellina	Espagne, Amérique du Sud	mi-sept.-fin oct.	lisse, vert-jaune, aplati, chair orangée, sans pépins	peu sucrée, peu acide
satsuma « commune »	Espagne, Amérique du Sud	début oct.-fin déc.	lisse, vert-jaune, aplati, chair orangée, sans pépins	peu sucrée, peu acide
wilking	Maroc, Tunisie	début févr.-fin mars	rugueux, jaune, aplati, chair jaune, nombreux pépins	un peu à très sucrée, acide
tangelo*				
minneola	Israël, Afrique du Sud	mi-janv.-mi-mars	lisse, orange foncé, sphérique avec goulot, chair orange, rares pépins	un peu à très sucrée, un peu acide
orlando	Espagne, Israël, États-Unis	mi-janv.-mi-mars	piqueté, orange, aplati, chair orange, rares pépins	un peu sucrée, un peu acide
tangor**				
ellendale	Amérique du Sud	mi-févr.-mi-avr.	lisse, orange, aplati, chair orange, rares à nombreux pépins	un peu à très sucrée et acide
murcott	Israël, Amérique du Sud	début mars-mi-juin	lisse, orange foncé, aplati, chair orangée, rares à nombreux pépins	un peu sucrée, peu acide
ortanique	Espagne, Maroc, Israël	début mars-fin mai	rugueux, orange, piriforme, chair orange, rares pépins	un peu sucrée, un peu acide

** tangelo : croisement de mandarine et de pomelo.*
*** tangor : croisement de mandarine et d'orange.*
Source : INRA-CIRAD Corse



le dessus. Cuire 25 min au four préchauffé à 200 °C. Sortir le gâteau et le laisser refroidir. Passer au tamis 3 cuillerées à soupe de marmelade d'abricot et abricoter le dessus du gâteau. Décorer de feuilles de menthe fraîche, de quartiers de mandarine coupés en deux dans l'épaisseur et d'amandes effilées passées quelques instants sous le gril du four pour les colorer. Mettre au frais. Au moment de servir, dresser le gâteau sur le plat de service et en couper 1 ou 2 parts afin d'apercevoir l'intérieur du gâteau.

mandarines givrées

Décalotter de belles mandarines à écorce épaisse. Les évider sans percer l'écorce. Placer écorces et calottes dans le congélateur. Presser la pulpe, passer le jus et ajouter 300 g de sucre semoule pour 500 g de jus. Dissoudre ce sucre dans le jus (densité : 1,1799). Faire prendre à la sorbetière, mais en gardant la glace souple. Emplir de glace les écorces de mandarine, les couvrir de leur calotte et les remettre dans le congélateur pour achever la prise de la glace.

RECETTE DU RESTAURANT *LASSERRE*, À PARIS

mandarines à la julienne d'orange confite

« Éplucher et couper en tranches très minces 1,5 kg de mandarines, les ébouillanter dans un sirop préparé avec 250 g d'eau et 125 g de sucre, et en tapisser le fond d'un moule semi-sphérique. Mélanger 250 g de jus de mandarine et 50 g de sucre, chauffer et incorporer 3 feuilles de gélatine. Laisser refroidir, puis ajouter 50 g de mandarines impériales et 250 g de crème fouettée. Garnir le moule à mi-hauteur de cette mousse. Disposer dessus quelques très fines lamelles d'orange confite et un rond de génoise d'un diamètre légèrement inférieur à celui du moule. Combler de mousse, recouvrir d'amandes hachées grillées, et terminer par un fond de pâte sablée. Mettre au grand froid. Démouler au moment de servir. Accompagner d'une sauce préparée au fouet avec 250 g de jus de mandarine, 4 jaunes d'œuf et 50 g de sucre, cuite à la nappe et refroidie, après avoir décoré les assiettes de quartiers de mandarine pelée à vif. »

MANDOLINE Coupe-légumes composé de deux lames tranchantes et réglables en acier inoxydable, l'une unie et l'autre cannelée, maintenues dans un cadre en bois ou en métal. Pendant le travail de coupe, un support rabattable permet d'incliner la mandoline. Cette dernière sert à émincer certains légumes (chou, carottes et navets) en julienne et les pommes de terre en gaufrettes, en chips, etc.

MANGANÈSE Oligoélément présent dans les céréales complètes, les noix et le thé, en faible quantité dans les légumes secs et verts, et pratiquement absent des laitages et des viandes. Le manganèse, nécessaire à l'activité de nombreuses enzymes, augmente la sécrétion d'insuline et facilite l'assimilation du glucose par les cellules ; il est en outre indispensable pour la croissance des os et des cartilages.

MANGOUSTAN Fruit arrondi et côtelé du mangoustanier, arbre de la famille des guttiféracées, originaire de Malaisie (voir planche des fruits exotiques pages 502 et 503). Gros comme une orange, il a une peau épaisse et coriace, rouge sombre à maturité, qui recouvre une chair blanche, délicate et très parfumée, contenue dans cinq ou six loges internes. Le mangoustan, ou mangouste, se déguste bien mûr, nature, pelé et coupé en deux. Il entre dans la composition de confitures, de sorbets et de salades exotiques. En Indonésie, on en fait un vinaigre et on extrait de ses graines une huile concrète, le beurre de « kokum ».

MANGUE Fruit du manguier, arbre exotique de la famille des anocardiacées, dont il existe de nombreuses variétés (voir planche des fruits exotiques pages 502 et 503). Plus ou moins grosse, ronde, ovoïde ou pointue, la mangue a une peau verdâtre, marbrée de jaune, de rouge ou de violet. Sa chair orangée, juteuse et très parfumée, adhère à un très gros noyau aplati. Fournissant 62 Kcal pour 100 g, la mangue est très riche en fer, en provitamine A et en vitamines C et B. Sa pulpe est généralement fondante et sucrée, avec un petit arrière-goût acidulé ; mais elle peut aussi être filandreuse, avec une saveur de citron, de banane ou encore de menthe.

Originaire de Malaisie et connu en Asie depuis très longtemps, le manguier fut introduit en Afrique, puis en Amérique du Sud, vers le XVIe siècle. En Asie et aux Antilles, on utilise les mangues encore vertes, crues ou cuites, en hors-d'œuvre ou en garniture de viandes et de poissons ; les chutneys aux mangues sont parmi les plus réputés. On trouve des mangues presque toute l'année, en provenance du Brésil (septembre à janvier), ou de Haute-Volta (Burkina) et de Côte d'Ivoire (mars à juillet).

Les mangues mûres accompagnent certains plats, mais elles entrent surtout dans des salades composées et servent à préparer sorbets, confitures, marmelades et gelées. Enfin, on les déguste nature, coupées en deux comme un avocat, à la petite cuillère, ou détaillées en tranches épaisses, avec la peau, la pulpe étant découpée en dés, ou encore sans leur peau.

▶ **Recettes** : CANARD, SORBET.

MANHATTAN Cocktail short drink préparé traditionnellement dans un verre à mélange avec une mesure de vermouth rouge, deux mesures de whisky, deux traits d'Angostura bitter et un zeste de citron (voir COCKTAIL). Le manhattan se sert glacé ou sur des glaçons. Créé en 1882, à une époque où l'art des cocktails en était encore à ses balbutiements, il se prête à de nombreuses variantes.

MANIER Travailler un ou plusieurs ingrédients dans un récipient à l'aide d'une spatule pour le rendre homogène. Cette opération est surtout connue pour la préparation du beurre manié (voir BEURRE).

MANIOC Plante de la famille des euphorbiacées, dont les racines comestibles, à chair blanche sous une écorce brune, sont utilisées en légume et pour la fabrication du tapioca (voir planche des légumes exotiques page 615).

Originaire du Brésil, répandu dans toute l'Amérique du Sud et l'Amérique centrale, le manioc fut introduit en Afrique lors du trafic des esclaves, et il y demeure l'une des bases de l'alimentation (pilé, réduit en semoule, salé ou sucré, en galettes, en bouillies et dans le foutou). Il fut également implanté en Asie.

– Le manioc doux, très énergétique (262 Kcal pour 100 g), est riche en glucides, mais pauvre en protides, en vitamines et en sels minéraux.

Épluchée, lavée et coupée en morceaux, la racine, cuite à l'eau salée et apprêtée comme la pomme de terre, accompagne la viande et le poisson. On en tire aussi une farine qui permet de préparer galettes, gâteaux, pains, potages et ragoûts.

Les feuilles de l'arbrisseau s'accommodent comme des épinards (brèdes des Antilles).

– Le manioc amer est destiné à l'industrie alimentaire ; la fécule, extraite par centrifugation, cuite, concassée et séchée, donne le tapioca.

Enfin, au Brésil, le manioc sert à la fabrication d'une eau-de-vie, le *cavim*.

MANON Friandise à base de crème et de sucre fourrée de crème fraîche. Les manons, parfois garnies d'une demi-noix, apportent souvent une note claire dans les ballotins de pralines.

MANQUÉ Gâteau parisien dont l'invention est attribuée à un chef pâtissier célèbre au XIXe siècle, Félix. Ayant « manqué » la préparation d'un biscuit de Savoie, dont les blancs d'œuf avaient grainé, ce dernier eut l'idée, pour ne pas perdre la pâte, d'y ajouter du beurre fondu et des amandes pilées, puis de recouvrir le biscuit de praliné après la cuisson.

Son « invention » devint bientôt une spécialité si réputée et si courante qu'on inventa un moule spécial, dit « moule à manqué » (voir MOULE).

Aujourd'hui, la recette du manqué s'est quelque peu modifiée, et elle fait partie des grands classiques de la pâtisserie. On peut parfumer le manqué avec des noisettes pilées, des raisins secs, des fruits confits, de l'anis, une liqueur, un alcool, etc., le garnir de crème, de confiture, de fruits confits, ou le glacer au fondant.

pâte à manqué : préparation

Faire fondre 100 g de beurre, sans le laisser colorer. Séparer les blancs des jaunes de 6 œufs. Mettre les jaunes dans une terrine avec 200 g de sucre semoule et 1 sachet de sucre vanillé. Travailler ce mélange au fouet jusqu'à ce qu'il blanchisse et gonfle, puis ajouter 150 g de farine tamisée en pluie, le beurre fondu et 1/2 verre à liqueur de rhum agricole. Bien remuer afin d'obtenir une préparation homogène. Battre les blancs d'œuf en neige très ferme avec 1 pincée de sel, puis les incorporer délicatement à la pâte. Aromatiser selon le goût.

manqué au citron

Lever le zeste de 1 citron, le blanchir 2 min à l'eau bouillante, puis le rafraîchir à l'eau froide, l'éponger et le tailler en julienne très fine. Couper en petits dés 100 g de cédrat confit. Préparer une pâte à manqué en y ajoutant, juste avant les blancs en neige, le cédrat et le zeste de citron. Cuire le manqué 40 à 45 min au four préchauffé à 200 °C, puis le laisser tiédir, le démouler et le faire refroidir complètement. Fouetter légèrement 2 blancs d'œuf, y incorporer 1 cuillerée à soupe de jus de citron et, peu à peu, du sucre glace, pour obtenir un mélange pouvant s'étaler facilement. Masquer le gâteau avec cette glace et décorer avec des morceaux de cédrat confit.

MANZANILLA Vin espagnol, produit en Andalousie, tout près de Jerez, avec les mêmes raisins et selon les mêmes méthodes que le xérès, et légalement considéré comme une de ses variétés. Il s'agit pourtant d'un vin différent, plus clair, très sec, qui acquiert couleur et force en vieillissant.

Les tapas accompagnent particulièrement bien la manzanilla que l'on boit dans un verre spécial appelé *catavino*.

MAQUÉE Fromage blanc cru d'origine wallonne de lait de vache présuré et mis à égoutter dans une étamine. Après égouttage, il est légèrement fouetté et devient crémeux. La maquée se déguste étalée sur une tranche de pain, soit salée et accompagnée de radis rouge, soit sucrée et saupoudrée de cassonade.

MAQUEREAU Poisson de la famille des scombridés, qui vit dans l'Atlantique, sur toute la côte de l'Amérique du Nord et en Europe, en mer du Nord et en Méditerranée.

Le maquereau est pêché toute l'année, en surface pendant l'été et en profondeur pendant l'hiver, mais surtout de mars à novembre, quand il s'approche des côtes. Il se déplace en bancs importants, apparaissant chaque année en des lieux et à des moments précis, en raison de la ponte.

En France, les petits maquereaux, dits « lisettes », très appréciés, proviennent de la Manche, notamment de Dieppe. Les maquereaux « de ligne » sont toujours plus frais et de meilleur goût que les maquereaux « de chalut », qui ont séjourné dans la glace.

Abondants et bon marché, les maquereaux sont aussi de très beaux poissons, fuselés, avec le dos et les flancs bleu acier ou verts rayés de vert sombre, et le ventre argenté à reflets dorés. Lorsqu'ils viennent d'être pêchés, ils sont très rigides, avec l'œil brillant et des reflets métalliques.

Le maquereau est un poisson mi-gras (6 à 8 % de lipides, un peu plus avant la ponte, un peu moins après). Il se prête à de très nombreuses préparations : grillé (classiquement accompagné d'une compote de groseille à maquereau), farci, à la provençale, au vin blanc, en soupe (cotriade) ou poché et servi avec une sauce à la moutarde, à la tomate, à la crème. Vers 1885, les Boulonnais eurent l'idée de commercialiser les filets

de maquereau marinés au vin blanc et aux aromates, stérilisés en boîte. Cette fabrication a ensuite gagné la Bretagne. On trouve également d'autres conserves de filets de maquereau, diversement aromatisés.

filets de maquereau à la dijonnaise

Lever les filets de 4 gros maquereaux ; les saler, les poivrer et les enduire de moutarde blanche. Éplucher et émincer 2 oignons ; les dorer dans une casserole avec 2 cuillerées à soupe d'huile. Poudrer de 1 cuillerée de farine et mélanger. Verser 1 verre de bouillon ou de fumet de poisson et 1 verre de vin blanc sec, bien remuer, ajouter 1 bouquet garni et cuire de 8 à 10 min. Beurrer un plat allant au four, y déposer les filets et les arroser de la sauce. Porter à ébullition, sur le feu, puis cuire 10 min au four préchauffé à 200 °C. Égoutter les filets de maquereau et les dresser dans un plat de service. Retirer le bouquet garni, ajouter un peu de moutarde, rectifier l'assaisonnement et verser la sauce sur les filets. Garnir de rondelles de citron et de petits bouquets de feuilles de persil.

maquereaux à la boulonnaise

Nettoyer des moules et les faire ouvrir avec un peu de vinaigre sur feu vif. Préparer une sauce au beurre en y ajoutant le jus passé des moules. Vider des maquereaux, les détailler en gros tronçons et les pocher 10 min dans un court-bouillon fortement vinaigré. Égoutter les morceaux de poisson, les dépouiller et les dresser dans un plat long ; tenir au chaud. Décoquiller les moules, en entourer les morceaux de maquereau. Napper le tout de sauce au beurre.

RECETTE DU RESTAURANT *PIERRE*,
AU PALAIS-ROYAL, À PARIS

maquereaux au cidre

« Habiller et laver des maquereaux, les saler et les poivrer fortement à l'intérieur et à l'extérieur ; les disposer dans une cocotte sur un lit d'oignons et de pommes-fruits, émincés. Mouiller de cidre juste à hauteur. Ajouter 5 cl de vinaigre de cidre et porter à ébullition ; maintenir 5 min à petits frémissements. Laisser refroidir dans la cocotte. Lever les filets de poisson, les dresser sur un plat en les entourant de quartiers de pomme dorés au beurre. Arroser du jus de cuisson réduit et tiédi. Compléter d'un tour de moulin à poivre et de ciboulette ciselée. »

RECETTE DE DANIEL BOUCHÉ,
DANS *INVITATION À LA CUISINE BUISSONNIÈRE*

maquereaux aux framboises

« Cuire 200 g de framboises dans 10 cl d'eau, les retirer du feu dès la première ébullition et les passer au tamis. Prélever l'écorce d'un citron sans entamer la peau blanche amère ; détailler ce zeste en fine julienne, la mettre dans une casserole et recouvrir d'eau. Porter à ébullition, puis faire refroidir sous l'eau froide et égoutter. Ajouter le zeste et le jus du citron au coulis de framboise, puis un peu de sel et 1 cuillerée à café de poivre blanc concassé. Dans un plat allant au four, disposer les filets de 4 maquereaux moyens et les napper du coulis, qui doit entièrement les recouvrir. Cuire 5 min au four préchauffé à 280 °C. Sortir les poissons, laisser refroidir et mettre 24 heures au réfrigérateur. »

MARAÎCHÈRE (À LA) Se dit d'apprêts où interviennent des produits maraîchers. L'appellation s'applique notamment aux grosses pièces de boucherie, rôties ou braisées, garnies de carottes tournées en gousses et glacées, de petits oignons glacés, de tronçons de concombre farcis et braisés, et de quartiers de fond d'artichaut étuvés au beurre. Une autre garniture maraîchère associe des choux de Bruxelles au beurre, des salsifis liés au velouté et des pommes château. La sauce d'accompagnement est soit un déglaçage au jus lié, soit le fond de braisage passé et dégraissé.
▶ **Recette** : ŒUF SUR LE PLAT.

MARASME D'ORÉADE Petit champignon, agréablement parfumé, assez abondant dans les prés (où il pousse en cercle, ou « rond de sorcière »), appelé également « faux mousseron » (voir planche des champignons page 240). Le pied, coriace, ne se consomme pas ; le chapeau se fait sécher. Réhydratés, les marasmes agrémentent omelettes, plats de viande, potages, sauces. Secs et pulvérisés, ils servent de condiment.

MARASQUIN Liqueur préparée par édulcoration de l'eau-de-vie, élaborée avec les noyaux de marasque, variété de cerise amère, originaire de Dalmatie. La ville de Zara (l'actuelle Zadar, en Croatie) en était autrefois un centre de production réputé. Le marasquin sert surtout d'arôme en confiserie et en pâtisserie.
▶ **Recette** : FRUITS RAFRAÎCHIS.

MARBRE Plan de travail en marbre, utilisé par les professionnels de la pâtisserie et de la confiserie pour travailler le chocolat, le sucre et les pâtes, qui nécessitent une certaine fraîcheur. Pour les pâtes délicates (sablée ou feuilletée), on utilise même des marbres réfrigérés par convection. Ce matériau présente l'avantage de n'absorber ni la graisse ni l'humidité ; il reste toujours propre et frais (à condition que les acides ne l'attaquent pas). Chez soi, on emploie, surtout pour faire des caramels, une petite plaque de marbre huilée.

MARC Eau-de-vie provenant de la distillation du résidu solide des grappes de raisin pressées, lui-même appelé « marc » : peaux, pépins et rafles sont mis à fermenter, puis distillés dans un alambic à vapeur. La teneur en alcool des éléments eux-mêmes est faible, mais leur richesse en huiles essentielles produit des alcools à l'arôme puissant, titrant jusqu'à 70 % Vol. Les régions productrices de vins donnent chacune des marcs de qualité différente. Ainsi, en France, les marcs de Bourgogne, du Bugey, de Champagne et de Franche-Comté peuvent rivaliser avec les eaux-de-vie

de vin des mêmes régions. En cuisine, le marc remplace bien le cognac ou le calvados pour flamber viandes et volailles ; il corse bien les préparations culinaires telles que civet, matelote, voire soupe à l'oignon.

MARCASSIN Jeune sanglier, mammifère de la famille des suidés, âgé de moins de six mois (**voir** tableau des gibiers page 523). Jusqu'à trois mois, son pelage est strié, de la tête aux cuisses, de longues bandes noires : on dit qu'il est « en livrée ».

La chair du marcassin, tendre et savoureuse, n'a pas le goût de fauve de celle de l'adulte. On ne la fait pas mariner. On lève sur l'animal des côtelettes et des escalopes ; le filet donne des rôtis à barder. On cuisine aussi la viande de marcassin en fricassée ou en civet, avec du vin.

RECETTE DE DANIEL BOUCHÉ,
AU PETIT MONTMORENCY, À PARIS

côtelettes de marcassin aux coings

« Éplucher et couper en petits dés 100 g de carottes, autant d'oignons, 1 blanc de poireau et 1 branche de céleri. Faire revenir 500 g d'os et de déchets de sanglier avec les légumes, 1 gousse d'ail et 1 petit bouquet garni. Lorsque le tout est bien coloré, verser dans la cocotte 1 bouteille de vin rouge corsé, puis ajouter 100 g de crème fraîche. Saler, mélanger et cuire 1 h 30. Dégraisser, passer au chinois et laisser réduire pour obtenir environ 30 cl de liquide. Réserver cette sauce. Cuire 400 g de salsifis épluchés et coupés en dés dans de l'eau citronnée ; éplucher et émincer 200 g d'oignons et les cuire 30 min à couvert avec une noix de beurre et 200 g de poires coupées en dés ; ajouter les salsifis cuits et rectifier l'assaisonnement. Beurrer un plat à gratin. Répartir la farce de légumes sur 6 crêpes, rouler celles-ci, les ranger dans le plat et les cuire 15 min au four préchauffé à 200 °C. Couper 300 g de coings épluchés en dés ou en quartiers et les cuire dans de l'eau citronnée, en les maintenant un peu fermes. Cuire 12 côtelettes de marcassin comme des côtelettes de porc, en les gardant un peu rosées. Les recouvrir des coings, arroser d'un trait de rhum. Porter la sauce à ébullition et y incorporer 100 g de beurre en remuant, sur feu doux ; lorsque la sauce est brillante, en napper les côtelettes. Servir celles-ci avec les crêpes fourrées. »

cuissot de marcassin à l'aigre-doux

Mettre à tremper dans de l'eau froide, séparément, 12 pruneaux, 30 g de raisins de Corinthe et 30 g de raisins de Smyrne. Braiser la pièce de marcassin comme un jambon de porc. L'égoutter et la disposer dans un plat long allant au four. Passer le fond de braisage, en verser quelques cuillerées sur la viande, la poudrer de 1 cuillerée à soupe de sucre et faire glacer au four. Préparer un caramel avec 4 morceaux de sucre ; ajouter 4 cuillerées de vinaigre de vin et 4 dl de fumet de gibier ; laisser bouillir 10 min, puis passer au chinois. Griller au four 4 cuillerées de pignons, puis les hacher grossièrement ; les ajouter à la sauce, ainsi que les raisins, les pruneaux égouttés et 24 cerises confites au vinaigre. Au moment de servir, délayer dans cette sauce 30 g de chocolat noir dissous dans très peu d'eau. Lier avec 1 cuillerée à dessert de beurre manié.

MARCELIN Gâteau fait d'un fond de pâte recouvert de confiture de framboise, puis d'un appareil à base d'œufs et de poudre d'amande, et poudré de sucre glace.

MARCHAND DE VIN Se dit d'apprêts cuisinés au vin rouge et aux échalotes, notamment d'un beurre composé qui accompagne les viandes grillées. Les poissons « marchand de vin » sont pochés au vin rouge avec des échalotes ciselées, puis nappés de la cuisson réduite et montée au beurre, et, éventuellement, glacés sous la salamandre.

▶ **Recette** : BEURRE.

MARCHESI (GUALTIERO) Cuisinier italien (Milan 1930). Il apprend son métier dans le restaur;ant paternel, *Il Mercato*, et poursuit son apprentissage de 1948 à 1950 au *Kulm* à Saint-Moritz et à l'école hôtelière de Lucerne. Revenu dans l'établissement familial, il s'attache à promouvoir les produits français et affine ses connaissances chez *Ledoyen* à Paris et chez *Troisgros* à Roanne. Il inaugure son propre restaurant milanais en 1977, où il obtient une, puis deux étoiles Michelin, en 1985. Amateur d'art et musicien, établi aujourd'hui à l'*Alberata*, à Brescia, il a obtenu sa troisième étoile.

MARCILLAC Vin AOC rouge ou rosé du Sud-Ouest, dont la production semble régresser, malgré sa qualité (**voir** SUD-OUEST).

MARÉCHAL Se dit de petites pièces de boucherie panées à l'anglaise et sautées. La garniture se compose de bottillons de pointes d'asperge et d'une lame de truffe par élément ; un cordon de sauce chateaubriand ou de jus de veau lié termine l'apprêt, mais on peut aussi le servir avec un beurre maître d'hôtel. Les poissons « maréchal » sont pochés au vin blanc et au fumet de poisson, avec des champignons et des tomates concassées ; la réduction de la cuisson, montée à la glace de viande et au beurre, constitue la sauce.

MAREDSOUS Fromage belge de lait de vache (45 % de matières grasses), à pâte pressée non cuite et à croûte lavée (**voir** tableau des fromages étrangers page 499). Le maredsous se présente sous la forme d'un pain ou d'un carré pesant de 0,5 à 2,5 kg. Il a une texture souple et dense et une saveur douce.

MARÉE Ensemble des poissons, crustacés et fruits de mer vendus sur les marchés. La marée fraîche parvenait déjà régulièrement à Paris au Moyen Âge. Au XIII[e] siècle, Saint Louis fit ajouter deux bâtiments

aux Halles pour le commerce du poisson, qui arrivait de la Manche et de la mer du Nord jusqu'au centre de la capitale, par la voie qui deviendra plus tard le faubourg Poissonnière. Un service spécial de voitures assurait l'approvisionnement en poisson frais (voir CHASSE-MARÉE).

MARENGO Nom d'un sauté de veau ou de poulet au vin blanc, à la tomate et à l'ail. Selon la petite histoire, la recette originale serait un poulet frit à l'huile, que Dunand aurait cuisiné pour Bonaparte le soir de la victoire remportée par les Français sur les Autrichiens dans le village de Marengo, en Italie, le 14 juin 1800. Le cuisinier du Premier consul n'avait, dit-on, qu'un poulet, quelques œufs et des écrevisses, pas même de beurre ; il fit donc frire la volaille, découpée à cru, à l'huile d'olive avec des tomates et de l'ail, puis la servit garnie d'œufs frits, d'écrevisses troussées et de croûtons dorés. Ces derniers ingrédients ont d'ailleurs disparu de la recette au fil des temps.
▶ **Recette** : SAUTÉ.

MARGARINE Matière grasse à base de graisse de bœuf, inventée en 1869 par le chimiste français Henri Mège-Mouriès, et commercialisée à partir de 1872. La définition actuelle s'applique à « toutes les substances alimentaires autres que le beurre, quelles que soient leur origine, leur provenance et leur composition, qui présentent l'aspect du beurre et sont préparées pour le même usage que celui-ci ». Ce produit doit être conditionné en pains cubiques, portant le mot « margarine ».
■ **Emplois.** La margarine est une émulsion d'eau, ou de lait écrémé et d'eau (16 à 18 %), et d'un mélange d'huiles animales et végétales, ou uniquement de ces dernières (82 %). Les huiles animales proviennent du cachalot et de certains clupéidés (hareng, anchois, sprat), parfois aussi du suif et du saindoux ; les huiles végétales sont des huiles d'arachide, de colza, de coton, de maïs, de soja, de tournesol, de coprah, de palmiste ou de palme. Certains additifs sont autorisés.
– Les margarines de cuisson sont mixtes ou uniquement végétales ; elles supportent la cuisson, sauf la friture.
– Les margarines à tartiner sont végétales et se rapprochent du beurre tant par la texture que par le goût ; elles se consomment crues, servent en pâtisserie ménagère (notamment pour le feuilletage) et remplacent le beurre pour certains emplois en cuisine.
– Les margarines professionnelles se différencient par leur consistance et leur point de fusion, en fonction des emplois auxquels elles sont destinées : préparation des pâtes feuilletées, des pâtes levées, des pâtes à croissant, des pâtes à cake ou des crèmes et fourrages.

MARGARITA Cocktail short drink préparé en frappant dans un shaker une mesure de Cointreau, deux mesures de tequila et une cuillerée à café de jus de citron. Le margarita est servi dans un verre givré au sel fin sur une moitié (voir COCKTAIL).

MARGAUX Vin AOC rouge du haut Médoc d'une grande finesse aromatique, souple et élégant, et vieillissant très bien (voir BORDELAIS).

MARGGRAF (ANDREAS SIGISMUND) Savant allemand (Berlin 1709 - *id.* 1782). Il découvrit, en 1747, que la racine de la betterave contenait une matière blanche, cristallisable, de saveur sucrée. Il pensa que cette substance pourrait remplacer celle produite par la canne à sucre, mais il ne trouva pas d'application pratique à sa découverte. Ce furent d'autres chercheurs (Franz Karl Achard et Benjamin Delessert) qui reprirent ses travaux et mirent au point, au début du XIXe siècle, le sucre de betterave dont il avait eu la prescience.

MARGUERY (NICOLAS) Cuisinier français (Dijon 1834 - Paris 1910). Ancien plongeur chez *Champeaux*, à Paris, il épousa la fille de son patron, puis fit son apprentissage de cuisinier au *Rocher de Cancale* et chez les *Frères provençaux* ; enfin, en 1887, il ouvrit un restaurant à son nom, boulevard Bonne-Nouvelle. Le *Marguery* devint un rendez-vous élégant, cossu et gourmand, célèbre pour sa cave et, surtout, pour ses filets de sole au vin blanc. Marguery a laissé son nom à divers apprêts, notamment des tournedos sautés, dressés sur des fonds d'artichaut.
▶ **Recette** : SOLE.

MARIAGE Événement à la fois social et religieux au cours duquel le repas de cérémonie occupe une place privilégiée. Selon le Nouveau Testament, c'est aux noces de Cana que Jésus changea l'eau en vin, ce qui montre que, dès la plus haute antiquité, la table était le lieu par excellence où se réunissaient deux familles qui venaient de s'allier.

Lors des repas de mariage seigneuriaux ou royaux d'autrefois, les festivités duraient plusieurs jours. Pour la circonstance, le peuple se voyait offrir viandes rôties, gâteaux et fontaines publiques de vin. À l'occasion de mariages avec des princes ou des princesses venus de pays étrangers, diverses denrées (fruits et légumes d'Italie, chocolat d'Espagne) furent ainsi introduites en France.

Plus près de nous, c'est dans les campagnes, où l'ordinaire fut longtemps assez pauvre et monotone, que le repas de noce durait le plus longtemps, parfois plusieurs jours, et accumulait le plus grand nombre de plats carnés.

Le principal élément qui distingue le repas de noce des autres repas de fête reste le ou les gâteaux, remarquables par leurs dimensions ou par leur quantité.

De nos jours, la pièce montée est souvent de rigueur, mais les pâtisseries nuptiales, jadis plus différenciées, sont encore appréciées. Ainsi, dans le Sud-Est et en Bourgogne, des massepains et des biscuits de Savoie superposés formaient des pièces montées de belle hauteur. Dans les Pyrénées et en Rouergue, le « gâteau à la broche », dentelé et doré, cuit devant l'âtre, était impressionnant. Mais c'est en Vendée que le gâteau de noce est resté le plus extraordinaire : le gâtais, offert par les parrains et marraines des époux, est une énorme brioche, ronde (jusqu'à 1,30 m de diamètre) ou rectangulaire (2,50 m sur 80 cm), pouvant peser 35 kg. La mariée découpe ce gâteau monumental et distribue une part à chaque convive, et autant de

portions qu'il y a de parents non présents au mariage. Les rites de partage et de distribution se retrouvent dans toutes les régions. Souvent, le gâteau n'est mangé qu'au bout de quelques jours, dans chaque foyer, pour mieux évoquer le souvenir de la cérémonie. Cette coutume se rapproche de la tradition britannique qui voulait que des morceaux du *wedding cake*, également découpé par la mariée, soient expédiés par la poste, dans de petites boîtes dorées et décorées, spécialement destinées à cet usage, aux parents et amis éparpillés aux quatre coins de l'empire.

MARIE-BRIZARD Liqueur anisée obtenue à partir de différents végétaux, dont l'anis vert d'Espagne, et d'une vingtaine d'éléments aromatiques. La Marie-Brizard est fabriquée par la société bordelaise du même nom, qui produit également d'autres liqueurs.

MARIE-LOUISE Nom d'une garniture de pièces d'agneau ou de mouton. Elle est composée soit de pommes noisettes et de fonds d'artichaut garnis d'une duxelles de champignon additionnée de purée d'oignon, avec une sauce obtenue par déglaçage à la demi-glace, soit de tartelettes emplies de petits pois et de petites boules de carotte et de navet.

MARIGNAN Gâteau fait de pâte à savarin, abricoté, nappé de meringue italienne et orné d'un ruban d'angélique figurant une anse de panier.

marignan

Faire gonfler 75 g de raisins secs dans de l'eau tiède. Délayer 15 g de levure de boulanger avec très peu d'eau, y ajouter 20 g de farine, puis recouvrir avec 230 g de farine et laisser lever. Lorsque, au bout de 15 min environ, la farine se crevasse, la mettre avec le levain dans une terrine, ajouter 25 g de sucre semoule, 1 pincée de sel et 3 œufs très légèrement battus ; pétrir la pâte en la battant pour la rendre élastique. Ajouter peu à peu 3 cl d'eau, afin qu'elle devienne très homogène. Laisser reposer 30 min. Faire fondre 80 g de beurre et l'incorporer à la pâte avec les raisins, égouttés et épongés. Verser le tout dans un moule à manqué de 19 cm de diamètre, beurré et fariné ; laisser lever ; lorsque la pâte a doublé de volume, cuire le gâteau 40 min au four préchauffé à 190 °C. Démouler aussitôt sur une grille et laisser un peu refroidir. Confectionner un sirop avec 125 g de sucre, 2,5 dl d'eau et 1 dl de rhum. En arroser le gâteau encore tiède, puis l'abricoter avec 1/2 pot de marmelade d'abricot chauffée et passée au tamis. Préparer une meringue à l'italienne avec 400 g de sucre, 4 blancs d'œuf et 1 verre à liqueur de rhum, et l'étaler sur le gâteau, tout autour et sur le dessus. Placer en arrondi sur le marignan une longue lanière d'angélique confite, piquée aux deux extrémités pour simuler une anse de panier.

MARIGNY Nom de divers apprêts, notamment de petites pièces de boucherie sautées, composés soit de pommes fondantes, de petits pois et de bâtonnets de haricot vert (liés au beurre et dressés en tartelette), soit de fonds d'artichaut emplis de grains de maïs à la crème et de petites pommes noisettes. La sauce est obtenue par déglaçage au vin blanc (ou au madère) et au fond de veau lié.

Le potage Marigny est à base de petits pois cuits au consommé blanc, garni de haricots verts, petits pois, chiffonnade d'oseille et cerfeuil.

MARIN (FRANÇOIS) Auteur supposé des *Dons de Comus ou les Délices de la table*, dont la première édition date de 1739. L'ouvrage fut réédité quatre fois et régulièrement augmenté. Sa préface, signée par deux jésuites, les pères Brumoy et Bougeant, constitue un excellent abrégé de l'histoire de la cuisine jusqu'au début du XVIIIe siècle et souligne les progrès accomplis dans l'art culinaire vers la simplification des préparations. Parmi les recettes originales de Marin, il faut citer les « œufs à l'infante » (pochés, nappés d'une sauce au vin de Champagne, à l'orange, à l'ail, à l'échalote), la blanquette de filets de sole, les filets d'agneau Condé (piqués de cornichons et d'anchois, masqués d'un hachis de champignon aux aromates et aux câpres, mis en crépine et rôtis), la langue de bœuf aux concombres, le poulet au persil (masqué de beurre au persil « sous » la peau, puis rôti) et les laitues de dame Simone (farcies de volaille et de riz).

MARINADE Liquide bien condimenté, dans lequel on laisse baigner plus ou moins longtemps soit des viandes, des abats, du gibier ou du poisson, soit des légumes ou des fruits. La marinade permet d'abord d'aromatiser les éléments, ensuite d'attendrir sensiblement les fibres de certaines viandes et, enfin, de conserver plus longtemps les produits (poissons et légumes surtout). La durée de la marinade dépend de la nature et du volume de la pièce à traiter, ainsi que des conditions extérieures.

– La marinade cuite (à base d'ail, bouquet garni, carotte, échalote, huile, oignon, poivre, queue de persil, sel, vinaigre et vin rouge ou blanc) concerne les viandes de boucherie et la venaison ; tous les ingrédients sont mis à cuire, puis refroidis et versés sur la pièce.
– La marinade crue, qui se prépare dans un récipient en verre, en porcelaine ou en terre vernissée, s'emploie, au contraire, directement.
– La marinade instantanée, toujours crue, se compose d'ingrédients variables selon qu'elle sert à traiter des poissons (citron, huile, laurier, thym), des éléments de beignet ou de fritot (citron, huile, persil, poivre, sel) ou bien des ingrédients pour galantine, pâté, terrine, etc. (cognac, madère ou porto, échalotes, sel, poivre).

En général, on retourne les pièces dans leur marinade, plus ou moins fréquemment, avec une écumoire. Au moment de la préparation culinaire, les viandes et gibiers marinés sont bien égouttés, puis le plus souvent rôtis au four ; la marinade sert ensuite pour le déglaçage ou la confection de la sauce d'accompagnement.

Lorsque les viandes sont traitées en sauce ou braisées, elles sont mouillées totalement ou partiellement avec la marinade.

Au Canada, le mot « marinade » désigne également un condiment de fruits et de légumes marinés dans du vinaigre épicé et aromatisé, que l'on appelle en France du nom anglais de « pickles ».

marinade crue pour éléments de pâté et de terrine

Saler, poivrer et saupoudrer de quatre-épices tous les éléments à mariner. Ajouter un peu de fleur de thym et 1 feuille de laurier émiettée. Arroser de cognac ou d'armagnac, ainsi que d'un trait de madère. Laisser reposer 24 heures à couvert et au frais.

marinade crue pour grosse viande de boucherie et gibier

Saler, poivrer et saupoudrer de quatre-épices la pièce à mariner. La mettre dans une terrine juste assez grande pour la contenir. Ajouter 1 gros oignon et 2 échalotes hachés, 1 carotte émincée, 2 gousses d'ail écrasées, 2 ou 3 queues de persil, 1 brindille de thym, 1/2 feuille de laurier grossièrement hachée, 1 clou de girofle. (Pour une daube, ajouter 1 morceau d'écorce d'orange séchée.) Recouvrir complètement de vin rouge ou blanc et d'un peu de vinaigre, selon la recette, additionnés de 1 verre à liqueur de cognac et d'un peu d'huile. Couvrir et laisser mariner au frais de 6 heures à 2 jours en retournant la viande 2 ou 3 fois.

marinade cuite pour viande de boucherie et venaison

Faire suer à l'huile, jusqu'à légère coloration, 1 gros oignon et 2 échalotes hachés, et 1 carotte émincée. Recouvrir de vin rouge ou blanc (selon la recette) et d'un peu de vinaigre. Ajouter 2 ou 3 queues de persil, 1 brindille de thym, 1/2 feuille de laurier grossièrement hachée, 1 branche de céleri, 1 gousse d'ail, des grains de poivre, 1 clou de girofle, des baies de genièvre, des graines de coriandre, quelques aiguilles de romarin et du sel. Porter à ébullition et laisser frémir 30 min. Faire alors refroidir rapidement cette marinade, puis la verser sur la pièce. Ajouter une légère pellicule d'huile, couvrir et conserver au frais.

marinade cuite pour viande en chevreuil

Hacher grossièrement 75 g d'oignons, 75 g de carottes, 2 belles échalotes, 3 ou 4 branches de céleri (effilées) et 1 gousse d'ail. Faire colorer légèrement ce mélange à l'huile, en y ajoutant 1 cuillerée à café de persil haché, un peu de thym émietté, 1 clou de girofle, 1 fragment de feuille de laurier, du poivre du moulin, un peu de basilic et une pincée de romarin en poudre. Mouiller de 3/4 de litre de vin blanc et d'un verre de vinaigre blanc, et cuire doucement 30 min. Laisser refroidir complètement avant de verser sur la pièce salée et poivrée.

marinade instantanée pour poissons grillés

Saler et poivrer toutes les pièces à mariner et les arroser d'huile. Ajouter quelques tranches de citron pelé à vif et parsemer d'un peu de fleur de thym et de laurier pulvérisé. Laisser reposer 10 min environ.

MARINER Mettre à tremper dans un liquide aromatique un ingrédient pendant un temps déterminé, pour l'attendrir et le parfumer. Cette pratique culinaire est très ancienne : vin, vinaigre, eau salée, herbes et épices permettaient non seulement d'adoucir le goût très fort du gibier, mais aussi de conserver plus longtemps des pièces de viande. Aujourd'hui, on fait mariner les aliments surtout pour les parfumer, les aromatiser ou renforcer leur saveur.

Diverses traditions gastronomiques font appel à ce procédé : dans les pays méditerranéens, pour les légumes et les poissons (sardines, charmoula, thon, achards, rougail, poivrons ou oignons marinés, champignons à la grecque) ; dans les pays nordiques, pour l'oie (salée et marinée, en Suède), la langue de bœuf à l'écarlate, le jambon, les quetsches (au vinaigre), les maquereaux (marinés au vin blanc), etc. ; en Inde, pour de nombreux ingrédients, marinés au lait caillé et aux épices ; au Japon et au Pérou, pour le poisson cru, mariné au citron (sashimi et ceviche).

▶ **Recettes** : BROCHETTE, CÈPE, COQUILLE, HARENG, POISSON, SAUMON.

MARINETTI (FILIPPO TOMMASO) Écrivain italien (Alexandrie 1876 - Bellagio 1944), fondateur du futurisme, mouvement d'avant-garde artistique lancé à Paris en 1909. Les futuristes s'attaquaient à l'académisme et prônaient un art plus adapté au XXe siècle. Ils se sont exprimés dans les domaines les plus divers de la création, et même en cuisine. En publiant à Turin *la Cuisine futuriste*, ils voulaient défier la tradition en mettant notamment à l'index les pâtes alimentaires par la célèbre formule : « *Basta la pastacciutta.* » Les recettes du manifeste sont basées sur des associations insolites qui privilégient cependant davantage les formes et les couleurs que les goûts.

MARINIÈRE (À LA) Se dit de poissons, de crustacés ou de coquillages cuits au vin blanc, généralement avec des oignons ou des échalotes, et, en premier lieu, des moules, dont le fond de cuisson, décanté, est ensuite lié au beurre manié. La sauce marinière est une sorte de sauce Bercy préparée au jus de moule, et la garniture marinière comporte toujours des moules, parfois aussi des queues de crevette. La cuisson à la marinière s'applique aussi aux langoustines et aux écrevisses, aux grenouilles et à divers fruits de mer utilisés en garniture de croûte, de timbale, de bouchée, etc.

RECETTE DE FRANÇOIS CLERC,
LA VIEILLE FONTAINE, À MAISONS LAFFITTE

marinière de grenouilles à la coque

« Décapiter 8 œufs frais comme pour les manger à la coque et les vider en mettant à part 2 jaunes. Laver les coquilles sans les casser. Faire chauffer 30 g de beurre dans une casserole, ajouter 2 échalotes hachées et 1/4 de litre de vin blanc sec ; y faire ouvrir 400 g de petites moules. Les retirer et les décortiquer. Dans la même casserole, cuire pendant 8 min 600 g de cuisses de grenouille

fraîches. Les retirer, les laisser refroidir, puis les décortiquer et jeter les os. Dans la même casserole, ajouter 130 g de crème fraîche épaisse et laisser réduire 5 min sur feu vif. Lier avec 100 g de beurre et remettre dans cette sauce les moules décortiquées et la chair des grenouilles. Saler, poivrer, ajouter de la ciboulette ciselée. Garnir les coquilles d'œuf de cette préparation. Tailler dans 200 g de pâte feuilletée des disques de 7 cm de diamètre sur 4 mm d'épaisseur. Battre les jaunes et badigeonner les coquilles au pinceau ; couvrir chaque œuf d'un disque de pâte et dorer également celui-ci à l'œuf battu. Faire tenir les œufs debout (par exemple dans du papier d'aluminium froissé) et les mettre 10 min au four préchauffé à 220 °C. »

moules marinière → MOULE
sauce marinière → SAUCE

MARIVAUX Nom d'une garniture pour grosses pièces de boucherie rôties, saucées de fond de veau lié et accompagnées, d'une part, de haricots verts au beurre, d'autre part, de croustades ovales en appareil à pommes duchesse, dorées au four et remplies d'une brunoise de carotte, de céleri, de fond d'artichaut et de champignon (fondue au beurre, liée à la béchamel), puis légèrement gratinées avec du parmesan râpé.

MARJOLAINE Plante aromatique de la famille des labiées, originaire d'Asie, également appelée « origan » (voir planche des herbes aromatiques page 561). La marjolaine est surtout employée dans la cuisine méditerranéenne et orientale : pizza, daube à la romaine, sauce tomate, mais aussi brochettes d'agneau grillées, goulache, poisson au four. Elle accompagne les légumineuses et les vinaigrettes. On en tire en outre une huile essentielle très parfumée, utilisée dans l'industrie alimentaire.

MARMELADE Préparation de fruits, laissés entiers ou coupés en morceaux, macérés 24 heures dans du sucre et cuits avec celui-ci jusqu'à avoir la consistance d'une purée (1 kg de sucre pour 1 kg de fruits). Dans une marmelade, les fruits ne sont plus identifiables, à la différence de la confiture. Depuis 1981, une directive européenne réserve la dénomination « marmelade » aux seules préparations à base d'agrumes ; mais, en cuisine ménagère, on peut préparer des marmelades avec tous les fruits.

RECETTE DU *Dictionnaire portatif de cuisine* (1770)

marmelade de jasmin
« Éplucher puis piler finement au mortier 250 g de fleurs de jasmin. Passer la purée au tamis. Faire cuire 750 g de sucre (1,070 au pèse-sirop) et y délayer à chaud la purée de jasmin. Mettre en pots. »

marmelade d'orange
Éplucher 16 grosses oranges et 2 citrons, les peser, les peler en retirant les filaments blancs, les défaire en quartiers. Retirer la partie blanche de la moitié des écorces et couper celles-ci en lamelles très fines. Verser fruits et écorces taillées dans une bassine et ajouter un poids d'eau égal à celui des oranges et des citrons. Laisser tremper 24 heures. Verser le tout dans la bassine à confiture et cuire jusqu'à ce que les fruits s'écrasent facilement. Retirer du feu ; peser un récipient assez grand pour contenir les fruits cuits, y verser ceux-ci, peser le tout, en déduire le poids des fruits et attendre 24 heures. Remettre les fruits dans la bassine à confiture avec un poids égal de sucre, porter à ébullition et cuire 5 ou 6 min. Mettre en pots.

marmelade de pomme
Peler des pommes, les couper en quartiers et les peser. Pour 500 g de pulpe, peser 300 g de sucre cristallisé ; verser les pommes et le sucre dans une bassine à confiture et ajouter 2 cuillerées à soupe d'eau. Cuire doucement jusqu'à ce que les pommes s'écrasent facilement. Les passer au tamis au-dessus d'une terrine. Remettre la purée dans la bassine, porter à ébullition en remuant sans arrêt et cuire jusqu'à ce que la marmelade ait atteint une température de 106 °C (densité 1,2899). Mettre en pots.

marmelade de prune
Dénoyauter des prunes, peser la pulpe et compter 750 g de sucre cristallisé par kilo de pulpe. Mettre les fruits dans une bassine à confiture avec 1 dl d'eau par kilo de fruits ; porter à ébullition et cuire 20 min en remuant à la spatule de bois. Passer les fruits et leur jus au moulin à légumes ; remettre cette purée dans la bassine et ajouter le sucre. Cuire jusqu'à ce que la marmelade nappe la cuillère (104 °C). Mettre en pots.

MARMITE Récipient cylindrique à poignées latérales, muni d'un couvercle, dont la hauteur est au moins égale au diamètre. En raison de sa grande contenance (jusqu'à 50 litres), la marmite est utilisée pour cuire à l'eau de grandes quantités d'aliments (bœuf à la ficelle, coquillages et crustacés, pâtes, pot-au-feu, soupe, etc.). Les cuisines des restaurants et des collectivités utilisent même des marmites dites « à bouillon », d'une telle capacité (de 100 à 500 litres) qu'elles sont munies à la base d'un robinet de vidange. Les marmites sont en terre, en fonte (émaillée ou non), en aluminium, en acier inoxydable ou en cuivre étamé intérieurement. Les plus hautes sont appelées « pot-au-feu », les plus basses, « fait-tout ». La « huguenote » est une marmite en terre montée sur des pieds très bas.

MARMITE NORVÉGIENNE Ustensile de cuisson à double corps, permettant de cuire très lentement les aliments, avec une consommation d'énergie minimale. Le récipient intérieur est une marmite classique, en aluminium ou en acier inoxydable, dont le contenu est d'abord porté à vive ébullition sur une cuisinière ; puis on retire cette marmite du feu et on la place

immédiatement dans un second récipient à double paroi isolante, garnie de liège ou de laine de verre. L'abaissement de la température se faisant très lentement (30 °C en six heures), les aliments continuent à mijoter sans combustible.

MARMITE PERPÉTUELLE (LA) Établissement installé rue des Grands-Augustins, à Paris, à proximité de l'ancien marché de la volaille, et très réputé à la fin du XVIII[e] siècle. On y préparait des chapons et de la viande de bœuf, bouillis dans du consommé, que l'on pouvait manger sur place ou emporter. On dit que le feu ne s'éteignait jamais sous la marmite et que plus de trois cent mille volailles se seraient ainsi succédé dans un bouillon que le propriétaire, Deharme, se contentait de rallonger chaque jour.

MAROC La cuisine marocaine, originale et parfois complexe, a su marier une multitude d'influences : berbère, égyptienne, espagnole, française, juive. Les repas quotidiens sont souvent composés d'un plat unique et copieux, qui peut être une soupe *(harira)* associant viande, ou volaille, ou poisson avec des légumes. Relevés par des mélanges subtils d'épices (ras al-hanout), mijotés pendant des heures dans le tajine ou cuits à la vapeur *(chaoua)*, ceux-ci acquièrent une saveur et un fondant étonnants.

■ **Mille parfums.** Le raffinement de la cuisine marocaine tient notamment aux multiples épices, condiments et aromates qu'elle utilise : ail, anis, cannelle, cantharide, cardamome, carvi, coriandre, cumin, curcuma, eaux de rose ou d'oranger, macis, menthe, noix de muscade, oignon, persil, piment, poivre, réglisse, safran, sésame, thym, etc. Cette cuisine doit aussi beaucoup aux associations de goûts (sucré/salé) : tajine de mouton aux coings et au miel, tajine aux oignons et aux amandes… Les Marocains font par ailleurs un grand usage du citron confit, que l'on retrouve dans de nombreux plats comme le tajine de poulet, aux citrons confits et aux olives.

Sur les côtes, on mange presque tous les jours du poisson (dorade, pageot, rouget, sardine, thon…). Celui-ci est mariné, puis grillé, comme les sardines à la charmoula, ou farci (dorade farcie au riz et aux épices), ou bien encore cuit au four comme la *tagra*. Quant au couscous – parfois servi avec du poisson –, il est généralement garni de viande de mouton ou de volaille, mais souvent de façon plus simple que dans les autres pays du Maghreb : une seule sorte de viande accompagnée de nombreux légumes (comme le couscous *Bidaoui*, qui propose un assortiment de sept légumes – aubergine, carotte, chou, navet, poivron, potiron, tomate) et, parfois, de deux sortes de bouillon.

Au Maroc, l'art de préparer la pâte feuilletée atteint son summum avec la pastilla, qui alterne de très fines couches de pâte feuilletée, des amandes et une farce faite de volaille (pigeon ou poulet) ou de bœuf, hachés et épicés, le tout étant saupoudré de cannelle et de sucre. Fourrée aux amandes avec de la crème pâtissière, la pastilla est également un dessert. Le principe est le même pour les *briouats*, chaussons de pâte feuilletée farcis de viande hachée ou d'amandes et de miel.

■ **Pâtisseries et boissons.** Les pâtisseries marocaines sont moins sirupeuses que celles des autres pays méditerranéens : on y trouve toujours des amandes et du sucre, mais les desserts sont souvent plus secs (corne de gazelle, couscous sucré à la cannelle).

Les boissons les plus appréciées sont les jus de fruits (citronnade, orangeade, jus de pastèque, lait aux amandes ou eau parfumée très légèrement à la fleur d'oranger), sans oublier le thé à la menthe, véritable institution qui rythme la journée et qui est le symbole de l'hospitalité.

■ **Vins.** Colonie romaine dans l'Antiquité, le Maroc était alors un gros producteur de vins, expédiés en grande partie vers Rome. Mais, au début du VIII[e] siècle, le pays s'étant converti à l'islam (qui interdit de consommer des boissons fermentées), les vignobles produisant du vin ne furent plus exploités et on ne conserva que les vignes destinées au raisin de table. Ce n'est qu'au début du XX[e] siècle, après l'établissement du protectorat français, que le vignoble se reconstitua. Aujourd'hui, le Maroc, bien que musulman, consomme la moitié de sa production vinicole, le reste – des vins de coupage – étant exporté vers les pays de l'Union européenne.

La plupart des vins marocains sont rouges ou rosés, le climat convenant mal aux vins blancs, qui ont tendance à madériser. Les agréables vins gris de Boulaouane et d'El Jadida, à la fois secs et fruités, sont considérés comme les meilleurs vins du pays. Tous les vins exportés doivent titrer au moins 11 % Vol.

MAROCAINE (À LA) Se dit de noisettes de mouton ou d'agneau sautées, dressées sur des petits socles de riz pilaf légèrement safrané et nappées d'un déglaçage du fond de cuisson au coulis de tomate. Ce plat est accompagné de courgettes en dés sautées à l'huile et, éventuellement, de poivrons farcis de volaille et braisés.

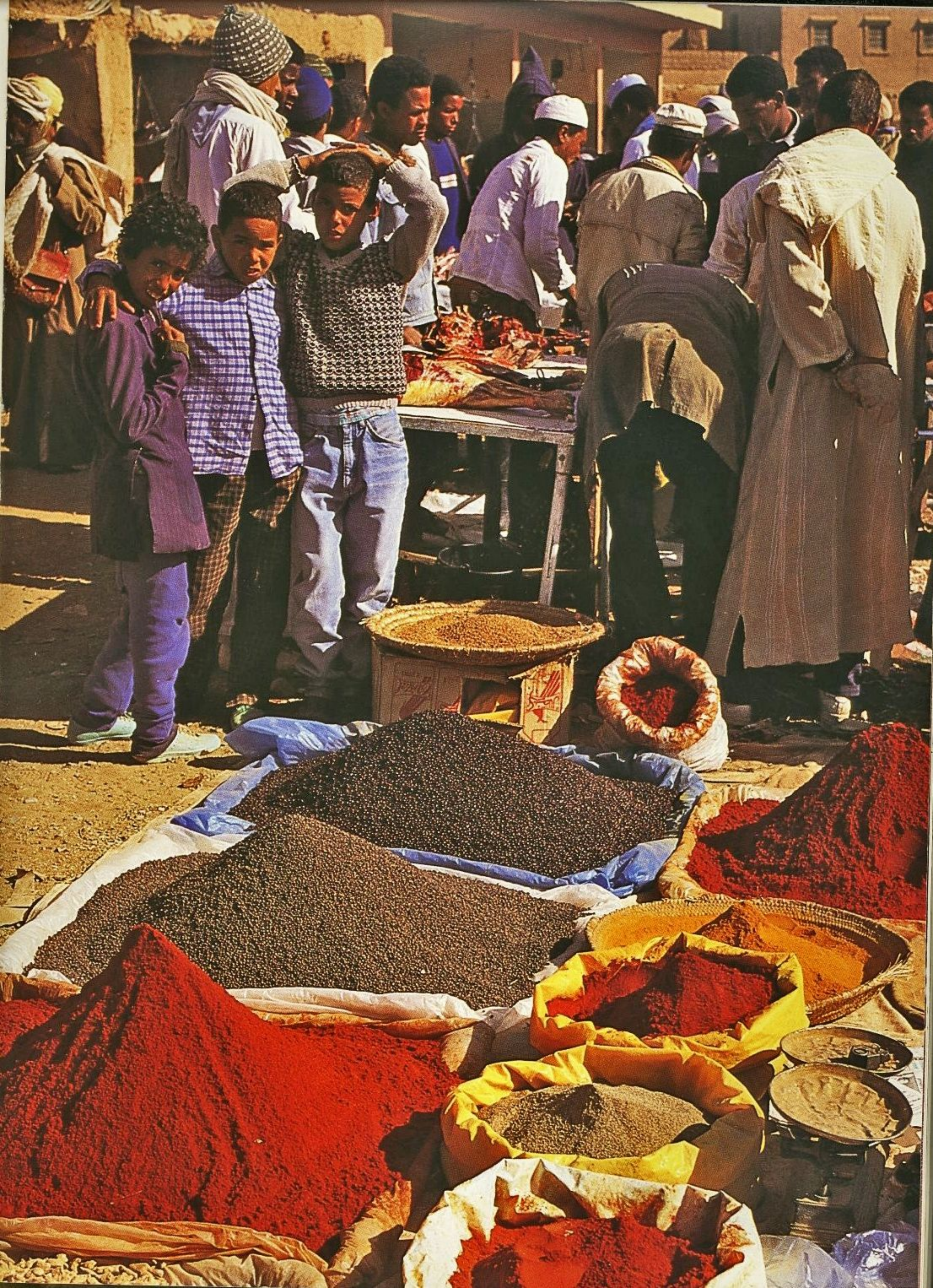
MAROILLES Fromage AOC de lait de vache (45 à 50 % de matières grasses) à pâte molle et à croûte lavée, rouge-orangé, lisse et brillante (voir tableau des fromages français page 495). Le maroilles est produit dans le Nord, dans les arrondissements de Laon, Vervins, Avesnes-sur-Helpe et Cambrai, et il est affiné quatre mois en cave humide.

Souple et onctueux, ce fromage a un fort bouquet et une saveur corsée. Le sorbais, le mignon et le quart de maroilles sont des fromages apparentés.

MARQUER Réunir et disposer dans un ustensile de cuisson tous les ingrédients nécessaires à la confection d'un mets. Ainsi, la préparation d'une mirepoix, d'une part, et la réunion, d'autre part, d'un corps gras, de farine, de concentré de tomate et d'un liquide de mouillement permettent de « marquer » une sauce tomate. Marquer une pièce à braiser, c'est la placer dans un récipient graissé, foncé de couennes, de carottes et d'oignons.

▶

Maroc. Souk de Tinezouline.
Dans la vallée du Draa, au sud du pays, les marchés regorgent d'olives, d'épices parfumées.



MARQUISE Nom de divers desserts, qui doivent sans doute leur nom au raffinement qui les caractérise. La marquise au chocolat est un entremets, intermédiaire entre la mousse et le parfait ; à base de chocolat, de beurre très fin, d'œufs et de sucre, elle est moulée à froid et se sert avec une crème anglaise à la vanille ou avec une chantilly. Les marquises sont aussi des sortes de granités, généralement à la fraise, à l'ananas ou au kirsch, que l'on additionne, au moment de servir, d'une chantilly très ferme. On appelle également « marquise » soit une dacquoise au chocolat, soit une génoise (ou un biscuit aux amandes) fourrée de crème pâtissière au chocolat et glacée au fondant au chocolat.

Enfin, la marquise était autrefois une boisson rafraîchissante, faite de vin blanc ou de champagne sucré et additionné d'eau de Seltz, que l'on servait glacée avec des tranches de citron très fines.

cerises déguisées dites « marquise » → CERISE

marquise au chocolat
Casser en petits morceaux 250 g de chocolat noir et le faire fondre tout doucement à couvert au bain-marie. Faire fondre d'autre part 175 g de beurre sans le laisser colorer. Séparer les blancs et les jaunes de 5 œufs ; ajouter aux jaunes 100 g de sucre semoule et travailler le mélange au fouet jusqu'à ce qu'il blanchisse et mousse ; lui incorporer le chocolat et le beurre fondus ; bien mélanger le tout. Fouetter les 5 blancs d'œuf en neige très ferme, avec 1 pincée de sel, et les ajouter délicatement à la préparation au chocolat. Passer sous l'eau froide un moule à manqué (ou à charlotte) et y verser la préparation, en tassant bien. Mettre 12 heures dans le réfrigérateur avant de démouler.

MARRON Fruit du châtaignier, arbre de la famille des fagacées, enfermé dans une bogue épineuse. Quand ce fruit ne contient qu'une graine (lobe) et n'est pas cloisonné, il s'agit d'un marron. Quand le fruit contient plusieurs graines et qu'il est cloisonné (plusieurs lobes), on parle de « châtaigne » (voir ce mot). Les « marrons » proviennent en fait de variétés améliorées de châtaigniers. Déjà très appréciés des Romains, ils furent longtemps la nourriture de base dans certaines régions montagneuses. Châtaignes et marrons sont aujourd'hui produits dans l'Ardèche, la Dordogne, la Lozère et la Corse, et importés d'Espagne et d'Italie.

■ **Emplois.** Énergétiques et nourrissants (199 Kcal pour 100 g), les marrons sont riches en glucides, en potassium, en vitamines C et B. À l'achat (surtout en décembre et en janvier), ils doivent être lourds, durs et brun luisant. On trouve aussi des conserves au naturel, des marrons entiers surgelés et de la purée de marron sucrée ou nature (voir CRÈME DE MARRON). Une fois épluchés, ils sont braisés, étuvés au beurre ou cuits dans du lait ; on peut aussi les faire griller à la poêle.

Les châtaignes sont surtout utilisées pour la fabrication de la crème de marron, de la purée en conserve, de la farine et des confitures. Les marrons sont réservés aux emplois « nobles » (conserves de marrons entiers au naturel, marrons glacés). En cuisine, ils s'emploient dans des recettes régionales et accompagnent de nombreux plats d'hiver, surtout la volaille et le gibier, dans la farce ou comme garniture. Enfin, ils jouent un rôle important en pâtisserie et en confiserie.

marrons frais : épluchage
Avec un couteau pointu, fendre, sur le côté bombé des marrons, à la fois l'écorce dure et l'enveloppe molle située juste au-dessous. Disposer ensuite les fruits sur une plaque contenant très peu d'eau, et les mettre 8 min dans le four préchauffé à 250 °C. Les sortir et les éplucher tant qu'ils sont encore chauds. On peut également les plonger, une fois fendus, 2 ou 3 min dans de l'huile très chaude, ou encore les mettre, toujours fendus, 5 min dans de l'eau bouillante. On peut aussi éplucher à cru leur première écorce, puis les plonger dans une eau légèrement salée et les faire bouillir 20 min : la seconde peau s'enlève alors facilement et les marrons peuvent se déguster tels quels, nature, ou se traiter en cuisine comme des légumes blanchis.

barquettes aux marrons → BARQUETTE
bûche aux marrons → BÛCHE DE NOËL
charlotte aux marrons → CHARLOTTE
compote de marron → COMPOTE
confiture de marron → CONFITURE
croquembouche de marron → CROQUEMBOUCHE
croquettes de marron → CROQUETTE
dindonneau rôti farci aux marrons → DINDE, DINDON ET DINDONNEAU
mousse de lièvre aux marrons → MOUSSE
soufflé Mont-Bry aux marrons → SOUFFLÉ
vacherin glacé aux marrons → VACHERIN

MARRON GLACÉ Marron confit au sucre, consommé en friandise ou utilisé en pâtisserie. Triés, décortiqués, lavés, cuits et épluchés, les marrons sont plongés dans un sirop vanillé. Ils sont ensuite arrosés pendant quarante-huit heures, nuit et jour, avec des sirops de sucre de plus en plus concentrés, à des températures croissantes. Ils sont enfin refroidis et glacés, c'est-à-dire enrobés d'une pellicule de sucre qui leur donne un vernis brillant, puis conditionnés.

RECETTE DE *LA MAISON DU CHOCOLAT*, À PARIS

gâteau aux marrons et au chocolat
« Couper une génoise au chocolat en trois abaisses. Porter à ébullition pendant 3 min 2 dl d'eau avec 150 g de sucre ; hors du feu, ajouter 1 cuillerée à soupe de rhum. Imbiber les trois abaisses de ce sirop, refroidi. Porter à ébullition 1 1/2 dl de lait ; y verser 250 g de chocolat amer râpé et remuer jusqu'à

▶

Gâteau aux marrons et au chocolat
Recette de la Maison du chocolat



ce que le mélange soit lisse et onctueux. Ajouter 25 g de beurre, puis 250 g de crème fleurette montée en chantilly. Napper la première abaisse de génoise de cette mousse au chocolat. Laisser un peu durcir et couvrir de la deuxième abaisse. Mélanger 200 g de pâte de marron avec 50 g de beurre mou. Battre vivement et incorporer 1 cuillerée à soupe de rhum flambé, puis 300 g de crème fleurette montée en chantilly. À l'aide d'une palette, étaler cette mousse aux marrons sur le biscuit. Disposer 75 g de débris de marrons glacés dans la mousse et recouvrir avec la troisième abaisse. Mettre le gâteau 1 heure au réfrigérateur. Porter à ébullition 2 dl de lait avec 20 g de sucre. Ajouter 150 g de chocolat amer râpé, puis 25 g de beurre. Bien mélanger et laisser tiédir. Recouvrir le gâteau de cette ganache, décorer de quelques marrons glacés et réserver au frais. »

sabayon au rhum et aux marrons glacés → SABAYON

MARSALA Vin de dessert, le plus connu des vins de liqueur italiens, produit aux alentours de Marsala, port situé à la pointe occidentale de la Sicile. Le marsala est fait avec un vin blanc aromatique, le passito, auquel on ajoute de l'eau-de-vie. On obtient ainsi le marsala *vergine*, qui est blanc, très sec, et titre 17 ou 18 % Vol. Plus ou moins additionné de sirop de raisin, qui lui donne une teinte brune et un goût de caramel, il devient *superiore* ou *italia*, selon sa douceur. Il est aussi utilisé en cuisine (piccata de veau, sabayon).

MASCOTTE Gâteau composé d'une génoise imbibée de kirsch ou de rhum, fourrée de crème au beurre pralinée (ou parfumée au café), puis masquée de la même crème et recouverte de pralin ou d'amandes effilées, caramélisées ou grillées.

MASCOTTE (À LA) Nom d'une garniture pour petites pièces de boucherie et volailles sautées, composée de pommes cocotte et de fonds d'artichaut escalopés, avec quelques lamelles de truffe et, parfois, des petites tomates étuvées entières. La sauce s'obtient par déglaçage au vin blanc et au fond de veau lié.

MASKINONGÉ Nom amérindien de la plus grande espèce de brochet, propre aux lacs du Canada (notamment au Québec, dans l'Ontario et le Manitoba). De couleur variable, le maskinongé arbore toujours de légères rayures. Extrêmement combatif, il constitue une prise de choix pour les pêcheurs, qui le gardent pour leur consommation personnelle.

MASQUER Couvrir entièrement un plat, en une couche lisse, d'une préparation assez consistante, sucrée ou salée. On masque aussi le fond d'un plat avec une préparation ou des ingrédients divers que l'on étale régulièrement.

MASSE Appareil ou pâte servant à la réalisation d'une pâtisserie. On prépare ainsi une « masse meringuée » pour confectionner un vacherin. Parmi les « masses à biscuit », certaines sont travaillées à chaud (génoise), d'autres à froid (biscuit roulé, biscuit de Savoie).

MASSÉNA Nom d'un apprêt de tournedos ou de noisettes d'agneau sautés, déglacés à la sauce Périgueux, accompagnés de fonds d'artichaut et garnis de lames de moelle de bœuf pochées.

Les fonds d'artichaut servent aussi de support pour les œufs mollets ou pochés Masséna, saucés de béarnaise et surmontés également d'une lame de moelle.

▶ Recette : BŒUF.

MASSENET Nom d'une garniture pour grosses et petites pièces de boucherie, composée de pommes Anna cuites dans des moules à dariole, de petits artichauts remplis d'un salpicon de moelle et de haricots verts au beurre ; la sauce est le fond de cuisson de la pièce ou une demi-glace au madère.

Le patronyme du célèbre compositeur français baptise également divers apprêts d'œufs, garnis de pointes d'asperge et de fonds d'artichaut.

▶ Recette : ŒUF BROUILLÉ.

MASSEPAIN Petite confiserie à base d'amandes pilées, de sucre et de blancs d'œuf, colorée, aromatisée et façonnée diversement, en général glacée au sucre ou pralinée.

Le massepain a peut-être été mis au point par des religieuses, les ursulines d'Issoudun. Dispersées pendant la Révolution, celles-ci ouvrirent alors une pâtisserie dans la ville. Au milieu du XIX[e] siècle, la renommée des massepains d'Issoudun gagna la cour de Russie, les Tuileries et même le Vatican (Napoléon III et Pie IX en étaient friands). Balzac en fit l'éloge dans *la Rabouilleuse*, dont l'action se passe à Issoudun.

On appelle également « massepains » des petits articles de confiserie à base de pâte d'amande, colorée et moulée en forme de fruits, de légumes et de sujets divers, qui constituent une spécialité dans la région d'Aix-en-Provence, de même qu'en Castille, en Sicile et en Allemagne.

massepains

Piler au mortier 250 g d'amandes douces et 2 ou 3 amandes amères mondées en les mouillant de temps en temps avec un peu d'eau froide. Les mettre dans un poêlon en cuivre avec 500 g de sucre en poudre, 1 pincée de vanille en poudre et quelques gouttes d'eau de fleur d'oranger. Faire dessécher sur feu doux, en remuant avec une cuillère de bois. Remettre la pâte dans le mortier et la broyer de nouveau au pilon. La poser sur un marbre et la travailler à la main pour la lisser en y incorporant une petite poignée de sucre fin passé au tamis de soie. L'abaisser sur une épaisseur de 2 cm ; la placer sur du pain azyme et la découper à l'emporte-pièce. Ranger les motifs sur une plaque garnie d'une feuille de papier sulfurisé et laisser sécher à four très doux (120 °C).

RECETTE DU *CONFITURIER ROYAL*

massepains communs

« Prenez 3 livres d'amandes douces et pelez-les dans de l'eau chaude ; égouttez-les et essuyez-les ; après quoi, vous les pilez dans le mortier de marbre, en les arrosant de temps en temps de blanc d'œuf, afin qu'elles ne deviennent point en huile. Quand elles seront parfaitement bien pilées, vous clarifierez 1 livre et demie de sucre que vous ferez cuire à la plume ; ensuite, vous jetterez vos amandes dedans et incorporerez le tout ensemble avec la gâche ou spatule, frottant au fond et partout avec soin, de peur qu'il ne s'attache à la poêle (poêlon), quoique hors du feu. Vous connaîtrez que votre pâte sera faite en touchant du revers de la main, si rien ne s'y attache. Alors vous tirerez de la poêle et la mettrez sur une planche, y poudrant du sucre en poudre, dessus et dessous, et la laisserez reposer et refroidir. Pour la travailler, vous en étendrez des abaisses d'une épaisseur raisonnable, sur lesquelles vous découperez vos massepains avec des moules, les faisant bomber doucement du bout du doigt sur les feuilles de papier, pour les faire cuire. On ne leur donne le feu que d'un côté et on les glace ensuite de l'autre, que l'on fait cuire de même. Il s'en fait de longs, d'ovales, de ronds, de frisés, en cœur, etc. »

MASSIALOT (FRANÇOIS) Cuisinier français (1660 - 1733). Officier de bouche de personnages illustres (le frère du roi, les ducs de Chartres, d'Orléans et d'Aumont, le cardinal d'Estrées et le marquis de Louvois, entre autres), il publia anonymement, en 1691, *le Cuisinier royal et bourgeois ;* son nom n'apparut que lors de la réédition de l'ouvrage, en 1712. On lui doit également une *Instruction nouvelle pour les confitures, les liqueurs et les fruits* (1692). Ces deux ouvrages, peu connus du public, mais tenus en très haute estime par les cuisiniers professionnels du XVIIIe siècle, exercèrent une influence certaine sur l'évolution de la cuisine. On peut retenir, parmi les recettes de Massialot, une poularde aux olives vertes et aux fines herbes, une hure de saumon en ragoût au vin blanc, avec du verjus, des câpres et des champignons, ainsi que des « benoiles » (pets-de-nonne parfumés à l'eau de fleur d'oranger et servis très chauds, poudrés de sucre).

MATAFAN OU **MATEFAIM** Grosse crêpe épaisse et nourrissante, sucrée ou salée, que l'on confectionne en Bourgogne, en Bresse, dans le Lyonnais, en Franche-Comté, en Savoie et dans le Dauphiné. Son nom vient de l'espagnol *mata hambre*, « tue la faim ».

matafan bisontin

Délayer dans du lait 5 cuillerées à soupe de farine, 1 œuf entier et 2 jaunes d'œuf, un peu de sucre en poudre, 1 pincée de sel et 1 cuillerée à café d'huile de faine. Parfumer cette pâte au kirsch et la laisser reposer 1 heure à la température ambiante. Faire fondre un peu de beurre dans une poêle ; lorsqu'il est bien chaud, y verser de la pâte et la laisser s'étendre en inclinant rapidement la poêle dans tous les sens pour éviter qu'elle ne colle. Quand la crêpe est cuite d'un côté, la retourner et faire dorer l'autre côté.

matefaim savoyard

Préparer une pâte à crêpes avec 125 g de farine, 2 dl de lait, 4 œufs entiers, du sel, du poivre et un peu de muscade râpée. Incorporer alors 1 cuillerée à soupe de beurre fondu. Faire fondre 20 g de beurre dans une poêle épaisse et y verser la pâte en inclinant la poêle rapidement dans tous les sens pour éviter qu'elle ne colle. Cuire doucement jusqu'à ce que le dessus de la crêpe ne coule plus. La retourner dans une tourtière beurrée, la parsemer largement de gruyère râpé et mettre 5 min au four préchauffé à 280 °C.

MATÉ Arbrisseau originaire d'Amérique du Sud, appelé « houx du Paraguay » et « yerba mate ». Ses feuilles séchées, torréfiées et pulvérisées donnent, en infusion, une boisson tonique, riche en caféine, qui porte aussi le nom de « maté », ou « thé des Jésuites ».

Cette infusion, largement consommée au Brésil et plus encore en Argentine, est parfois parfumée avec du citron, du lait ou de l'alcool.

MATELOTE Étuvée de poisson (généralement d'eau douce : anguille, carpe, brocheton, truite, alose, barbeau) préparée au vin rouge ou au vin blanc avec des aromates. La matelote est une recette courante dans les pays de la Loire et du Rhône, en Languedoc et en Aquitaine, jusqu'à Hendaye. Divers apprêts régionaux en sont des savoureuses : bouilleture, catigot, meurette, pochouse. Il existe aussi une matelote de poissons de mer, apprêt typique du littoral normand, qui se prépare avec du turbot, du grondin, du congre, de la barbue, etc. ; elle est d'abord flambée au calvados, puis cuite au cidre, liée au beurre et additionnée de crevettes et de moules ou d'huîtres.

Par extension, le mode de préparation en matelote (à l'origine, « plat de matelots ») concerne aussi la cervelle, le sauté de veau et les œufs durs ou pochés. Les matelotes ont généralement pour garniture des petits oignons, des champignons et des lardons, parfois des écrevisses au court-bouillon, et des croûtons frits.

cœur de bœuf en matelote → CŒUR

matelote d'anguille à la meunière

Dépouiller 1 kg d'anguilles et les couper en tronçons. Les faire raidir avec 60 g de beurre, puis les flamber avec 1 verre à liqueur de marc. Ajouter 2 oignons, 1 branche de céleri et 1 carotte, épluchés et finement émincés. Mouiller de 1 litre de vin rouge. Saler et ajouter 1 bouquet garni, 1 gousse d'ail épluchée et écrasée, 1 clou de girofle, 4 ou 5 grains de poivre,

du sel. Porter à ébullition et maintenir celle-ci très doucement 20 min. Préparer 24 petits oignons glacés et les tenir au chaud, puis dorer dans du beurre 250 g de champignons émincés. Quand les tronçons d'anguille sont cuits, les égoutter et les tenir au chaud. Passer la cuisson au mixeur et la lier avec 1 cuillerée à soupe de beurre manié. Remettre le poisson dans la sauce, ajouter les champignons et laisser mijoter 5 min. Faire frire 12 petits croûtons. Verser la matelote dans un plat creux, ajouter les oignons glacés et garnir de croûtons frits. On peut ajouter au moment de servir une vingtaine de petits lardons blanchis et dorés au beurre.

RECETTE DE PAULE CASTAING

matelote Charles-Vanel

« Tuer, dépouiller, ébarber et tronçonner 2,5 kg d'anguilles du Rhône. Préparer une mirepoix fine (oignon, blanc de poireau, céleri, carotte, ail) ; la faire revenir à l'huile d'olive. Mouiller de 2 litres de très bon vin rouge plutôt épais. Ajouter les têtes et les parures des anguilles, 1 bouquet garni et si possible quelques arêtes de poisson d'eau douce, et faire réduire de moitié. Cuire 25 min. Passer ce fond sur les tronçons d'anguille, saler, poivrer et cuire 10 min à forts bouillons. Sortir les tronçons d'anguille. Les ranger dans un plat et réserver au chaud. Réduire le fond de cuisson de moitié. Préparer une garniture de petits oignons, cuits et glacés, de lardons grillés et de têtes de champignon. Tenir au chaud. Dans une casserole à fond épais, réduire à sec deux grands verres du vin déjà utilisé. Verser dessus le fond d'anguille. Lier avec 50 g de beurre et 3 filets d'anchois dessalés réduits en purée. Bien remuer la sauce, sans laisser bouillir. En napper les tronçons d'anguille et disposer la garniture autour du plat. Décorer de croûtons frits légèrement aillés et d'écrevisses troussées. »

matelote de poissons à la canotière

Beurrer un plat à sauter et le tapisser de 150 g d'oignons émincés et de 4 gousses d'ail écrasées. Y disposer 1,5 kg de poissons de rivière (carpe, anguille, etc.) détaillés en morceaux de même grosseur, avec 1 gros bouquet garni ; mouiller de 1/2 litre de vin blanc sec et 1/2 litre de fumet de poisson. Porter à ébullition. Ajouter 5 cl de cognac, faire flamber. Couvrir et pocher 25 min à feu doux. Égoutter les morceaux de poisson. Les mettre dans une autre sauteuse ; ajouter 125 g de petits champignons cuits et 125 g de petits oignons glacés. Réduire des deux tiers le bouillon de cuisson des poissons, le lier de beurre manié et finir avec 150 g de beurre. En mouiller le poisson et faire mijoter doucement. Dresser la matelote dans un grand plat rond et creux. Garnir éventuellement d'écrevisses cuites au court-bouillon et servir avec du riz, à part.

sauce matelote → SAUCE

MATIÈRE GRASSE Corps gras alimentaire utilisé en cuisine et en pâtisserie comme graisse de cuisson, condiment ou assaisonnement, comme ingrédient de base ou complémentaire, ou encore comme moyen de conservation.

• CORPS GRAS SOLIDES. Ils comprennent le beurre, corps gras « noble » par excellence mais inadapté à la friture, la margarine et les graisses végétales qui, elles, supportent les hautes températures.

Parmi les graisses animales, également solides, on emploie surtout le saindoux et le lard, notamment comme corps gras de cuisson ; la graisse de veau sert d'ingrédient pour nombre de farces et apprêts de cuisine ; les graisses de rognon de bœuf et de mouton, appréciées en Grande-Bretagne, ont des emplois plus limités ; la graisse d'oie, d'importance régionale, convient pour les confits, mais aussi pour les ragoûts, les sautés et les grillades.

• CORPS GRAS LIQUIDES. Ils comprennent principalement les huiles extraites de la cacahouète, de l'olive, de la noix, du colza, de l'œillette, du sésame, etc.

Ces huiles interviennent soit comme graisse de cuisson (en particulier pour les fritures lorsqu'elles le supportent), soit comme condiment, ou comme agent de conservation.

La crème fraîche, enfin, s'emploie surtout comme ingrédient et condiment.

■ **Choix.** Certaines matières grasses ne s'utilisent que cuites (saindoux, Végétaline), d'autres connaissent des emplois crus ou cuits (beurre, huiles), d'autres enfin ne supportent aucune cuisson (huile de noix ou d'amande).

Le choix d'un corps gras dépend bien sûr d'abord de son goût (l'huile de noix, la graisse d'oie, le beurre frais confèrent une saveur particulière à l'apprêt cuisiné), mais aussi de sa température de décomposition (de 130 °C pour le beurre jusqu'à 220 °C pour l'huile d'arachide).

Diverses matières grasses sont liées à des traditions culinaires bien précises : beurre de karité en Afrique, huile de sésame en Asie, smeun en Afrique du Nord, ghee en Inde, graisse de rognon de bœuf en Grande-Bretagne. Par ailleurs, les matières grasses sont également des composants importants de certains aliments (**voir** LIPIDES).

En cuisine, les apprêts sont dits « au gras » quand ils contiennent des éléments carnés, et « au maigre » lorsqu'ils sont à base de poisson ou de légumes.

MATIGNON Fondue de légumes préparée au gras ou au maigre (avec ou sans jambon), employée comme garniture aromatique dans divers apprêts braisés ou poêlés.

Le mot désigne aussi une garniture pour pièces de boucherie, composée de fonds d'artichaut farcis de fondue de légumes, poudrés de chapelure et gratinés, accompagnés de laitues braisées, avec parfois une sauce au madère ou au porto.

▶
Matelote de poissons à la canotière



appareil à matignon
Pour un appareil au maigre, éplucher et tailler en paysanne 125 g de rouge de carotte, 50 g de céleri-branche et 25 g d'oignon. Les faire étuver doucement au beurre. Saler, ajouter 1 brindille de thym, 1/2 feuille de laurier, 1 pincée de sucre. Quand les légumes sont bien fondus, verser 1 dl de madère et faire réduire à sec. Pour un appareil au gras, ajouter à la préparation précédente 100 g de maigre de jambon cru détaillé en petits dés.

filet de bœuf à la matignon → BŒUF

MATURATION Transformation lente que subit un produit brut ou élaboré pour pouvoir être consommé ou donner lieu à une fabrication ultérieure.

La maturation d'une viande de boucherie ou d'un gibier consiste à les laisser attendre pendant un certain temps : la chair qui vient d'être abattue passe ainsi de l'état de viande « pantelante » (encore chaude) à celui de viande « rigide », puis à celui de viande « rassise », plus tendre et plus savoureuse, les nerfs étant détendus et les muscles relâchés. Cette transformation prend également le nom de « mortification » (voir FAISANDAGE). Elle s'effectue dans un endroit frais et aéré, et dépend surtout de la température ambiante. La viande de bœuf, par exemple, demande théoriquement une maturation de trois à quatre semaines à -1,5 °C, quinze jours à 0 °C, deux jours à 20 °C ou un jour à 43 °C. En pratique, cette opération s'effectue en chambre froide à 2 °C pendant cinq ou six jours, mais une maturation à l'air libre de quelques jours en été, d'une semaine en hiver, produit les mêmes effets.

La maturation des fromages correspond à la dernière phase de leur fabrication, après la coagulation et l'égouttage (voir AFFINAGE).

MAULTASCHEN Gros raviolis allemands, originaires de la Souabe, farcis à la viande et aux épinards, relevés de marjolaine, de muscade et d'oignon, et pochés dans un bouillon de viande. Les Maultaschen constituent le plat traditionnel du vendredi. Ils garnissent une soupe de légumes, avec de la ciboulette et des oignons rissolés, ou un pot-au-feu. On les sert aussi soit gratinés sous une couche d'oignons sautés, soit rissolés avec de la chapelure, à la sauce tomate, ou encore en garniture d'omelette.

MAURESQUE Boisson du sud de la France, préparée avec un mélange de sirop d'orgeat (amandes broyées dans de l'eau, fleurs d'oranger et sucre) et de pastis.

MAURY Vin AOC doux naturel, issu pour au moins 50 % de grenache noir et souvent vinifié par longues macérations, qui, en vieillissant, exhale des arômes de cacao, de café et de fruits cuits (voir ROUSSILLON).

MAUVE Plante de la famille des malvacées, très commune dans les champs, les haies et sur les bords des chemins. Il en existe une vingtaine d'espèces, répandues dans le monde entier. En France, la variété la plus connue est la grande mauve, qui peut atteindre 1 m de haut. On utilise ses fleurs et ses feuilles, qui contiennent un abondant mucilage aux propriétés émollientes et pectorales, notamment en infusion ; elle entre dans la composition de la tisane des quatre-fleurs.

MAXIM'S Restaurant de la rue Royale, à Paris. L'établissement fut créé en 1893 par Maxime Gaillard, qui travaillait dans un café voisin, et son ami Georges Everaert. Grâce à l'appui financier du président du syndicat des distillateurs, d'un boucher et d'un marchand de champagne, les deux hommes en firent un café-glacier à l'enseigne de *Maxim's et George's*.

Le cuisinier et le maître d'hôtel de Maxime Gaillard, Henri Chauveau et Eugène Cornuché, lui succédèrent. Ce dernier, qui avait fait ses classes chez *Durand*, place de la Madeleine, amena au *Maxim's* – à la suite de Max Lebaudy, richissime industriel du sucre –, une clientèle de snobs qui avaient déjà leurs habitudes dans l'immeuble, où le Club de la rue Royale occupait le premier étage.

Le local fut remis à neuf dans le goût « modern style » et devint le rendez-vous des milliardaires, des princes et des chanteurs d'opéra. Les plus célèbres « cocottes » de 1900 trônèrent dans l'« omnibus », petite salle surnommée « le saint des seins », où seuls étaient admis les *happy few*.

Racheté en 1907 par une société anglaise, puis, après la Première Guerre mondiale, par Oscar Vaudable, et enfin par le couturier Pierre Cardin dans les années 1980, *Maxim's* poursuit une carrière brillante. Chaque jeudi (sauf le dernier ou les deux derniers de chaque mois) s'y déroulent les déjeuners du club des Cent.

Plusieurs plats illustres ont été créés au *Maxim's* par de grand chefs : la selle d'agneau Belle Otéro, le soufflé Rothschild et les filets de sole Albert (dédiés au maître d'hôtel Albert Blazer, qui y régna pendant cinquante ans).

MAYONNAISE Sauce émulsionnée froide, à base de jaune d'œuf et d'huile, auxquels on ajoute du vinaigre, du sel, du poivre et de la moutarde.

Certains en attribuent l'invention au duc de Richelieu, qui, ayant pris aux Anglais et aux Prussiens Port-Mahon (île de Minorque) le 28 juin 1756, aurait baptisé « mahonnaise » cette sauce qu'il fut (lui ou son cuisinier) le premier à réaliser.

D'autres assurent que son nom est lié à celui de la ville de Bayonne, dont elle aurait été une spécialité.

Le cuisinier Antonin Carême, quant à lui, prétend que le terme dérive du verbe « manier » et l'appelle la « magnonnaise » ou « magnionnaise ». Enfin, Prosper Montagné suggère que le mot « est une déformation populaire de *moyeunaise*, dérivant du très vieux mot français *moyeu* signifiant jaune d'œuf ».

Des ingrédients complémentaires, incorporés dans une mayonnaise simple, permettent d'obtenir une gamme très variée de sauces dérivées : andalouse, italienne, tartare, verte, cambridge, indienne.

Pour que l'émulsion soit réussie, tous les ingrédients doivent être à la même température ; certains suggèrent de laisser reposer quelques minutes le jaune dans

la moutarde avant d'ajouter l'huile. On peut éventuellement remonter une mayonnaise tournée en lui incorporant petit à petit un nouveau jaune d'œuf, un peu de moutarde, quelques gouttes de vinaigre ou d'eau. On ne la réserve jamais dans le réfrigérateur, mais dans un endroit frais.

La mayonnaise est servie en saucière pour accompagner des mets froids ; elle peut aussi être employée comme élément de décor (dressée à la poche à douille cannelée) ou encore comme assaisonnement, par exemple dans la salade russe et les macédoines salées que l'on appelle parfois aussi par extension « mayonnaises » (voir COCKTAIL). Collée à la gelée, elle sert à napper et à enrober des articles froids, ou à lier une salade.

RECETTE D'ANTONIN CARÊME

magnonnaise

« Mettez dans une moyenne terrine placée sur de la glace pilée deux jaunes d'œuf frais, un peu de sel et de poivre blanc et un peu de vinaigre à l'estragon. Remuez promptement ce mélange avec une cuillère de bois et, dès qu'il se lie, vous y mêlez peu à peu une cuillerée à bouche d'huile d'Aix et un peu de vinaigre, en ayant soin de frotter la sauce contre les parois de la terrine. De ce frottement réitéré dépend la blancheur de la sauce magnonnaise. À mesure qu'elle prend du volume, vous mettez plus d'huile, plus de vinaigre à la fois et un peu de gelée d'aspic en la commençant. Il est essentiel d'en mettre peu à la fois, afin d'éviter qu'elle ne se décompose. À mesure que cette sauce arrive à sa perfection, elle prend du corps et du velouté. Vous devez employer pour sa confection deux verres d'huile, un demi-verre de gelée d'aspic et du vinaigre à l'estragon en suffisante quantité, afin de la rendre d'un goût appétissant et relevé. »

mayonnaise classique

Réunir dans un saladier (qui ne soit ni en argent, ni en cuivre, ni en cuivre étamé) 4 ou 5 jaunes d'œuf, selon leur grosseur, 2 cuillerées à soupe de moutarde blanche, quelques gouttes de vinaigre non coloré, du sel fin, du poivre de Cayenne ou du poivre blanc. Bien mélanger au fouet tous ces ingrédients, qui doivent être à température ambiante. Incorporer de l'huile, également à température ambiante, en filet, en fouettant énergiquement. On ajoute souvent en cours de réalisation quelques gouttes de vinaigre, de citron ou d'eau pour rompre la consistance parfois trop ferme et éviter que la mayonnaise ne tourne. On peut ensuite l'aromatiser.

mayonnaise collée

Préparer 1 dl de gelée de viande et la laisser refroidir. Avant qu'elle ne se solidifie, lui ajouter au fouet 2,5 dl de mayonnaise. Employer la sauce avant qu'elle ne prenne. Elle peut être aromatisée comme la mayonnaise classique.

MAZAGRAN Tasse haute, de forme conique, dans laquelle on sert le café et certains entremets glacés. À l'origine, le café servi dans un mazagran était froid, additionné d'eau-de-vie ou de rhum, et présenté avec des glaçons et une paille.

MAZAGRAN (ENTRÉE) En cuisine classique, petite entrée chaude, faite d'une tartelette en appareil à pommes duchesse, remplie d'un hachis ou d'un salpicon, comme ceux des bouchées, croustades et rissoles, et recouverte de pommes duchesse avec une poche à douille cannelée ; les mazagrans, cuits à four chaud, sont démoulés et servis avec une sauce correspondant à leur garniture. Les grands mazagrans se préparent dans un moule à manqué.

MAZARIN Gâteau composé de deux fonds à dacquoise séparés par une couche de mousse pralinée. Autrefois, le mazarin était une génoise très épaisse, évidée au centre en cône, puis garnie de fruits confits au sirop, et recouverte du cône renversé et glacé au fondant ; le gâteau était décoré de fruits confits. Par ailleurs, au XIXe siècle, le cuisinier Jules Gouffé baptise « mazarin » un gâteau en pâte levée, fourré d'une crème au beurre additionnée de petits dés de cédrat confit.

MAZARINE (À LA) Se dit de petites pièces de boucherie garnies de champignons de Paris et de fonds d'artichaut emplis d'une jardinière de légumes étuvée au beurre, ainsi que de croquettes de riz ornées de quenelles.

MÉCHOUI Plat de festin maghrébin, et plus généralement arabe, dont la cuisson est traditionnellement surveillée par les hommes. Le méchoui traditionnel est constitué par un agneau ou un mouton entier, vidé, condimenté intérieurement et rôti en plein air à la broche au-dessus des braises d'un feu de bois. Ce mets (*kharouf machwi* en arabe) est également préparé avec un petit chameau, une gazelle ou un mouflon.

méchoui

Choisir un agneau gras de 1 an au maximum. Le dépouiller en laissant la tête attachée. Fendre le ventre, dans le sens de la longueur, sur 30 cm environ, à la hauteur des reins : vider l'animal par cette ouverture, en retirant les viscères, à l'exception des rognons. Laver l'intérieur, puis le saler avec une poignée de sel fin, y introduire 250 g de beurre, un peu de poivre et quelques oignons hachés menu, ou bien un gros bouquet de menthe fraîche, de thym et de romarin. Refermer l'ouverture en la maintenant avec une brochette de bois placée en oblique. Enduire l'agneau de beurre fondu, le saler, le poivrer et l'embrocher de la tête à la queue sur une perche bien pointue, assez longue pour dépasser largement des deux côtés. Attacher les pattes avant le long du cou avec un morceau de boyau ; étirer celles de l'arrière le long de la broche et les maintenir également avec du boyau. Creuser dans le sol une fosse longue de 1 m

et profonde de 50 cm environ ; y allumer du feu, en prévoyant une réserve de bois suffisante pour alimenter toute la cuisson. Enfoncer à chaque extrémité un chevalet de bois en X et placer l'agneau embroché au-dessus de la fosse. Le faire tourner lentement, pour qu'il soit exposé au feu entièrement et de façon régulière. L'enduire de beurre à l'aide d'un pinceau quand une partie semble être sur le point de brûler. Sortir l'agneau lorsqu'il ne laisse plus filtrer de gouttelettes de jus rose quand on le pique avec la pointe d'un couteau et que sa peau est bien croustillante. Offrir les rognons, selon la tradition, à l'hôte de marque. La coutume voulant que le méchoui se mange avec les doigts, prévoir des rince-doigts d'eau tiède parfumée à la rose ou au citron. Mettre à la disposition des convives du sel, du cumin en poudre, du piment. Accompagner de couscous ou de boulghour et de pois chiches.

MÉDAILLON Morceau de forme ronde ou ovale, plus ou moins épais, détaillé dans une viande (grenadin, filet de volaille, noisette, tournedos), un poisson ou un crustacé, voire du foie gras (escalope). Les médaillons de veau ou de volaille se font sauter ou poêler et sont servis chauds ou froids. Les médaillons composés sont réalisés avec un appareil à croquette, façonnés en palets de 70 g environ, panés à l'anglaise, sautés au beurre clarifié et dressés en turban.

▶ **Recettes** : BORDURE, LOTTE DE MER, TRUITE, VOLAILLE.

MÉDIANOCHE Mot espagnol (signifiant « minuit ») désignant autrefois un repas « gras » pris au milieu de la nuit, au moment où le « maigre » de la veille prenait fin. Ce terme finit par désigner un repas fin pris à une heure très tardive, tel le réveillon de la Saint-Sylvestre. De nos jours, on ne parle plus que de « souper ».

MÉDICIS Nom d'un apprêt de noisettes d'agneau ou de tournedos sautés, dont il existe deux versions.

L'une comprend une garniture de tartelettes remplies de macaronis et de truffes coupés en dés, liés à la purée de foie gras, et de petits pois au beurre, accompagnée d'un jus lié.

L'autre se compose de fonds d'artichaut garnis de petits pois, de carottes et de navets en toutes petites boules, de pommes noisettes et de sauce Choron nappée sur la viande.

MÉDOC Vin AOC rouge de Bordeaux, produit au nord de Saint-Estèphe, joliment bouqueté, rond et souple, ou ferme et charpenté, selon les terroirs (**voir** BORDELAIS).

MÈGE-MOURIÈS (HIPPOLYTE) Savant français (Draguignan 1817 - Neuilly-sur-Seine 1880). Chargé par Napoléon III de mettre au point, pour la marine, un corps gras bon marché et de longue conservation, Mège-Mouriès obtint en 1869, à partir du suif, une graisse qu'il baptisa « margarine » en raison de son apparence nacrée (du grec *margaron*, « perle »). Plus tard, on fabriqua la margarine (**voir** ce mot) avec des huiles végétales.

MÉLANGER Réunir des ingrédients solides ou liquides dans un ustensile de préparation et les mêler pour confectionner un appareil, une pâte, un salpicon. Le mélange se réalise à la main (pâtes feuilletée, brisée, sablée), à l'aide d'un instrument (spatule, mouvette, fouet, fourchette, couverts) ou à la machine (robot, mixeur, moulin). Lorsqu'il s'agit d'ajouter à une préparation des éléments fouettés (blancs d'œuf, crème fraîche), on doit « mélanger délicatement » avec une spatule de bois, pour « couper » la pâte en conservant à l'apprêt toute sa légèreté. Au contraire, certains mélanges se font « grossièrement », pour garder une certaine texture à l'apprêt (farce, terrine).

MÉLASSE Résidu non cristallisable de la fabrication du sucre de canne ou de betterave, se présentant comme une substance brune, visqueuse et dense.

La mélasse de première extraction est pâle et très sucrée ; à l'extraction suivante, elle est plus foncée et moins sucrée ; à la dernière extraction, elle est noire, très nutritive, avec une saveur âcre.

Lorsque le jus sucré a été chauffé et concentré plusieurs fois, on sépare le sucre cristallisé de la mélasse, qui contient encore 50 % de poids de sucre, ainsi que de l'eau, des sels minéraux et des matières azotées.

L'industrie de la « sucraterie » (désucrage de la mélasse) permet de récupérer une partie de ce sucre ; elle est surtout pratiquée en Allemagne et en Italie.

Seule la mélasse de canne, dite « mélasse noire », est vendue au détail pour les emplois domestiques (tarte à la mélasse et cuisine à l'aigre-doux) ; elle est aussi un des supports de fermentation alcoolique pour la fabrication du rhum. On l'a longtemps utilisée au Québec à la place du sucre, et elle entre encore dans la préparation des fèves au lard et de la tarte à la ferlouche.

La mélasse de betterave sert de façon analogue à la production d'alcool industriel ; elle donne également des levures de panification et permet diverses fermentations microbiennes (acides aminés, vitamines...).

▶ **Recette** : TIRE.

MELBA Nom de divers apprêts dédiés à une célèbre cantatrice australienne du XIXe siècle, Nelly Melba. Le plus connu d'entre eux est la pêche Melba, créée par le cuisinier Escoffier en 1892, alors qu'il était chef au *Savoy*, à Londres, où Nelly Melba chantait *Lohengrin* : il fit servir des pêches pochées sur un lit de glace à la vanille, dans une timbale d'argent enchâssée entre les ailes d'un cygne taillé dans un bloc de glace et recouvert d'un voile de sucre filé.

Ce n'est qu'en 1900, pour l'inauguration du *Carlton* de Londres dont il dirigeait les cuisines, qu'Escoffier inscrivit les pêches Melba sur un menu, mais elles étaient alors nappées de purée de framboise et sans cygne. Aujourd'hui, l'entremets glacé appelé « pêche Melba » se compose classiquement d'une coupe masquée de glace à la vanille, sur laquelle on place des demi-pêches mondées, pochées au sirop et nappées de purée de framboise.

Melba est aussi le nom d'une garniture pour petites pièces de boucherie, composée de tomates farcies.

▶ **Recette** : PÊCHE.

MÉLISSE Plante aromatique de la famille des labiacées, que son odeur citronnée fait aussi appeler « citronnelle » (voir planche des herbes aromatiques page 561). La mélisse sert à préparer l'eau des Carmes, cordial qui contient de l'alcool de mélisse. On l'utilise également, surtout en Allemagne, pour la cuisson des volailles et des champignons, et pour la préparation de potages et de farces ; elle relève aussi les viandes blanches et les poissons. Mais c'est en pâtisserie qu'elle intervient le plus, dans des gâteaux et des entremets à base d'orange ou de citron.

MELON Fruit arrondi et côtelé d'une plante rampante, de la famille des cucurbitacées, à l'écorce vert jaunâtre, dont la chair orangée, juteuse, sucrée et parfumée se consomme le plus souvent crue, mais dont on fait également des confitures et des conserves au vinaigre.

Sans doute originaire d'Afrique tropicale et subtropicale, connu en Chine mille ans av. J.-C., apprécié en Europe du Sud depuis l'Antiquité, le melon fut introduit en France à la fin du XVe siècle, par Charles VIII, qui le rapporta, lors des guerres d'Italie, de Cantalupo, domaine voisin de Rome et appartenant aux papes. Ceux-ci développèrent ensuite la culture du melon près d'Avignon, également possession de la papauté.

Plus tard, sous Louis XIV, l'agronome La Quintinie en perfectionna les plants dans le potager de Versailles. Parmi les grands amateurs de melon, on compte notamment Henri IV et Alexandre Dumas.

La production française, essentiellement concentrée dans le Vaucluse, les Bouches-du-Rhône, le Tarn-et-Garonne et le Lot-et-Garonne, s'étale de juin à octobre.

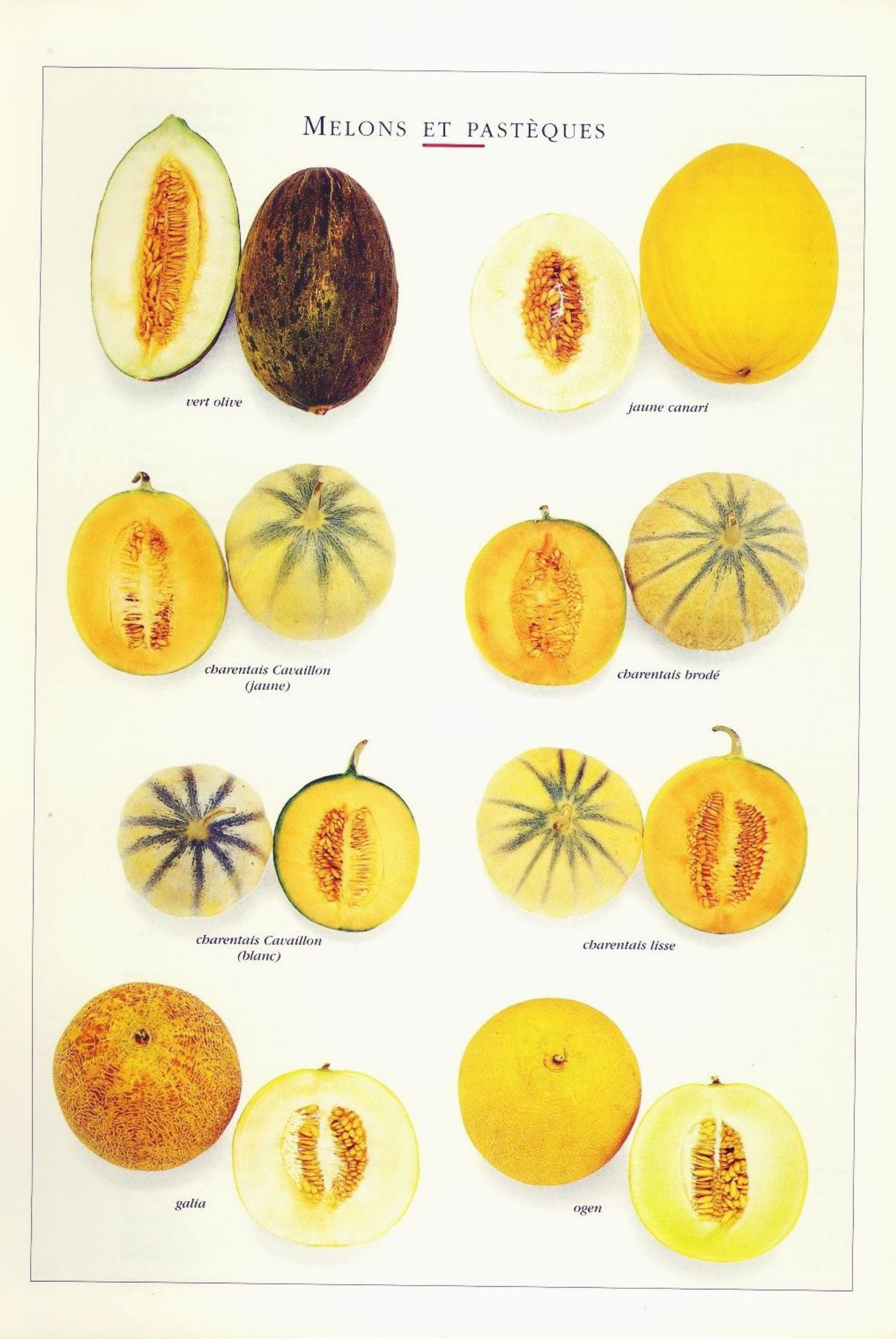
On distingue trois types principaux de melons : les « brodés », les « cantaloups » et les « melons d'hiver » (voir tableau). Les premiers, ronds, à peau réticulée, sont peu cultivés en France ; le plus connu est le « sucrin » de Tours. Parmi les cantaloups (à côtes marquées et à chair jaune), le type « charentais », dont la peau vert pâle est presque lisse, représente 95 % des cultures. Les melons d'hiver, oblongs, presque sans côtes, à chair jaune ou verdâtre, se conservent longtemps. Peu nourrissant (30 Kcal pour 100 g), le melon est très riche en eau ; il contient des vitamines B et C.Il doit être lourd, avec une peau épaisse, souple et sans taches ; le melon « femelle » est plus recherché (le côté opposé au pédoncule porte alors un large cercle pigmenté). Un très fort arôme n'est pas un critère de choix suffisant, car il peut témoigner d'une trop grande maturité.

Le melon se conserve cinq ou six jours dans un endroit frais et aéré, mais son odeur est trop puissante pour le réfrigérateur. Il se congèle très bien, épluché, coupé en tranches citronnées et sucrées, que l'on enveloppe dans du papier d'aluminium.

Servi frais – mais non glacé –, le melon constitue un hors-d'œuvre ou un fruit de dessert. Dans le premier cas, on peut l'assaisonner de sel et de poivre du moulin, dans le second le déguster nature ou poudré de sucre fin (autrefois, on le condimentait aussi avec du gingembre en poudre). On peut aussi l'associer, comme les Italiens, à de très fines tranches de jambon cru (Parme ou San Daniele). Il est déconseillé de l'arroser d'un vin de liqueur ; en revanche, un vin muté (porto ou frontignan) l'accompagne agréablement.

Caractéristiques des différents types de melons

types	provenance	époque	aspect extérieur	aspect de la chair
charentais lisse	Guadeloupe, Martinique, Maroc	janv.-mai	rond, moyen, tranches marquées, écorce lisse vert clair, sillons vert foncé, virant au jaune à maturité	orangée, sucrée, juteuse, fondante
	Espagne	fin avr.-oct.		
	Provence, Sud-Est	juin-oct.		
	Sud-Ouest	juill.-oct.		
	Poitou-Charentes	fin juill.-mi sept.		
charentais brodé	Sud-Est, Sud-Ouest	début mai-oct.	rond, moyen, écorce épaisse, brodée, sillons lisses	orangée, ferme, sucrée
galia	Espagne	fin avr.-oct.	rond, un peu allongé, écorce un peu brodée, orangée à maturité	vert clair, sucrée, parfumée
	Sud-Est, Sud-Ouest, Poitou, Anjou	début mai-mi-oct.		
jaune canari	Espagne, midi de la France	juin-nov.	gros, allongé, écorce dure, lisse ou ridée, jaune vif	vert clair, sucrée, juteuse
vert olive	Espagne, midi de la France	août-nov.	gros, allongé, écorce dure, lisse ou plissée, vert clair (précoce) à vert foncé	vert clair, sucrée, croquante
autres types	Israël, hémisphère Sud	nov.-juin	sphérique, peau lisse ou légèrement bombée	verte, parfumée (ogen), peu parfumée (money dew)


MELONS ET PASTÈQUES
vert olive
jaune canari
charentais Cavaillon
(jaune)
charentais brodé
charentais Cavaillon
(blanc)
charentais lisse
galia
ogen

Le melon confit au vinaigre se prépare, coupé en morceaux, comme les cornichons ; il accompagne les viandes chaudes ou froides, ainsi que les volailles froides. On apprête aussi au vinaigre des écorces de gros melon, détaillées en menus morceaux. Enfin, le melon frappé, glacé ou garni de fruits rafraîchis constitue un dessert d'été apprécié.

confiture de melon → CONFITURE

RECETTE DE JACQUES PONS,
MÉDECIN D'HENRI IV

écorce de melon au vinaigre

« Prenez l'écorce d'un gros melon, sans la chair, en conservant la partie verte intérieure. Coupez-la en tranches de 2 cm d'épaisseur, puis ôtez la fine pellicule du dessus de l'écorce. Disposez ces morceaux dans un pot de terre vernissée, couvrez-les de vinaigre de vin blanc et laissez mariner 8 jours. Égouttez. Mettez en casserole et couvrez d'eau. Portez à ébullition. Égouttez de nouveau. Recouvrez les tranches d'une nouvelle eau bien chaude et laissez bouillir jusqu'à ce qu'elles soient tendres sans être molles. Égouttez une troisième fois. Piquez chaque tranche d'un clou de girofle et d'un petit morceau de cannelle concassée. Remettez ces tranches dans le pot de terre avec quelques branches de fenouil. Couvrez à hauteur de vinaigre de vin blanc. Lorsque vous devez en servir, plongez les tranches 10 min dans l'eau tiède, épongez-les et assaisonnez-les de sel, de poivre et d'huile. »

melon frappé

Prendre 6 petits melons et 2 gros. Préparer un granité avec la pulpe de ces derniers. Décalotter largement les petits melons côté pédoncule ; par cette ouverture, retirer d'abord les graines, puis extraire délicatement la pulpe en veillant à ne pas percer l'écorce. Détailler cette pulpe en cubes, dans une jatte, en y ajoutant 1 grand verre de porto. La réserver dans le réfrigérateur, ainsi que les écorces et les calottes des melons ; laisser macérer 2 heures. Au moment de servir, garnir les petits melons de couches alternées de granité et de cubes de melon. Arroser de porto. Remettre les calottes en place. Présenter les melons dans des coupes individuelles garnies de glace pilée.

MÉNAGÈRE Nécessaire de table réunissant des burettes à huile et à vinaigre, une salière, une poivrière et parfois un ou deux flacons d'épices. Réalisée en acier inoxydable ou en métal argenté, cette ménagère s'appelle également « service à condiments ». Ce premier sens date de la fin du XIXe siècle. Dans les années 1930, le mot a désigné aussi un ensemble de couverts de table vendus dans un coffret : fourchettes, couteaux, cuillères, cuillères à café et, éventuellement, louche.

Enfin, on appelle parfois « ménagère » un ustensile de table formé de petites coupelles en porcelaine ou en verre, de taille décroissante, fixées sur une tige verticale en métal ; on y dresse des amuse-gueule, de menus hors-d'œuvre ou des petits-fours.

MÉNAGÈRE (À LA) Se dit de divers apprêts de cuisine « bourgeoise », c'est-à-dire ne comportant que des éléments simples et assez peu coûteux, accommodés selon des recettes accessibles à toute bonne ménagère.

MÉNAGIER DE PARIS (LE) Traité anonyme de morale et d'économie domestique, composé vers 1393 par un riche bourgeois parisien à l'intention de sa jeune femme. L'ouvrage fut publié, pour la première fois, en 1846, par un érudit, le baron Jérôme Pichon, qui suppose que l'auteur, inspiré sans doute par le *Viandier* de Taillevent, était le prévôt des marchands, un avocat ou même le trésorier du roi Charles VI. *Le Ménagier*, entrecoupé de récits et de poèmes, donne une image vivante de la vie privée d'un grand bourgeois de Paris au XIVe siècle.

MENDIANT Nom donné à un assortiment de quatre sortes de fruits secs : amandes, figues, noisettes et raisins de Málaga, dont les couleurs évoquent les robes des ordres mendiants (dominicains en blanc, franciscains en gris, carmes en brun et augustins en violet foncé). Un prédicateur du XVIe siècle, le père André, aurait, quant à lui, expliqué à Louis XIII que « les franciscains capucinaux représentent des raisins, les récollets, des figues sèches, les minimes, des amandes avariées, et les moines déchaux, des noisettes vides ».

En Alsace, on appelle « mendiant » une sorte de pain perdu aux pommes, aux fruits confits et à la cannelle, également très populaire en Allemagne sous le nom de *armer Ritter* (« pauvre chevalier »).

MENEAU (MARC) Cuisinier français (Avallon 1943). Après ses études à l'école hôtelière de Strasbourg, il reprend à Saint-Père-sous-Vézelay le café-épicerie de sa mère, le transforme en acquérant une demeure bourgeoise adjacente, et *l'Espérance* obtient une première étoile Michelin en 1972, la deuxième en 1975, la troisième en 1983. Marc Meneau, qui se dit autodidacte, fait cependant souvent référence à ses maîtres Alex Humbert et André Guillot, qui eurent l'intuition de la cuisine allégée dans laquelle il s'illustre. Ce fils d'un maître bourrelier « meilleur ouvrier de France » a le sens du travail parfait et porte une grande attention aux goûts et aux saveurs de sa région.

MENETOU-SALON Vin AOC du Berry, essentiellement blanc, produit au sud-ouest de Sancerre sur des collines de calcaire. Le vignoble donne aussi de très petites quantités de rouge et de rosé (voir BERRY).

MENON Signature sous laquelle parurent, au XVIIIe siècle, plusieurs livres de cuisine très appréciés en leur temps et qui le furent aussi par les chefs des générations suivantes. Citons notamment *le Nouveau Traité de cuisine* (1739), *la Nouvelle Cuisine* (1742),

la Science du maître d'hôtel (1750), *les Soupers de la cour* (1755) et surtout *la Cuisinière bourgeoise* (1746), ouvrage réédité plus d'une trentaine de fois. Menon, partisan de la simplicité, n'est pas ennemi de l'invention et du raffinement, comme le prouvent, par exemple, son « omelette au joli cœur » (farcie d'épinards, d'anchois et de queues d'écrevisse), sa raie au fromage, sa marinade de pigeons au citron ou ses beignets de feuilles de vigne fourrées de frangipane.

MENTHE Plante aromatique de la famille des labiacées, très odorante, utilisée en infusion, pour parfumer liqueurs, pastilles et sirops, et pour condimenter certains apprêts de cuisine (voir planche des herbes aromatiques page 561). Il existe plusieurs variétés de menthe, dont les emplois sont différents.
– La menthe verte, ou douce, est la plus répandue ; ses feuilles fraîches aromatisent les sauces (notamment la mint sauce anglaise), relèvent les fraîches salades de concombre, accompagnent le tabboulé libanais, servent à cuisiner les petits pois frais, enveloppent les rouleaux de printemps vietnamiens ; séchée, la menthe verte parfume le thé et condimente les rôtis et grillades d'agneau et de mouton, les boulettes de viande et le *chiche-kebab* de la cuisine moyen-orientale.
– La menthe aquatique et la menthe pouliot ont presque les mêmes emplois, mais sont moins courantes.
– La menthe poivrée est la plus odorante : elle intervient plutôt en confiserie et en liquoristerie (bonbons, chocolats fourrés, gelées, liqueurs, pastilles et sirops).
– La menthe citronnée, ou menthe bergamote, est plus rare mais recherchée pour son arôme fruité ; elle aromatise les boissons et certaines marinades.
– La menthe du Japon, enfin, donne le menthol.

Les feuilles de menthe séchées peuvent garder leur saveur pendant deux ans. On appelle couramment « menthe à l'eau » une boisson rafraîchissante, faite de sirop de menthe allongé d'eau plate ou d'eau gazeuse.

▶ **Recettes** : SAUCE, THÉ.

MENTONNAISE (À LA) Se dit de divers apprêts inspirés de la cuisine méridionale. Les poissons à la mentonnaise sont accompagnés de tomates, d'olives noires et d'ail, tandis que les petites pièces de boucherie à la mentonnaise sont garnies de tronçons de courgette farcis de riz à la tomate, de petits artichauts étuvés et de pommes château. Quant aux courgettes à la mentonnaise, elles sont farcies d'épinards.

▶ **Recette** : COURGETTE.

MENU Détail des mets qui composent un repas et, par extension, carton sur lequel ces mets sont inscrits. En restauration, où la liste de l'ensemble des plats pouvant être servis est appelée « carte », le menu est une proposition de repas – parmi d'autres –, dont la composition est fixée par le restaurateur. Le mot « menu » date de 1718, mais la coutume d'établir une liste des mets servis est bien plus ancienne.

Jadis, l'« escriteau » des repas de cérémonie était affiché au mur et permettait surtout aux officiers de bouche de suivre la marche du service. C'est au début du XIXe siècle qu'apparurent les menus modernes, chez les restaurateurs parisiens du Palais-Royal ; ceux-ci eurent l'idée de faire exécuter pour leurs clients des reproductions réduites de la carte affichée à la porte, parfois illustrées par de grands dessinateurs et des peintres célèbres.

La variété et la quantité des mets servis dans les banquets du Grand Siècle seraient inconcevables si l'on ignorait que les convives ne touchaient qu'à quelques plats servis « à la française », c'est-à-dire dressés en ordre tous ensemble sur la table, à l'intérieur d'un même service.

Au début du XIXe siècle, après la Révolution – qui, selon Alexandre Grimod de La Reynière, fit perdre les notions élémentaires de savoir-vivre –, le *Manuel des amphitryons* (1808) propose encore à ses lecteurs une vingtaine de menus comportant chacun au moins deux potages, huit entrées, deux relevés, deux grosses pièces, deux plats de rôt et huit entremets. Antonin Carême estimait pourtant qu'il fallait réduire le nombre des plats et « les servir l'un après l'autre, ils n'en seraient que plus chauds et meilleurs ».

Jusqu'aux premières décennies du XXe siècle, le déséquilibre des menus sur le plan diététique n'en resta pas moins flagrant. L'absence presque totale de légumes et de crudités, la place minime accordée aux laitages, la surabondance des viandes, des gibiers, des poissons et des salaisons, ainsi que la richesse en corps gras, en faisaient de meurtrières combinaisons, mais il ne s'agissait heureusement que de repas d'exception.

De nos jours, le souci d'une alimentation équilibrée prévaut sur l'abondance des plats, sans pour autant exclure les plaisirs de la gastronomie, les techniques de l'art culinaire ayant su évoluer vers une plus grande légèreté, notamment dans les sauces et les modes de cuisson.

Les grands chefs proposent désormais des « menus dégustation » grâce auxquels, avec plusieurs plats servis en petite quantité, le client peut goûter leurs meilleures spécialités

Auguste Escoffier disait déjà que le menu est l'un des aspects les plus difficiles du métier de restaurateur ; il faut en effet trouver le juste équilibre entre les produits disponibles, les spécialités qui font le renom de l'établissement, le renouvellement indispensable et le bon plaisir du client (repas copieux ou léger, traditionnel ou original).

Une seule règle reste absolument fondamentale : aucun plat ne doit voir le jour sans que le chef n'en soit absolument sûr, et celui-ci passe souvent des mois, voire des années, à essayer une nouvelle création avant de décider qu'elle est digne de prendre place sur le menu.

MENU-DROIT Languette de 2 cm de large sur autant d'épaisseur, taillée dans un filet de volaille (poulet, poularde ou dinde). Préalablement marinés dans de la crème double, les menus-droits sont ensuite grillés deux minutes de chaque côté et servis avec du jus de citron et du beurre noisette, ou mijotés quelques minutes dans une sauce pour volaille. Jadis, le mot désignait la langue, le mufle et les oreilles du cerf, apprêtés en ragoût ou bouillis.

MÉOT Restaurant ouvert au 10 de la rue de Valois, à Paris, en 1791, par un ancien officier de bouche du prince de Condé, nommé Méot. Le luxe des salons, l'abondance et la variété de la carte et la richesse de la cave (quarante-neuf vins) attirèrent les puissants du jour, Robespierre, Saint-Just, Desmoulins, Fouquier-Tinville, puis les hommes du Directoire. On prétend que la Constitution de 1793 fut élaborée au cours d'un déjeuner chez *Méot* et que le tribunal qui condamna la reine Marie-Antoinette y fêta l'événement. L'établissement disparut en 1847.

MERCÉDÈS Nom d'une garniture pour grosses pièces de boucherie, composée de tomates et de gros champignons grillés, de laitues braisées et de pommes croquettes. L'appellation concerne également un consommé de volaille au xérès, relevé de poivre de Cayenne, garni de rognons et de crêtes de coq en rondelles, et parsemé de pluches de cerfeuil.

MERCIER (LOUIS SÉBASTIEN) Écrivain, critique et auteur dramatique français (Paris 1740 - *id.* 1814). Il est surtout connu pour son *Tableau de Paris* en douze volumes, publiés à partir de 1781, auxquels s'ajoutèrent, en 1800, six volumes *(le Nouveau Paris)*. C'est une suite de courts articles, abordant tous les sujets de la vie quotidienne dans la capitale et contenant de précieux renseignements sur l'histoire de l'alimentation et de la restauration, alors à ses débuts. L'auteur témoigne qu'il existe bien une révolution gastronomique durant les vingt ou trente années qui précèdent la Révolution française.

Ainsi écrit-il : « Dans le siècle dernier, on servait des masses considérables de viandes... Les petits plats, qui coûtent dix fois plus cher qu'un gros, n'étaient pas encore connus. On ne mange délicatement que depuis un demi-siècle. »

MERCUREY Vin AOC de Bourgogne, fin et distingué, le plus connu des quatre grands « climats » de la Côte chalonnaise, rouge pour 95 % de la production (voir BOURGOGNE).

MÈRE SAGUET (CABARET DE LA) Guinguette du quartier Montparnasse, à Paris, connue sous le nom de *Moulin de la Grande-Pinte*, reprise sous la Restauration par Anne Baudrillier (1776-1849), mariée à Saguet, demi-solde des armées impériales. Abel Hugo y entraîna les romantiques, son frère Victor, Nerval, Delacroix, Musset, Dumas, Balzac et même Lamartine, qui firent le succès des omelettes, des andouilles et du poulet à la crapaudine de la mère Saguet. En 1830, celle-ci laissa son commerce florissant à son gendre, Bolay, qui compta parmi ses habitués Thiers, Béranger et des chansonniers ; l'enseigne disparut en 1859.

MÈRES LYONNAISES Surnom affectueux donné à plusieurs cuisinières qui s'installèrent à leur compte à Lyon, à la fin du XIXᵉ siècle. Françoise Foujolle fut l'une des toutes premières à connaître la célébrité sous le nom de « mère Filloux » : après dix ans passés au service d'un maître gourmet et exigeant, elle épousa un marchand de vins, Louis Filloux, et ajouta aux plats de cochonnailles servis dans le bistrot de son mari quelques-unes des spécialités qu'elle cuisinait pour son ancien patron (potage velouté aux truffes, quenelles au gratin au beurre d'écrevisse, fonds d'artichaut au foie gras, poularde demi-deuil).

De 1890 à 1925, son succès suscita de nombreuses émules : les mères Brigousse, Blanc, Niogret, Bigot, Brazier, Guy, Brijean, Pompon, Charles, etc., anciens cordons-bleus de maisons bourgeoises, qui ouvrirent de petits restaurants, les « bouchons », fréquentés par une clientèle fidèle. La dernière des mères lyonnaises, Léa, née avec le siècle, a cessé d'exercer en 1981.

Ces cuisinières, à l'accueil souvent bourru, ne proposaient jamais un choix de plats très étendu, mais, exécutant ceux-ci à la perfection, elles portèrent haut le renom de la cuisine lyonnaise, ouvrant la voie aux plus grands cuisiniers de la région : Fernand Point, Paul Bocuse, Alain Chapel se sont en partie formés à leur école.

MERGUEZ Saucisse à frire ou à griller sur la braise, souvent en brochettes, originaire d'Afrique du Nord et d'Espagne, traditionnellement à base de bœuf et de mouton (voir tableau des saucisses crues page 955). Sa consommation s'est largement répandue en France à partir des années 1950.

De petit calibre (18 à 20 mm de diamètre), la merguez se caractérise par un assaisonnement de piment et de poivre, qui lui donne sa couleur rouge sombre. Certaines merguez renferment du porc, dont la mention est alors obligatoire. Les merguez s'utilisent surtout comme garniture du couscous.

MERINGUE Appareil de pâtisserie, à base de blancs d'œuf fermement battus en neige et d'une quantité deux fois plus importante de sucre, très léger, mousseux, moelleux ou croquant selon son degré de cuisson. Jusqu'au début du XIXᵉ siècle, les meringues cuites au four se moulaient à la cuillère ; c'est Carême qui eut l'idée de les coucher à la poche à douille.

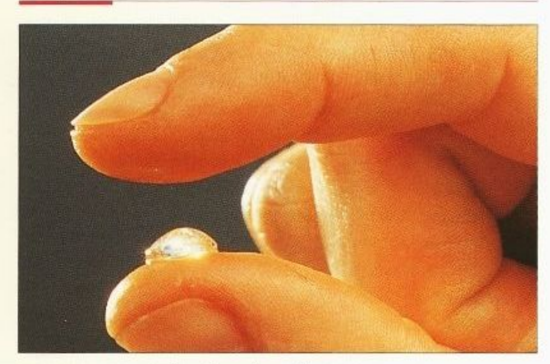
On distingue trois sortes de meringues.

– La meringue ordinaire (ou meringue française) se fait avec des blancs d'œuf fouettés auxquels on incorpore traditionnellement deux sortes de sucre (moitié sucre glace, moitié sucre semoule) ; utilisée telle quelle, elle entre dans la préparation des œufs à la neige, permet de réaliser l'omelette norvégienne et de meringuer les tartes. Mise au four préchauffé à 100/120 °C, porte entrouverte pour l'empêcher de retomber et pour la faire cuire sans coloration, cette sorte de meringue produit la gamme des coquilles sèches que l'on peut aromatiser et colorer diversement, ainsi que les fonds de vacherin. Quand on y ajoute des amandes ou des noisettes pilées, on obtient les fonds à progrès, à succès, à dacquoise.

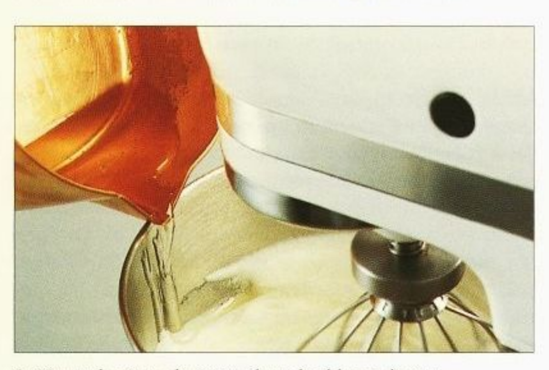
– La meringue italienne se réalise en versant du sucre cuit à 118/120 °C sur des blancs d'œuf battus. Rarement utilisé seul, cet appareil sert à « meringuer » les tartes, flancs et entremets, à recouvrir la zuppa inglese et à masquer la brioche polonaise avant de les passer au four ; non cuite, la meringue italienne entre dans la

composition des biscuits glacés, crèmes au beurre, sorbets, spooms et soufflés glacés ; on en fait également des petits-fours. Cependant, la législation interdit d'incorporer de la meringue dans les glaces pour les faire gonfler et tenir.
– La meringue suisse, très ferme, se prépare en mélangeant les blancs d'œuf et le double de leur poids de sucre, que l'on chauffe ensuite au bain-marie. Lorsque la température atteint 55/60 °C, on laisse complètement refroidir la préparation et on la fouette à la main. La meringue est alors mise en forme, puis séchée dans un four à 100 °C (ou dans une étuve à 60 °C).

Confectionner une meringue italienne



1. *Faire cuire à feu doux le mélange sucre-eau jusqu'au petit boulé. Vérifier le stade de la cuisson.*



2. *Verser le sirop de sucre dans les blancs battus en neige ferme et bien remuer.*



3. *Mélanger soigneusement pour obtenir une pâte crémeuse et lisse. La meringue doit former un « bec d'oiseau » quand on la soulève avec le fouet.*

meringue de fruits exotiques à la vanille
Fouetter 2 dl de crème fraîche liquide en chantilly, ajouter 30 g de sucre semoule et réserver au froid. Éplucher 1 mangue, 2 kiwis et 1 ananas ; les couper en dés ou en bâtonnets, et les enrober dans 200 g de crème pâtissière. Leur ajouter la pulpe de 8 fruits de la Passion, les graines d'un bâton de vanille et des graines de grenade ; alléger ce mélange avec la crème Chantilly. Déposer une couche de fines lamelles de fruits exotiques sur le dessus de la préparation. Monter 2 blancs d'œuf en neige très ferme et leur incorporer 30 g de sucre. Dresser dans des assiettes creuses la mousse de fruits à la vanille, napper de meringue, lisser à la spatule et passer au dernier moment sous le gril du four.

meringue italienne
Verser dans une casserole à fond épais 300 g de sucre semoule et 1 dl d'eau. Cuire le sucre au filé (110 °C). Battre en neige ferme 4 blancs d'œuf. Verser par-dessus le sucre bouillant en un filet mince, en continuant à battre jusqu'à ce que la meringue soit froide.

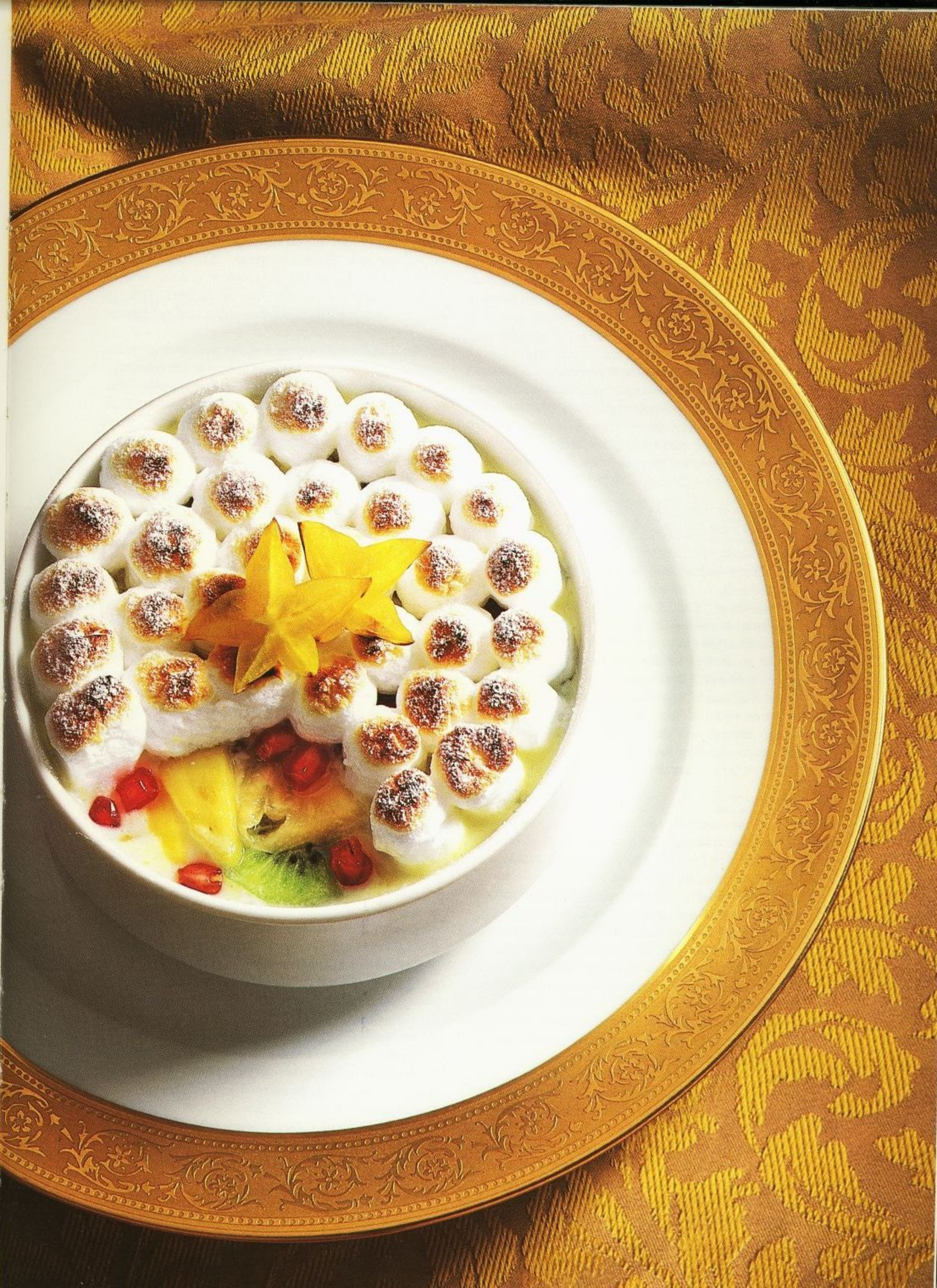
meringues françaises
Mettre 8 blancs d'œuf et 500 g de sucre glace dans un chaudron, sur feu doux, et fouetter le mélange jusqu'à ce qu'il blanchisse et devienne très ferme. Aromatiser selon le goût. Avec la poche à douille, coucher l'appareil en petits tas sur une plaque et cuire 2 heures au four préchauffé à 90 °C.

meringues suisses
Travailler 500 g de sucre glace avec 2 blancs d'œuf, 3 gouttes de vinaigre blanc, 1 sachet de sucre vanillé et 1 petite pincée de sel. Lorsque le mélange a blanchi et est devenu bien lisse, ajouter 4 blancs fouettés en neige très ferme. Coucher l'appareil à la poche à douille sur la tôle du four beurrée et farinée. Cuire au four préchauffé à moins de 100 °C, puis faire sécher 12 heures à l'étuve. Décorer éventuellement les meringues suisses de fruits confits ou les poudrer de sucres de différentes couleurs.

MERINGUER Masquer ou décorer de pâte à meringue (meringue italienne ou blancs d'œuf battus avec du sucre) un entremets ou une pâtisserie, passés ensuite au four pour leur donner un dorage de surface, appelé « meringage ».
▶ **Recettes** : FLAN, TARTE.

MERISE Fruit du merisier, arbre de la famille des rosacées, variété sauvage de cerisier qui est à l'origine des espèces cultivées. Juteuse et parfumée, mais acide, la merise (dont le nom dérive d'*amerise*, « cerise amère ») est surtout utilisée pour la préparation des confitures et la fabrication de sirops et de liqueurs. Elle entre dans l'élaboration du kirsch.

▶
Meringue de fruits exotiques à la vanille



MERLAN Poisson de la famille des gadidés, comme l'églefin et la morue, dont il se distingue par l'absence de barbillons. Long de 25 à 40 cm, le merlan est gris verdâtre sur le dos, doré sur les flancs et argenté sur le ventre, avec, au-dessus de la nageoire pectorale, une ligne de petits traits jaune-brun (merlan brillant du Nord et merlan de chalut de Bretagne). Vivant à proximité des côtes, il est surtout pêché dans l'Atlantique, du nord de la Norvège à l'Espagne. C'est un poisson maigre (moins de 1 % de lipides), à chair fine et feuilletée, qui se « défait » assez facilement, mais qui se digère très bien s'il est préparé sans trop de corps gras. D'un prix abordable, disponible une grande partie de l'année, il est vendu entier ou en filets. Le merlan s'impose dans les soupes du littoral, où il « fond » littéralement en leur apportant du moelleux. Il s'apprête de très nombreuses façons : frit, grillé, pané ou poché au vin ; il se mange aussi farci ou en paupiettes, intervient dans les farces, pains et mousses ; il demande néanmoins à être assez relevé.

RECETTE DU RESTAURANT *APICIUS*, JEAN-PIERRE VIGATO, À PARIS

merlan frit Colbert

« Faites sécher 30 g de mie de pain écrasée ; passez-la au mixeur, puis au tamis. Videz, écaillez et pelez un merlan argenté de 400 g. Passez-le dans de la farine, puis dans 3 œufs battus, puis dans la mie de pain. Travaillez 20 g de beurre en pommade ; ajoutez-lui 15 g de persil haché, le jus de 1 citron, du sel et du poivre. Laissez-le reposer, puis moulez-le en rouleau. Faites frire le merlan à 100 °C et dressez-le dans un plat chaud, sur du papier dentelé, avec 2 rondelles de beurre et un peu de persil frit salé au sel de céleri. »

RECETTE DE RAYMOND OLIVER

merlan hermitage

« Enlever l'arête d'un gros merlan et le vider par le dos. Le farcir d'un mélange composé de mie de pain, de beurre en pommade, d'échalote hachée, d'œuf, de fines herbes hachées, de sel et de poivre de Cayenne (très peu). Le disposer dans un plat à gratin beurré, le faire cuire au four 15 min, recouvert d'un papier beurré, avec un peu de crème fraîche et de fumet de poisson. Égoutter le merlan, le tenir au chaud. Faire réduire la cuisson ; ajouter à cette cuisson réduite du beurre, de la crème, du sel et du poivre. Donner un bouillon et napper le poisson de cette sauce. »

merlans au vin blanc

Vider 2 gros merlans, les saler et les poivrer. Beurrer un plat à gratin, le masquer d'un hachis d'oignon et d'échalote, et placer dessus les merlans. Mouiller, à mi-hauteur des poissons, de vin blanc et de fumet de poisson en parts égales. Couvrir le plat, commencer la cuisson sur le feu, puis cuire 20 min au four préchauffé à 220 °C. Égoutter les merlans et les tenir au chaud dans le plat de service. Faire réduire la cuisson de moitié et y ajouter 2 dl de crème. Faire réduire encore et napper les poissons de cette sauce. Glacer 5 min dans le four porté à 250 °C.

MERLAN (VIANDE) Petit muscle de la cuisse du bœuf appartenant au tende-de-tranche (voir planche de la découpe du bœuf page 22). Ainsi nommé à cause de sa forme longue et plate, qui rappelle un peu celle du poisson, le merlan est apprécié pour les biftecks, mais il n'est disponible qu'en quantité limitée.

MERLE Passereau de la famille des muscicapidés, à plumage brun chez la femelle et noir chez le mâle, qui a en outre le bec jaune. La chasse du merle à plastron est interdite. La chair du merle a un goût variable selon la région et l'époque, car son fumet, souvent légèrement amer et parfumé, surtout en automne, dépend de la nourriture de l'oiseau. Les merles, moins fins que les grives, se cuisinent comme elles. En Corse, on fait de succulents pâtés de merle.

Le merle d'Amérique a le ventre orange vif. Il fait partie des insectivores protégés, dont la chasse est interdite.

MERLOT Cépage à baies bleu-noir, cultivé dans le Sud-Ouest et dans la région Languedoc-Roussillon. Le merlot doit son nom à la couleur de ses baies et aux merles, qui en sont très friands.

Cinquième cépage noir cultivé en France, il produit un vin de belle couleur, fruité et soyeux, parfois d'une grande richesse. Dans le Bordelais, il est souvent associé au cabernet-sauvignon et au cabernet franc. Il est à l'origine du célèbre château-pétrus, un des plus grands vins du monde.

Il existe aussi un merlot blanc, utilisé en mélange pour les AOC bordeaux, entre-deux-mers, graves-de-vayres, sainte-foy-bordeaux, blayais et bourgeais.

MERLU Poisson de mer de la famille des gadidés, allongé et cylindrique, dont il existe une dizaine d'espèces caractérisées par l'absence de barbillons ; en outre, il ne possède que deux nageoires dorsales et une nageoire anale (voir planche des poissons de mer pages 820 et 821). Au Canada, on trouve de proches parents du merlu appelés « merluches ». Le merlu peut mesurer jusqu'à 1 m (il pèse alors 4 kg env.) ; son dos est gris à reflets dorés et son ventre blanc ; le merlu de petite taille prend souvent le nom de « merluchon ». Le petit merlu argenté, pêché à l'ouest de l'Atlantique, est particulièrement savoureux.

Appelé « colin » dans de nombreuses recettes, le merlu est un poisson maigre (1 % de lipides), très apprécié, sans doute parce qu'il a peu d'arêtes et qu'on retire celles-ci facilement.

Bien qu'il fasse l'objet d'une pêche intensive, son prix en France est toujours élevé. Le merlu est vendu entier lorsqu'il est de taille moyenne (les déchets sont alors de 40 %), en tronçons ou en tranches (respectivement 25 % ou 10 % de déchets). Grâce à son cartilage, la tête donne de l'onctuosité aux soupes de poisson.

La cuisson du merlu, surtout au court-bouillon, doit être courte et bien surveillée, la chair ayant tendance à se défaire. Les apprêts sont nombreux, aussi bien chauds (avec des sauces délicates, mousseline, normande ou aux câpres, et très souvent Mornay, en gratin) que froids (à la mayonnaise, à la sauce verte, à la vinaigrette) ; d'une façon générale, toutes les recettes du cabillaud conviennent au merlu.

RECETTE DE MAURICE ISABAL,
HÔTEL-RESTAURANT *ITHURRIA*, À AINHOA

darnes de merlu à la koskera

« Fariner 4 darnes de merlu de ligne. Dans une poêle antiadhésive, les dorer dans 2 cuillerées à soupe d'huile d'olive, puis faire revenir légèrement 2 gousses d'ail émincées. À mi-cuisson, ajouter 1 verre de vin blanc, 1 verre du jus d'une boîte de pointes d'asperge, 100 g de petits pois frais cuits à l'eau, 200 g de palourdes et 1/2 piment rouge sec. Terminer la cuisson à couvert. Persiller abondamment et rectifier l'assaisonnement. Dresser dans un plat en terre, décorer de pointes d'asperge et de quartiers de 2 œufs durs. Cuire de 10 à 15 min au four préchauffé à 200 °C. »

MÉROU Poisson de la famille des serranidés, massif et de grande taille (plus de 1,50 m pour 50 kg), dont il existe deux espèces voisines, l'une méditerranéenne, l'autre – appelée également « cernier » et plus répandue – à la fois méditerranéenne et atlantique (voir planche des poissons de mer pages 820 et 821). Brun tacheté de jaune et d'ocre, le mérou est un poisson paisible des mers chaudes. Sa tête énorme est dotée d'une large bouche à la lèvre inférieure débordante et armée de nombreuses dents. Proie favorite des pêcheurs sous-marins, il est de plus en plus commercialisé. Ce poisson à la chair excellente se cuisine comme le thon, mais il est particulièrement savoureux grillé sur la braise.

RECETTE DE PAUL MINCHELLI

ceviche de mérou

« Parer 4 darnes de mérou de 200 g. Les détailler en dés de 1 cm de côté. Presser 4 citrons verts. Mettre les dés de poisson dans un grand saladier posé sur un lit de glaçons. Arroser du jus de citron et laisser mariner 2 ou 3 heures, en remuant plusieurs fois le saladier pour cuire le mérou, qui doit rester saignant à cœur. L'égoutter et le placer dans un grand plat. Peler et émincer en biais 4 oignons nouveaux et leurs tiges ; éplucher, épépiner et concasser 3 tomates olivettes ; mettre le tout dans le plat. Saler. Ajouter 1/2 cuillerée à thé de gingembre frais râpé, 1 pointe de curcuma, de la ciboulette et du persil plat, ciselés. Arroser enfin d'huile d'olive et poudrer de piment, d'Espelette de préférence. Bien mélanger et servir. »

MERVEILLE Petit beignet de pâte, parfois levée, préparé avec un appareil assez épais, abaissé et découpé soit en bandes, pour former de petites tresses appelées « nœuds » ou « bunyètes », soit à l'emporte-pièce, en diverses formes. Après cuisson dans le bain de friture, les merveilles sont servies chaudes, tièdes ou froides, poudrées de sucre. Les merveilles sont communes à plusieurs régions méridionales, où elles étaient préparées pour le carnaval. En Provence, on les fait à l'huile d'olive, dans les Landes, on utilise de la graisse d'oie, avant de les cuire au four comme des sablés.

merveilles

Disposer 500 g de farine tamisée en fontaine. Verser au centre 4 œufs très légèrement battus en omelette, 150 g de beurre ramolli, 1 grosse pincée de sel, 30 g de sucre et 1 verre à liqueur d'eau de fleur d'oranger, de rhum ou de cognac. Bien mélanger, rouler la pâte en boule et la laisser reposer 2 heures sous un torchon. L'abaisser alors sur une épaisseur de 5 mm et la détailler avec des emporte-pièce cannelés de formes différentes. Plonger les merveilles dans de l'huile très chaude (175 °C). Quand elles sont dorées, les égoutter, les éponger, les poudrer de sucre glace additionné de sucre vanillé et les dresser en buisson. Laisser reposer 2 heures au frais.

MESCAL OU **MEZCAL** Eau-de-vie mexicaine titrant 20 % Vol., obtenue par distillation de la sève de l'agave. Le mescal, parfois commercialisé tel quel, est le plus souvent redistillé pour donner une eau-de-vie plus forte, connue sous le nom de tequila (voir ce mot).

MESCLUN Mélange de jeunes feuilles de salades (cerfeuil, chicorée, feuille de chêne, mâche, pissenlit, pourpier, scarole, trévise).

MESURE Unité employée pour préparer des cocktails, qui permet de doser la proportion de chacun des ingrédients. La mesure (4 cl) est aussi utilisée dans les bars pour servir les apéritifs.

MÉTAL Corps dense, opaque, insoluble dans l'eau et dans les solvants usuels, qui est aussi bon conducteur de la chaleur : c'est la raison pour laquelle la plupart des ustensiles de cuisson sont en métal. Les métaux, susceptibles en outre d'acquérir un beau poli et faciles à travailler, à chaud par fusion ou forgeage, à froid par laminage, estampage, emboutissage, sont utilisés depuis la plus haute antiquité pour fabriquer de la vaisselle.
– Le cuivre s'échauffe et se refroidit rapidement, autorisant des temps de cuisson très précis, mais il est coûteux et doit être entretenu avec soin, car il s'oxyde ; il est donc souvent étamé intérieurement.
– L'aluminium, moins onéreux, plus léger et plus facile à entretenir, se déforme facilement et réagit avec certains produits alimentaires.
– La fonte s'échauffe et se refroidit plus lentement ; elle présente l'inconvénient d'être cassante, lourde, et de rouiller, sauf quand elle est émaillée, mais l'émail est fragile et réduit encore les échanges thermiques.

– L'acier inoxydable, solide, inaltérable, est mauvais conducteur ; le fond des ustensiles en Inox est donc souvent doublé d'un autre métal.
– Le fer est utilisé sous forme de tôle, émaillée ou non, pour fabriquer des poêles et des bassines à friture ; recouverte d'une couche d'étain, et transformée ainsi en fer-blanc, la tôle reste irremplaçable pour la fabrication des boîtes de conserve.

MÉTEIL Mélange de seigle et de froment, semés et récoltés ensemble, dont la farine sert à fabriquer divers pains régionaux. En France, le pain de méteil est courant dans le Centre, le Lot et les Alpes. En Bretagne, à Douarnenez, on produit un pain de méteil avec un mélange de blé et de sarrasin (ou d'orge).

MÉTHODE CHAMPENOISE Ensemble des opérations qui permettent la préparation du champagne. D'abord, le vin de base, ou cuvée, est préparé à partir des trois cépages autorisés : pinot noir, pinot meunier et chardonnay ; le pressurage (traditionnellement de 4 000 kg de raisin) est fractionné pour donner la cuvée, d'environ 20 hl de jus (2050 litres), et la deuxième presse, ou première taille (410 litres) ; ces moûts sont ensuite vinifiés de façon classique. Ensuite, on procède au tirage – mise en bouteilles avec addition d'une liqueur de tirage (mélange de sucre et de levures) –, afin de provoquer un dégagement de gaz carbonique engendrant une pression de cinq ou six atmosphères : la « prise de mousse ». Puis viennent la mise sur pupitre et l'opération de remuage afin de faire descendre le dépôt au niveau du goulot, avant de réaliser le dégorgement (élimination de ce dépôt). On termine par l'égalisage, ou ajout d'une liqueur d'expédition (combinaison de vieux vin, d'esprit de cognac et de sucre, en quantité variable), qui permet d'obtenir du champagne plus ou moins sec.

METTON Préparation (1 % de matières grasses) faite avec le petit-lait restant après la fabrication du comté. Recuit puis mis à mûrir dans un endroit chaud, le metton, en grains de la grosseur d'une noisette, sert de base à la confection de la cancoillotte (voir ce mot).

MEULE Nom désignant la forme de certains grands fromages, pour la plupart des pâtes pressées cuites (beaufort, comté, emmental, gruyère), qui ont l'aspect d'un large disque très épais, semblable à une meule de moulin. Une meule d'emmental peut peser 130 kg.

MEUNIÈRE (À LA) Se dit d'un mode de cuisson applicable à la plupart des poissons, entiers, en darnes ou en filets, farinés et poêlés au beurre. Ils sont arrosés de jus de citron, puis de beurre noisette et enfin parsemés de persil. Grenouilles, saint-jacques, cervelles et laitances sont également préparées à la meunière.
▶ **Recettes** : BROCHET, CERVELLE, DAURADE ROYALE ET DORADES, MATELOTE, SOLE.

MEURETTE Matelote de poissons de rivière, mais aussi de veau ou de poulet, préparée au vin rouge. Cette spécialité bourguignonne se rencontre aussi dans la Dombes et en Bresse. Traditionnellement, on incorpore au plat des lardons, des petits oignons et des champignons, et on le sert avec des croûtons frits. On accommode aussi « en meurette » les œufs et la cervelle de veau, en les pochant dans cette sauce bourguignonne.

cervelle de veau en meurette → CERVELLE

meurette de poisson

Nettoyer 1,5 kg de poissons d'eau douce (barbeau, brocheton, carpillon, petite anguille, tanche, etc.) et les couper en tronçons. Les faire revenir au beurre dans une cocotte, puis les flamber au marc de Bourgogne (1 verre à liqueur au moins). Ajouter 1 carotte, 1 oignon et 1 échalote épluchés et finement émincés ; bien remuer dans la cocotte. Mouiller à hauteur de vin rouge de Bourgogne, ajouter 1 petite gousse d'ail écrasée, 1 bouquet garni, du sel et du poivre. Couvrir et cuire 20 min à tout petits frémissements. Frire au beurre de petits croûtons de pain frottés d'ail. Lier la sauce avec 1 cuillerée à soupe de beurre manié, rectifier l'assaisonnement et verser dans un plat creux chauffé. Garnir avec les croûtons.

œufs en meurette → ŒUF POCHÉ

MEURSAULT Vin AOC de Bourgogne, généralement blanc, toujours d'une classe exceptionnelle. Les meursaults réussissent le tour de force d'être à la fois secs et moelleux, subtils et puissants (voir BOURGOGNE).

MEXICAINE (À LA) Se dit de grosses pièces de boucherie garnies d'éléments grillés (grosses têtes de champignon remplies de tomate concassée, poivrons et demi-aubergines). La sauce d'accompagnement est une demi-glace tomatée, additionnée d'une julienne de piment (d'où le nom de l'apprêt). Les paupiettes de poisson à la mexicaine sont pochées et garnies de champignons, grillés puis remplis de tomate concassée ; la sauce au vin blanc qui les accompagne est tomatée et complétée, elle aussi, de dés de piment.
▶ **Recette** : DINDE, DINDON ET DINDONNEAU.

MEXIQUE La cuisine mexicaine est l'héritière des anciennes pratiques indiennes et des apports des colons espagnols, qui introduisirent l'élevage du porc et la culture du riz, ainsi qu'un mode de cuisson encore inconnu outre-Atlantique : la friture. La tradition des Indiens précolombiens se retrouve dans la cuisson à la vapeur, à l'étouffée ou sur la braise, ce qui explique la diversité des ragoûts et des sauces *(moles)* qui relèvent aussi les mets bouillis ou rôtis. Le maïs a toujours été la base de l'alimentation. Il se consomme cuit, bouilli, grillé, en grains ou en farine. Celle-ci permet

▶
Mexique. Marché au Yucatán.
Sur les caisses retournées, brillent les citrons verts, les papayes, les mangues...



de préparer les tortillas, qui se mangent soit nature, avec certains plats, soit grillées *(tostadas)* pour l'apéritif, ou diversement fourrées (tacos). Quant aux feuilles des épis, elles sont farcies de viande, volaille, légumes, piments et épices, et sont cuites à la vapeur pour donner les tamales aux multiples saveurs.

■ **Légumes.** Les haricots – rouges, bruns, noirs, jaunes – sont omniprésents, de même que les tomates – rouges ou vertes, tels les tomatillos, au goût acidulé – et les champignons (près de quatre-vingts espèces).

Quant aux piments *(chiles)*, forts ou doux, il en existe au moins cent variétés, de taille, de couleur et de saveur différentes : ancho, cascabel, colorado, mulato, serrano..., sans oublier le piment oiseau. Frais ou en poudre, les piments sont partout : ils accommodent les sauces, les ragoûts, les soupes et les salades, ou sont servis farcis.

■ **Viandes et volailles.** À part le porc et le cabri, grillés, hachés et cuits à l'étouffée dans des feuilles de bananier, les Mexicains cuisinent essentiellement la volaille. La plupart du temps, celle-ci mijote longuement avec de nombreux épices et aromates.

Le plus célèbre de ces ragoûts est sans aucun doute le mole poblano (voir ce mot), qui réunit poulet ou dinde, raisins secs, tomates, piments, oignons, coriandre, sésame, anis, cacahouètes, amandes, cannelle, tortilla bien sûr... et chocolat !

■ **Fruits et desserts.** Parmi les très nombreux fruits tropicaux, l'avocat tient la première place, car il s'accommode aussi bien cru en salade que réduit en purée pour le fameux guacamole, ou même en glace. La banane (dont il existe plus de vingt variétés), l'ananas ou la papaye entrent aussi dans la composition de plats sucrés ou salés.

■ **Vins.** La viticulture a été introduite au Mexique en 1521 par les conquistadors espagnols ; le vignoble est ainsi le plus ancien du continent nord-américain.

Les grandes zones viticoles sont surtout Baja California (Basse-Californie), puis Sonora, Zona centrale, Aguascalientes et Zacatecas. 60 % de la production sont réservés à la fabrication d'eau-de-vie, 15 % fournissent des raisins de table, 9 % des raisins secs et seulement 8 % servent à faire du vin. En fait, la boisson nationale est la tequila (voir ce mot), obtenue par seconde distillation du mescal, lui-même obtenu par distillation de la sève d'un cactus, l'agave.

Les cépages cultivés, entre 100 et 2 100 m d'altitude, sont nombreux : barbera, cabernet-sauvignon, cardinal, carignan, chenin blanc, grenache, malbec, merlot, mission, muscat, nebbiolo, rubis cabernet, sauvignon blanc, trebbiano, zinfandel.

La viticulture mexicaine, longtemps restée médiocre, connaît actuellement un renouveau, et les spécialistes fondent de grands espoirs sur les années à venir.

MEYERBEER Nom d'un apprêt d'œufs sur le plat dédié au compositeur allemand Meyerbeer (1791 - 1864), dont les opéras eurent à l'époque beaucoup de succès à Paris. Après cuisson, les œufs sont garnis de rognons d'agneau grillés, nappés de sauce Périgueux et dressés entourés d'un cordon de cette même sauce.

MÉZÈS Assortiment d'amuse-gueule épicés, le plus souvent froids, que l'on mange en Grèce, en Turquie et dans tout le Moyen-Orient, en buvant de l'alcool anisé. Les mézès peuvent tenir lieu de repas : outre le tarama, les feuilles de vigne farcies et les beurrecks, ils comprennent des moules à la sauce piquante, des olives vertes et noires, de la viande séchée à l'ail (pasterma), des champignons marinés, des haricots blancs en sauce et soit du saucisson sec pimenté *(sucuk)*, soit du *cacik* (hachis de concombre au yaourt, relevé d'ail et servi très froid).

MICHE Pain rond de pur froment, pesant de 500 g à 3 kg. Originairement destinée aux citadins aisés, la miche est devenue progressivement le pain usuel des campagnes. De petite taille au début, elle gagna en poids et en dimension en devenant un pain classique de consommation familiale.

En Suisse romande, ce terme désigne un pain mi-blanc, généralement oblong, de un kilo environ ; la « michette » est un pain d'une livre.

MIEL Substance sucrée comestible que les abeilles fabriquent à partir du nectar des fleurs et qu'elles entreposent dans les rayons de la ruche (voir tableau).

Selon la saison, l'origine florale et le moment de la récolte, le miel contient de 17 à 20 % d'eau, de 76 à 80 % de sucres (glucose et lévulose essentiellement, ainsi qu'un peu de saccharose), des protides en faible quantité (gommes, dextrines et matières albuminoïdes), des acides, des protéines, des sels minéraux (calcium, magnésium, phosphore, potassium notamment), plus abondants dans les miels foncés, mais pratiquement pas de vitamines.

Son pouvoir énergétique est supérieur à celui du sucre, il est mieux toléré, et ses sucres sont parfaitement assimilés par l'organisme.

L'appellation « miel » correspond à un produit extrait des rayons de la ruche par centrifugation, puis filtré et épuré : c'est le miel « coulé ». Elle peut être suivie du nom de la plante d'origine (miel de lavande, d'acacia, de sapin, etc., lorsque le miel provient essentiellement de la fleur de la plante mentionnée), d'une indication topographique (miel de montagne, de plaine) ou géographique (miel d'Auvergne, d'Alsace, etc.).

On trouve également en France certains miels étrangers, pour la plupart en provenance du Canada (trèfle blanc), de Hongrie (acacia) et de Roumanie (tilleul, menthe, acacia et tournesol), ainsi que d'Espagne (miels de romarin, d'oranger ou d'eucalyptus, particulièrement parfumés).

Par ailleurs, on distingue le miel « toutes fleurs », de grande consommation, des miels provenant d'une seule espèce (ou, bien souvent, d'une espèce prédominante, car ils subissent des assemblages comparables à ceux pratiqués pour obtenir des vins de qualité constante). La consistance (fluide, épaisse ou cristallisée) et la couleur varient selon les fleurs que butinent les abeilles. La saveur, bien entendu, dépend elle aussi de la fleur.

Dans l'Antiquité, le miel était la nourriture des dieux, à la fois aliment et offrande, symbole de richesse et de félicité. Dans la Bible, la Terre promise

Caractéristiques des différentes variétés de miels

variétés	provenance	époque	description	propriétés
acacia	toute la France, Hongrie	juin	liquide, blond, translucide, doux	régulateur intestinal
bruyère	Landes, Sologne, Massif central	août-sept.	gélatineux, brun, roux, corsé	diurétique, reconstituant, désinfectant intestinal
châtaignier	toute la France	juin	épais, brun foncé	dynamogénique
eucalyptus	Espagne	juin-août, déc.	liquide, ambré, très aromatique	désinfectant des bronches
lavande	Provence	juill.	blond, aromatique	antispasmodique, sédatif
oranger	Espagne, Maroc	avr.-mai	un peu pâteux, pâle	antispasmodique, sédatif
rhododendron	Pyrénées	juill.-août	clair, fleuri, délicat	
romarin	Sud, Espagne	mars-avr.	blanc, parfum riche, affirmé	stimulant hépatique et digestif
sapin	Vosges, Jura, monts du Lyonnais	juill.-août	liquide, brun foncé ou verdâtre	antispasmodique
thym	Provence	juill.	clair, très parfumé	antispasmodique
tilleul	toute la France	juin	jaune clair, doux	sédatif
tournesol	toute la France	juill.-août	pâteux, jaune d'or	fébrifuge, riche en bore et en silicium
toutes fleurs	toute la France	avr.-sept.	onctueux, blond, doux	très riche en oligo-éléments
trèfle blanc	toute la France	juin-juill.	crémeux, blanc ivoire	énergétique

est la contrée où « coulent le lait et le miel ». Au Moyen Âge, le miel était encore une denrée précieuse et un remède ; il servait de base pour la confiserie et de condiment pour des plats salés ou sucrés (cochon au miel, loir en sauce, hydromel et vin miellé, pain d'épice). C'est dans la pâtisserie qu'il règne aujourd'hui en maître : pain d'épice en premier lieu, couques, nonnettes, biscuits, croquets, gâteaux orientaux, nougats, bonbons, sucettes, pâtes de fruits. Grogs, laits de poule et liqueurs y font aussi appel, et il remplace le salpêtre dans les saumures de charcuterie fine.

Enfin, le miel a également sa place en cuisine, en particulier en Afrique du Nord (couscous, pigeons farcis, agneau rôti, tajine de poulet aux pruneaux, tajine de mouton), aux États-Unis (jambon de Virginie) et en Chine (canard).

▶ **Recettes** : CAKE, CANARD, CANETON, GLACE ET CRÈME GLACÉE, PAIN D'ÉPICE, POMME, SORBET, TARTELETTE.

MIGNON Nom d'un apprêt de volaille, de ris de veau ou de petites pièces de boucherie sautés, accompagnés de fonds d'artichaut remplis de petits pois à la française et surmontés de lames de truffe, les pièces étant nappées préalablement de demi-glace au madère.

MIGNON MAROILLES Fromage de lait de vache (50 % de matières grasses) à pâte molle et à croûte lavée brun-rouge, lisse et brillante. Originaire du Nord, ce petit frère du maroilles, fabriqué en Hainaut et en Flandre, se présente sous la forme d'un carré de 12 cm de côté et de 2 à 3 cm d'épaisseur. Il a une saveur de terroir et un fort bouquet qui le font apprécier dans la préparation de tartes, de flamiches ou de goyères.

MIGNONNETTE Petit sachet de mousseline empli de grains de poivre et de clous de girofle, qui aromatisait autrefois soupes et ragoûts.

Aujourd'hui, la mignonnette désigne du poivre grossièrement concassé ou moulu, notamment le poivre blanc, plus parfumé, que l'on utilise pour le steak au poivre, les marinades, etc.

Par ailleurs, certains chefs baptisent « mignonnette » la noisette d'agneau, le suprême de volaille, le filet mignon, etc., lorsque ceux-ci sont préparés avec un certain raffinement ; Escoffier réalisa ainsi des mignonnettes de poulet (suprêmes taillés en arrondi, contisés de langue écarlate et de truffe) et des mignonnettes de foie gras (petites escalopes masquées d'une mousseline de volaille, panées et sautées). On appelle également « mignonnettes » des pommes de terre taillées deux fois plus épaisses que les « allumettes ».

MIGNOT Traiteur parisien du XVII[e] siècle, que Boileau, dans une satire, traita d'« empoisonneur ». Vexé, Mignot s'adressa à la justice, qui le débouta. Pour se venger, le traiteur imagina de vendre à ses clients des biscuits enveloppés dans un papier fin, sur lequel était imprimée une épigramme très mordante, signée de l'abbé Cottin, dirigée contre Boileau. L'idée amusa beaucoup les Parisiens et Boileau lui-même. Les biscuits firent de Mignot un homme riche et célèbre.

MIGNOT (FROMAGE) Fromage de lait de vache (40 à 45 % de matières grasses), à pâte molle et à croûte naturelle. Le mignot, originaire de Vimoutiers, dans le pays d'Auge, se présente sous la forme d'un disque de 11 à 12 cm de diamètre et de 4 cm d'épaisseur, pesant de 350 à 400 g. Il a une saveur très fruitée, et se consomme « blanc » (frais) ou « passé » (affiné).

MIJOTER Faire cuire lentement des mets, généralement en sauce, ou terminer leur cuisson. En boucherie, les « viandes à mijoter » sont des pièces de deuxième et de troisième catégories, qui, en cuisant longtemps dans un bouillon, du vin ou de la bière avec des aromates, deviennent tendres et savoureuses.

MIJOTEUSE Récipient de cuisson électrique, constitué par une coque comportant une résistance, dans laquelle s'emboîte une cocotte, amovible ou non. La résistance, de faible puissance, est commandée par un thermostat ; elle permet d'effectuer des cuissons très lentes en évitant que les aliments ne brûlent ou n'attachent. Lorsque la cocotte est amovible, on peut y faire dorer les viandes à feu vif avant de la placer dans la coque et de mettre le mijotage en route.

MIKADO Nom de divers apprêts de cuisine classique française utilisant des ingrédients évoquant le Japon. Les escalopes de veau ou de volaille sont dressées sur des croquettes de riz au cari, nappées d'une sauce au cari additionnée d'un peu de sauce soja et accompagnées de tartelettes remplies de germes de soja à la crème. Les tournedos ou les noisettes sont dressés sur des demi-tomates grillées, nappées de tomate légèrement concassée, détendue de sauce tomate, et garnies de crosnes étuvés au beurre. Quant à la sauce, c'est une hollandaise additionnée de jus de mandarine et de zeste de ce fruit, taillé en julienne et blanchi.

MILANAIS Nom donné à divers apprêts de pâtisserie. Parmi les petits-fours secs, le milanais se prépare avec une pâte aux amandes, parfumée au citron ou à l'orange ; découpé diversement à l'emporte-pièce, il est décoré avec des amandes ou des fruits confits ; il peut également être façonné à la main en forme de petit pain, de petite tresse ou de grosse olive, décorés d'amandes effilées. Les milanais sont, par ailleurs, des petites galettes en pâte à biscuit ou à génoise (aromatisée au rhum et farcie de raisins secs ou parfumée à l'anisette), abricotées et parfois glacées au fondant. Enfin, on appelle « milanais » un double sablé ovale fourré à la confiture et poudré de sucre glace, dit aussi « lunette » à cause des deux trous dont il est percé sur le dessus.

▶ **Recette** : SABLÉ.

MILANAISE (À LA) Se dit d'escalopes ou de côtes de veau passées à l'œuf battu et à la chapelure, parfois additionnée de parmesan râpé, puis poêlées au beurre. La garniture milanaise, servie avec une timbale de macaronis ou un risotto, comprend des champignons émincés, du jambon et de la langue écarlate détaillés en julienne, et des lamelles de truffe ; le tout est chauffé au beurre, déglacé au madère, puis mouillé de fond de veau lié. On appelle « à la milanaise » des apprêts gratinés au parmesan, et les macaronis au beurre, servis avec du fromage râpé et de la sauce tomate.

▶ **Recettes** : CÉLERI-BRANCHE, OSSO-BUCO, PANURE, PERCHE, SOUPE, VEAU.

MILLAS Bouillie languedocienne de farine de maïs (ou de froment et de maïs) refroidie, découpée et frite, servie sucrée ou salée. En Anjou, la millière, bouillie de millet salée ou sucrée, se prépare également avec du riz ou du maïs.

millas en bouillie

Porter à ébullition 1 litre d'eau dans une grande casserole. La parfumer avec de l'eau de fleur d'oranger et un petit morceau de zeste de citron, puis verser en pluie de 300 à 350 g de farine de maïs. Cuire à petit feu en tournant avec une spatule de bois. Lorsque la bouillie est épaisse, la servir dans des assiettes plates chaudes avec du sucre semoule. On peut aussi la laisser refroidir, la découper en morceaux et dorer ceux-ci au beurre dans une poêle, puis les poudrer de sucre semoule ou de sucre glace, ou encore les faire rissoler au saindoux ou à la graisse d'oie.

MILLE COLONNES (CAFÉ DES) Établissement du Palais-Royal, à Paris, ouvert en 1807 au premier étage de la galerie de Montpensier. Son nom lui venait d'une vingtaine de colonnes qui se reflétaient à l'infini dans de grandes glaces placées sur les murs. La célébrité du café devait aussi beaucoup à la silhouette de la patronne des lieux, Mme Romain, dite « la Belle Limonadière », qui trônait à la caisse. À la mort de son mari, elle se fit religieuse, et le café ferma ses portes.

MILLE-FEUILLE Gâteau fait de minces abaisses de pâte feuilletée, superposées, séparées par de la crème pâtissière au kirsch ou au rhum, et recouvertes de sucre glace, de fondant ou de glace royale.

Le mot s'applique aussi à des feuilletés salés, fourrés d'un appareil à base de poisson ou de crustacés, servis en entrées chaudes.

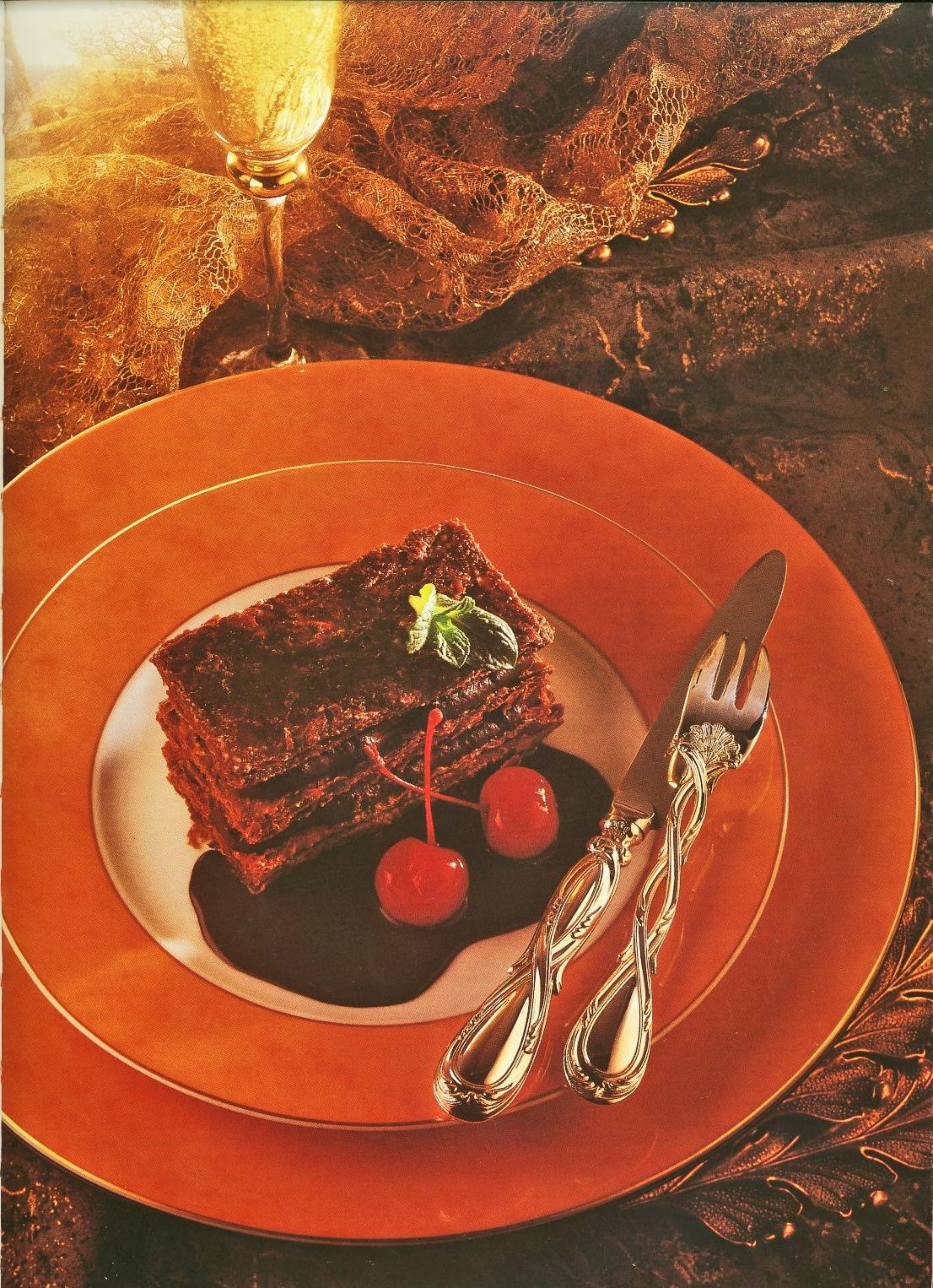
RECETTE D'ALAIN PASSARD

mille-feuille au chocolat

« Mélanger 1,5 kg de farine, 30 g de sel fin et 600 g de beurre. Ajouter 3,5 dl de lait et 4 dl de crème UHT. Remuer, sans donner trop de corps à la détrempe. La laisser reposer 4 heures. Incorporer 300 g de chocolat en poudre à 1,2 kg de beurre. Étaler en forme de carré et réserver au froid. Mettre le beurre marbré au milieu du carré et rabattre la pâte dessus. Donner un premier tour, puis laisser reposer 6 heures. Répéter cette opération

▶

Mille-feuille au chocolat
Recette d'Alain Passard



5 fois, en laissant reposer 6 heures à chaque tour. Abaisser le feuilletage sur 2,5 mm d'épaisseur. Le détailler en bandes et laisser reposer 6 heures. Parer les extrémités des bandes et les poser sur une plaque. Cuire 5 min à 200 °C, puis 70 min à 150 °C. Porter 8 dl de lait à ébullition. Dans un cul-de-poule, fouetter 8 jaunes d'œuf avec 100 g de sucre semoule jusqu'à ce qu'ils blanchissent, ajouter 50 g de farine, puis 150 g de chocolat en poudre, sans mélanger. Verser le lait bouillant sur la préparation, remuer, porter à ébullition et cuire 3 min. Débarrasser, puis poser un film sur la crème. Laisser refroidir. Garnir. » (Voir photographie page 675.)

mille-feuille de cœur de palmier au marlin fumé → PALMIER

RECETTE D'ÉLISABETH BOURGEOIS-BAIQUE, *LE MAS TOURTERON*, À GORDES

mille-feuille de saumon frais au beurre rose

« Détailler en rectangles de 10 cm sur 7 des bandes minces de feuilletage et les passer rapidement au four pour les précuire. Émincer finement de petites tranches de saumon frais cru. Les disposer sur les bandes de pâte sur trois étages, en badigeonnant chaque couche d'un mélange de crème fraîche, de jus de citron additionné d'estragon ciselé, de sel et de poivre. Terminer par une bande de feuilletage et passer 5 min au four très chaud. Napper d'un beurre allongé de crème et mélangé avec de la compote d'airelle. »

RECETTE DE GUY SAVOY

mille-feuille vanille coulis de framboise

« Préparer 3 disques de feuilletage au beurre de 22 cm de diamètre et les cuire. Porter à ébullition 1 litre de lait avec 2 gousses de vanille Tahiti fendues et grattées. Mélanger 10 jaunes d'œuf avec 150 g de sucre blonvilliers ; ajouter 50 g de farine, 50 g de poudre crème et 10 g de fécule de maïs, tamisées. Délayer avec le lait et bien homogénéiser la préparation. Cuire 2 min à petit frémissement, en remuant. Refroidir aussitôt sur plaque. Réserver au réfrigérateur. Monter 200 g de beurre, et y incorporer la crème au batteur. Étaler une couche de crème sur un des fonds de pâte feuilletée à l'aide d'une spatule. Poser dessus le deuxième disque, y étaler une autre couche de crème, et terminer par le dernier disque. Saupoudrer légèrement de sucre glace. Écraser, au fouet ou au mixeur, 500 g de framboises, et incorporer à cette purée 1/2 jus de citron et 100 g de sucre blonvilliers. Servir avec le mille-feuille. »

rouget-barbet en mille-feuille de chou à la moelle → ROUGET-BARBET

MILLÉSIME Année de production d'un vin. Les conditions climatiques influant beaucoup sur la maturation du raisin, plus abondant dans les années humides, plus sucré dans les années sèches, les vins n'ont pas la même qualité tous les ans. L'année de la récolte n'est indiquée que pour les « vins de qualité produits dans une région déterminée » (AOC, VDQS, vins de pays). Certaines « grandes années » ont laissé un souvenir impérissable dans la mémoire des œnophiles (1921 ; 1929 ; 1947 ; 1949 ; 1953 ; 1955 ; 1957 ; 1959 ; 1961 ; 1985 ; 1990).

MILLET Nom usuel de plusieurs espèces de céréales également appelées « petits mils » pour les distinguer du « gros mil », ou sorgho : le millet commun, le fonio et l'éleusine, notamment, jouent un rôle important dans l'alimentation des pays africains et asiatiques (voir tableau des céréales page 229). Riche en magnésium, en fer, en manganèse et en vitamines A et B, le millet se vend en grains, en flocons ou en farine. On le fait cuire vingt minutes dans le double de son volume de liquide. Le chef André Guillot précise, dans sa *Vraie Cuisine légère* : « On le beurre, on l'assaisonne et on peut le mouler en moule à savarin. Il reçoit les mêmes garnitures que le riz. »

▶ **Recette** : TARTELETTE.

MIMOLETTE Fromage hollandais de lait de vache (40 % de matières grasses), à pâte pressée non cuite et à croûte naturelle brossée (voir tableau des fromages étrangers page 499). La mimolette se présente sous la forme d'une boule aplatie de 20 cm de diamètre, pesant de 3 à 4 kg. Teintée en orange par le rocou, elle est, selon son degré d'affinage (jeune, demi-étuvée ou étuvée jusqu'à deux ans), souple, sèche ou dure et écailleuse, avec une saveur qui, de noisetée, devient piquante. Elle se déguste en fin de repas, ou levée à la cuillère parisienne et macérée dans du porto ou du madère pendant une semaine.

MIMOSA Nom d'un apprêt d'œufs durs farcis, servis en hors-d'œuvre froid. Les demi-blancs évidés sont garnis à la poche à douille cannelée avec les jaunes, tamisés et mélangés à de la mayonnaise et du persil.

On appelle aussi « mimosa » des salades composées, parsemées de jaune d'œuf dur haché.

MINCEMEAT Préparation aigre-douce de la cuisine anglaise à base de graisse de rognon de bœuf, de raisins secs, de fruits confits, d'épices et, parfois, de dés de filet de bœuf cuit, macérée dans de l'alcool et utilisée traditionnellement pour garnir les mincepies.

Le mincemeat sert aussi à préparer divers entremets chauds : des beignets ou des fritots servis avec une sauce à l'abricot et au rhum, une omelette sucrée parfumée au brandy, des rissoles.

MINCEPIE Tartelette garnie de mincemeat, ou plus généralement de graisse de rognon de bœuf, d'épices et de fruits secs macérés dans du brandy, et recouvertes d'une abaisse de pâte ; on ne les sert que pendant les fêtes de Noël.

Au XVIIe siècle, le mincepie était une tourte volumineuse, garnie de langue de bœuf, de poulet, d'œufs, de sucre, de raisins secs, de zestes de citron et d'épices.

mincepie
Mettre dans une terrine 500 g de graisse de rognon de bœuf hachée, 500 g de filet de bœuf coupé en petits dés, 500 g de raisins de Málaga épépinés et hachés, 500 g de raisins de Corinthe et de Smyrne hachés, 500 g de pommes reinettes épluchées et hachées, 150 g de cédrat confit coupé en petits dés, 100 g d'écorces d'orange confite hachées, le zeste haché de 1 orange et son jus, 500 g de cassonade blonde, 30 g d'épices mélangées (cannelle, clou de girofle, muscade), 15 g de sel, 1/2 bouteille de cognac, 1 verre de rhum, 1 verre de madère. Bien mélanger et laisser macérer 1 mois au frais, à couvert, en remuant tous les 8 jours. Garnir de pâte à foncer de grands moules à tartelette à bord élevé, beurrés, puis les emplir de mincemeat. Recouvrir d'une fine abaisse de feuilletage et bien souder le bord. Pratiquer une petite cheminée au centre de ce feuilletage. Dorer à l'œuf. Cuire 20 min au maximum dans le four préchauffé à 220 °C. Servir chaud.

MINERVOIS Vin AOC rouge, rosé ou blanc du Languedoc, fruité et généreux, produit par un vignoble créé par les légionnaires romains (**voir** LANGUEDOC).

MINESTRONE Soupe de légumes italienne enrichie de pâtes ou parfois de riz. Les Italiens commencent volontiers le repas par une *minestra* (soupe de légumes), une *minestrina* (potage plus léger, aux petites pâtes), ou un minestrone.

C'est la diversité des légumes qui caractérise cet apprêt, variable selon les régions. En Toscane, les haricots blancs sont indispensables, comme les courgettes, les poireaux, les oignons, les tomates, les carottes et le chou noir, et on le sert avec de l'huile d'olive crue et une tranche de pain parfumé à l'ail. À Gênes, il est réalisé avec du potiron, du chou, des fèves, des courgettes, des haricots rouges, du céleri et des tomates. À Venise, on trouve un minestrone fait avec des pâtes et des haricots *(pasta e fagioli)*. On l'accompagne surtout de pesto, une sauce onctueuse faite de basilic, d'huile d'olive, d'ail et de parmesan râpé. Ailleurs, on le déguste classiquement avec du fromage râpé à part, et une garniture d'ail et d'aromates.

minestrone florentin
Cuire 300 g de petits haricots blancs dans une bonne quantité d'eau parfumée avec 1 gousse d'ail, 1 bouquet de sauge et 1 cuillerée d'huile d'olive extravierge. En réduire la moitié en purée en l'écrasant au tamis. Faire revenir dans une grande casserole avec de l'huile d'olive 1 tranche de jambon cru haché, 1 branche de céleri, 1 bouquet de persil, 1 oignon haché et 1 branche de thym. Ajouter 2 poireaux et 2 courgettes détaillés en gros dés, 1 chou coupé en fines lamelles et 500 g d'épinards, puis, au bout de 10 min, la sauce tomate. Quand le tout a bien mijoté, ajouter les haricots entiers avec leur eau de cuisson et la purée. Allonger avec 1 litre de bouillon pour obtenir une consistance onctueuse. Cuire à petit feu 1 heure, poivrer et saler. Mettre dans une petite poêle 1 verre d'huile d'olive, 2 gousses d'ail écrasées, 1 branche de thym et 2 brins de romarin. Porter sur le feu puis, quand l'ail commence à blondir, verser cette huile aromatisée sur le minestrone à travers une passoire, de façon à retenir les aromates. Servir chaud ou froid.

MINT JULEP Cocktail obtenu en secouant vigoureusement dans un grand verre de la glace pilée, du bourbon, des feuilles de menthe et du sucre. D'autres juleps, additionnés de menthe, sont faits avec du champagne ou du gin et du jus d'orange. Ils se servent tous décorés de menthe fraîche et poudrés de sucre.

MINT SAUCE Sauce typiquement anglaise composée d'une julienne de feuilles de menthe mélangée à de la cassonade et du vinaigre, relevée de sel et de poivre et détendue avec quelques gouttes d'eau. La mint sauce se sert froide et accompagne l'agneau chaud ou froid.

MIQUE Boulette périgourdine de farine de maïs et de froment, ou de froment seul, et de saindoux, de graisse d'oie ou de beurre, à laquelle on ajoute parfois de la levure et du lait, ainsi que des œufs. Les miques sont pochées à l'eau salée ou dans un bouillon ; elles accompagnent les plats en sauce, le pot-au-feu, le petit salé au chou, la soupe ou le civet. Aplaties, elles peuvent, une fois pochées et refroidies, être frites à la poêle et servies en dessert avec de la confiture ou du sucre. Coupées en tranches, elles sont rissolées à la graisse d'oie et servies en entrée avec du lard grillé. On trouve aussi des miques en Béarn et dans le Pays basque, notamment les miques « noires » (ou *pourrous negres)*, faites de maïs et de froment, pochées dans l'eau de cuisson des boudins, puis grillées.

mique levée du Périgord noir
Bien pétrir à la main 500 g de farine de froment, 3 œufs entiers, 10 g de levure de boulanger (délayée dans un peu de lait tiède 10 min avant de travailler la pâte), 100 g de beurre ramolli (ou de graisse d'oie), 1 pincée de sel et 1,5 verre de lait. Travailler jusqu'à ce que la pâte soit ferme et homogène. En faire une boule et la laisser reposer 5 heures dans une jatte, sous un torchon. Trois quarts d'heure avant la fin de la cuisson d'un pot-au-feu, mettre la mique dans le bouillon en la retournant à mi-cuisson. Servir en tranches, avec les légumes et la viande.

MIRABEAU Nom d'un apprêt des viandes de boucherie grillées (de bœuf notamment), mais aussi des filets de sole et des œufs sur le plat, qui sont garnis de filets d'anchois, d'olives dénoyautées, de feuilles d'estragon et de beurre d'anchois.

▶ **Recette** : BŒUF.

MIRABELLE Petite prune jaune, à chair ferme, douce et parfumée, produite principalement en Alsace et en Lorraine ; celle de Metz est très estimée.

La mirabelle (voir tableau des prunes page 866) se consomme fraîche, mais sert surtout à faire des conserves au sirop, des confitures et une eau-de-vie blanche, ainsi que des flans et des tartes. En Lorraine, l'eau-de-vie bénéficie d'une appellation réglementée.

▶ **Recette** : COMPOTE.

MIREPOIX Préparation culinaire créée au XVIII[e] siècle par le cuisinier du duc de Lévis-Mirepoix, maréchal de France et ambassadeur de Louis XV.

La mirepoix associe des légumes, du jambon cru ou du lard maigre lorsque la préparation est « au gras », et une garniture aromatique. Elle enrichit la cuisson de viandes, gibiers et poissons, certaines sauces (l'espagnole notamment), ainsi que divers apprêts (artichauts, grenouilles, macaronis, etc.). La mirepoix « au maigre » est surtout employée pour préparer les crustacés ou les moules à la bordelaise, mais elle sert aussi pour les légumes braisés et certaines sauces blanches.

attereaux de foies de volaille à la mirepoix → ATTEREAU

mirepoix au gras

Détailler en dés 150 g de rouge de carottes épluchées, 100 g d'oignons épluchés, 50 g de céleri-branche effilé et 100 g de jambon cru (ou de lard de poitrine maigre blanchi). Chauffer 25 g de beurre dans une casserole, ajouter tous les ingrédients, 1 brin de thym, 1/2 feuille de laurier ; bien remuer et couvrir. Cuire doucement 20 min, jusqu'à ce que les légumes aient fondu.

mirepoix au maigre

On la prépare comme la mirepoix au gras, en supprimant le porc et en taillant les légumes en brunoise.

oreilles de veau braisées à la mirepoix → OREILLE

MIRLITON Tartelette en pâte feuilletée garnie d'une crème aux amandes et décorée de trois demi-amandes en étoile. La préparation dite « appareil à mirliton » entre dans la composition de nombreuses tartes (aux myrtilles, à la rhubarbe...). On appelle aussi « mirliton » des petits-fours secs à la fleur d'oranger.

mirlitons de Rouen

Abaisser 250 g de pâte feuilletée sur 2 mm d'épaisseur et en garnir 10 moules à tartelette. Mélanger dans une terrine 2 œufs battus, 4 gros macarons écrasés, 60 g de sucre semoule et 20 g de poudre d'amande. Emplir les moules, aux trois quarts, de cet appareil. Laisser reposer 30 min au frais. Séparer en deux 15 amandes mondées et disposer 3 demi-amandes sur chaque tartelette. Poudrer de sucre glace et cuire de 15 à 20 min au four préchauffé à 200 °C. Servir tiède ou froid.

MISCHBROT Pain préparé avec 70 % de farine de seigle et 30 % de farine de blé. Le levain obtenu avec la moitié (ou davantage) de la farine de seigle donne au Mischbrot une saveur légèrement acidulée et une mie peu aérée. Ce pain, le plus consommé en Allemagne, est parfois aromatisé au lard, aux oignons, etc. Il se déguste plusieurs jours après sa fabrication.

MISE EN PLACE Ensemble des opérations qui précèdent la préparation proprement dite de chaque service de restauration.

En salle, la mise en place se traduit par la disposition des tables et des couverts ; en cuisine, elle consiste à réunir des ingrédients et des ustensiles indispensables à la réalisation des plats figurant sur la carte. La mise en place des fonds, des fumets, des sauces et des beurres composés, la préparation des viandes et des gibiers, la confection des consommés, des potages et des entremets incombent à chaque cuisinier ou chef de partie, selon sa place et ses fonctions dans la brigade.

MISO Pâte de soja fermentée, blanche ou colorée en rouge, faite de germes de soja cuits, malaxés avec du riz ou du blé et du sel, utilisée comme condiment dans la cuisine japonaise.

MISTELLE Jus de raisin auquel on a ajouté de l'alcool pour l'empêcher de fermenter. Le sucre naturel reste ainsi dans le moût. Les mistelles, dont la production est réglementée, servent à fabriquer des vermouths. Le pineau, le floc de Gascogne, le ratafia de Champagne sont des mistelles dont l'alcool est une eau-de-vie de vin.

MITONNER Cuire doucement et longtemps des tranches de pain de campagne rassis dans une soupe ou un bouillon, pour que le pain absorbe le liquide et que la soupe devienne plus consistante. Par extension, le mot est devenu synonyme de « mijoter », et on l'emploie même dans le sens de préparer minutieusement un plat de cuisine ménagère.

MIXED GRILL Assortiment typiquement anglo-saxon de diverses viandes grillées (côtelettes d'agneau, dés de foie, saucisse fine, steak) au barbecue ou sur un gril en fonte, servi avec une garniture de verdure et de tomates grillées persillées.

MIXEUR Appareil électrique servant à broyer ou à mélanger les aliments. On utilise le mixeur pour réduire la soupe en velouté, les fruits cuits en compote, les tomates en coulis, certains légumes non féculents en purée, ainsi que pour monter une mayonnaise très ferme ou préparer des farces fines, des mousses et des mousselines.

– Le mixeur plongeant est formé d'un bloc-moteur muni d'une poignée, prolongé par une colonne portant un couteau qui tourne à près de 10 000 tours par minute. Il est introduit soit directement dans le récipient de cuisson ou de préparation, soit dans un gobelet-tamis, qui retient tous les déchets (pépins,

peaux, fibres). Il est parfois doté d'un accessoire presse-purée, moins rapide pour que la préparation ne devienne ni collante ni visqueuse.
– Le mixeur à bol comporte un bloc-moteur servant de socle, sur lequel repose un bol où on plonge le couteau. Il a une capacité limitée, et il faut fractionner les quantités à traiter.

MODE Se dit d'un apprêt de grosses pièces de bœuf braisées, auxquelles on ajoute, aux trois quarts de la cuisson, du pied de veau désossé et détaillé en cubes, des carottes tournées et des petits oignons. Le bœuf « mode » se consomme chaud ou froid, en gelée.

De nombreux autres apprêts sont dits « à la mode » d'une ville ou d'une région lorsqu'il s'agit d'une spécialité locale.

▶ **Recettes** : BŒUF, CHEVREUIL, POULET, TARTE, TOURTE, TRIPES, VERNIS.

MODERNE (À LA) Se dit de grosses pièces de boucherie dont la garniture comprend toujours de la laitue braisée (farcie ou non), complétée à volonté de pommes noisettes et de quenelles décorées de lames de truffe ou de langue écarlate, et aussi d'une timbale de chou braisé, cuite dans un moule de forme hexagonale foncé en chartreuse et ornée d'une lame de truffe ; la sauce est un jus de veau lié.

Les tournedos et noisettes d'agneau « à la moderne » sont sautés, dressés sur des têtes de champignons grillées, nappés de leur déglaçage au madère et à la demi-glace, et garnis de pommes croquettes, de laitues braisées et de tomates entières mondées et étuvées.

MOELLE OSSEUSE Substance grasse, ferme quand elle est crue et devenant huileuse quand elle est chauffée, que l'on trouve dans la cavité des os longs des animaux. La moelle ne doit pas cuire plus de vingt minutes et, pour éviter qu'elle ne se détache de l'os, il faut la saler ou envelopper celui-ci dans du papier d'aluminium.

Le pot-au-feu et le bœuf à la ficelle doivent comporter un tronçon d'os à moelle. La moelle accompagne aussi le bœuf grillé ou poêlé. Elle entre dans la composition de sauces, notamment la bordelaise, et accommode certains légumes comme les cardons. On peut encore la déguster sur croûte ou sur canapé.

▶ **Recettes** : BOUCHÉE SALÉE, CARDON, CROÛTE, LAITUE, ROUGET-BARBET, SAUCE, TURBOT.

MOÏNA Nom d'un apprêt de filets de sole pochés, garnis de quartiers d'artichaut étuvés au beurre et de morilles à la crème.

MOKA Variété de café provenant d'Arabie. Seuls les cafés récoltés aux confins de la mer Rouge ont droit à l'appellation « moka », du nom du port yéménite par où ils étaient traditionnellement exportés. Le moka est un café puissant, fortement aromatique, mais certains le trouvent amer, voire musqué. On le sert en général très fort et très sucré, dans de petites tasses. Il constitue un parfum de choix pour la pâtisserie, les glaces et la confiserie.

Le moka est aussi un gâteau individuel ou en grosse pièce, constitué d'abaisses de génoise ou de biscuit imbibées de sirop au café et séparées par des couches de crème au beurre parfumée au café ou au chocolat.

▶ **Recettes** : GÂTEAU, VACHERIN.

MOLE POBLANO Plat de fête de la cuisine mexicaine, dont le nom complet est *mole poblano de guajolote,* qui est un ragoût de dinde en sauce au cacao. À l'origine, la volaille était cuite au pot, mais on peut aussi la rôtir au four ou la préparer en cocotte, au saindoux. Découpée en morceaux, elle est ensuite nappée de sauce *(mole)* : celle-ci est faite en pilant d'abord divers piments avec du bouillon de volaille ; on ajoute des oignons, des tomates, de la tortilla émiettée, de l'ail et des amandes écrasées, ainsi que des graines d'anis et de sésame, puis on épice avec de la cannelle, des clous de girofle et de la coriandre. Le tout est bien écrasé et tamisé, mijoté dans du saindoux, mouillé de bouillon et additionné de cacao amer. Largement nappé de sauce, le plat est servi parsemé de graines de sésame, avec des épis de maïs ou de petites tortillas.

▶ **Recette** : DINDE, DINDON ET DINDONNEAU.

MOLLUSQUE Animal marin ou, plus rarement, terrestre, dont le corps mou est souvent protégé par une coquille. Les bivalves, ou lamellibranches, possèdent une coquille articulée à deux valves (coquille Saint-Jacques, huître, moule, palourde), alors que les gastropodes ont une coquille unique soit spiralée (bigorneau, buccin, escargot), soit plate (ormeau), ou conique (patelle) ; ils sont vendus vivants. Le troisième groupe de mollusques est formé par les céphalopodes, qui n'ont pas de coquille (calmar, poulpe, seiche) ; ils sont vendus comme les poissons, frais et sous glace.

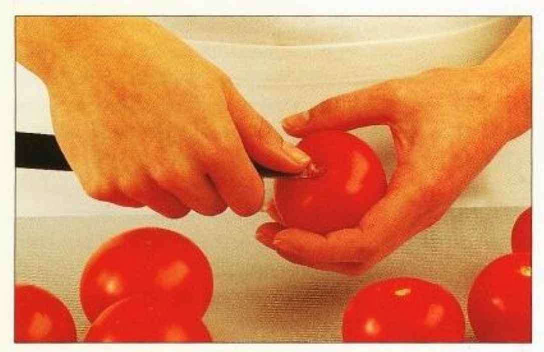
MOMBIN Fruit jaune ou rouge foncé, d'un arbre de la famille des anacardiacées, arrondi, oblong ou légèrement piriforme, de 3 à 5 cm de long. Appelé aussi « spondias » ou « prune d'Espagne », le mombin est cultivé au Mexique, aux Philippines et aux Antilles ; la saveur de sa chair jaune, douce et juteuse, rappelle celle de l'orange. On le consomme nature, en compote, en confiture ou séché. Une autre variété (jaune pâle, à chair ferme et juteuse, au goût plus acidulé) est cultivée en Inde et dans le Pacifique ; elle accompagne de nombreux plats salés (notamment le poulet) et entre dans la composition des chutneys (surtout quand le fruit est vert), mais se déguste également crue, bien mûre.

MONACO Nom d'un apprêt de filets de sole pochés, nappés de sauce au vin blanc à la tomate et aux fines herbes, garnis d'huîtres pochées et de croûtons en dents de loup. L'appellation s'applique aussi à un consommé de volaille garni de petites boules de carotte et de navet, de truffes et de profiterolles, ou lié aux jaunes d'œuf et garni de tranches de pain poudrées de sucre. Ce dernier apprêt est assez voisin du consommé Monte-Carlo (consommé de volaille lié à l'arrow-root, garni de disques de pâte à génoise fromagée, dorés au four).

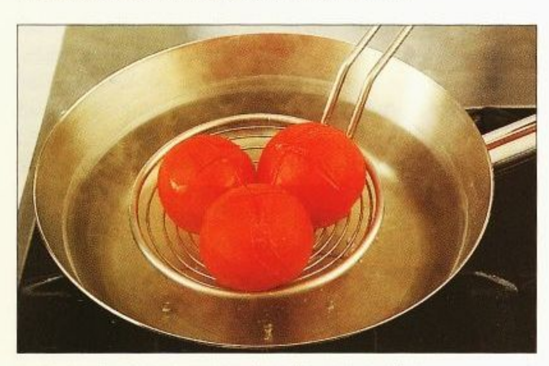
MONBAZILLAC Vin AOC blanc liquoreux du Sud-Ouest, issu des mêmes cépages que le sauternes, produit au sud de Bergerac (voir SUD-OUEST).

MONDER Retirer la peau d'un fruit (amande, pêche, pistache, tomate) que l'on a d'abord mis dans une passoire et plongé quelques secondes dans de l'eau en ébullition. Le mondage proprement dit se fait avec la pointe d'un couteau d'office, délicatement, sans entamer la pulpe. Les amandes sont prêtes à monder quand leur peau se détache sous la pression des doigts. On « monde » également les cervelles en les plongeant dans de l'eau vinaigrée froide, pour enlever leur pellicule.

Monder des tomates



1. *Retirer le pédoncule des tomates après les avoir lavées. Les retourner et les entailler en croix.*



2. *Mettre les tomates 10 s dans l'eau bouillante, puis les plonger aussitôt dans de l'eau froide.*



3. *Retirer la peau en la soulevant délicatement : on dit que l'on « monde » une tomate.*

MONÉGASQUE (À LA) Se dit de tomates farcies froides, servies en hors-d'œuvre. Coupées aux trois quarts de leur hauteur, les tomates sont évidées, salées, poivrées, assaisonnées d'huile et de vinaigre, puis garnies d'un mélange lié de mayonnaise, de thon au naturel émietté, d'oignons ciselés, de fines herbes et, éventuellement, d'œufs durs hachés.

MONSELET (CHARLES PIERRE) Journaliste, poète et écrivain français (Nantes 1825 - Paris 1888). Cet ami de Baudelaire écrivit notamment *la Cuisinière poétique* (1859), ouvrage auquel collaborèrent Dumas, Banville, Gautier, etc. Du 21 février au 1er août 1858, Monselet fit paraître chaque dimanche *le Gourmet*, baptisé « journal des intérêts gastronomiques ». Cette feuille éphémère fut reprise ensuite sous le titre d'*Almanach des gourmands*, emprunté à Grimod de La Reynière, dont elle se voulait la continuatrice. L'*Almanach* parut en 1861 et 1862, puis de 1866 à 1870.

Ami de nombreux restaurateurs de son époque, Monselet s'est vu dédier des recettes, toujours riches, dont certaines ont en commun les artichauts et les truffes : attereaux associant huîtres pochées, quartiers d'artichaut étuvés et lames de truffe, enrobés de sauce Villeroi, panés à l'anglaise et frits ; omelette fourrée d'un salpicon de fond d'artichaut et de truffe mijoté dans de la crème, garnie de lames de truffe chauffées au beurre et servie avec une sauce madère bien réduite.

▶ **Recettes** : BOMBE GLACÉE, CAILLE, PERDREAU ET PERDRIX.

MONTAGNÉ (PROSPER) Cuisinier français (Carcassonne 1864 - Sèvres 1948). Fils d'un hôtelier de Carcassonne, il se destinait à l'architecture, mais il adopta le métier paternel lorsque ses parents ouvrirent un hôtel à Toulouse. Il gravit dès lors tous les échelons de la profession, dans les brigades des plus grands établissements de Paris, de Cauterets, de San Remo, de Monte-Carlo, puis revint à Paris, où il devint chef au *Pavillon d'Armenonville*, chez *Le Doyen* et enfin au *Grand Hôtel*, où il finit « gros bonnet », là même où il avait débuté. Il rédigea alors, avec Prosper Salles, son premier ouvrage culinaire, *la Grande Cuisine illustrée* (1900), suivi du *Grand Livre de la cuisine* (1929). Avec le concours du docteur Gottschalk, il rédigea le *Larousse gastronomique*, dont la première édition date de 1938. On lui doit également *la Cuisine fine* (1913), le *Trésor de la cuisine du Bassin méditerranéen, le Festin occitan* (1929), *Cuisine avec et sans ticket* (1941), etc.

Pendant la guerre de 1914-1918, Prosper Montagné organisa les cuisines centrales des armées. Après un séjour en Amérique du Nord, au cours duquel il conseilla la direction des abattoirs de Chicago, il revint à Paris et ouvrit, rue de l'Échelle, un restaurant que certains ont considéré comme la meilleure table de France. Il organisa aussi les premiers concours de cuisine des expositions gastronomiques. Son nom se perpétue notamment grâce au club Prosper Montagné, association de gastronomes et de professionnels fondée par René Morand en souvenir du maître, pour « mettre en honneur la qualité » (voir MONT-BRY).

MONTAGNY Vin AOC blanc de Bourgogne, bouqueté, légèrement épicé, sec, léger, produit dans quatre communes de la Côte chalonnaise (voir BOURGOGNE).

MONTBAZON Nom d'une garniture pour volailles, composée de ris d'agneau poêlés et de quenelles, et complétée par des têtes de champignon tournées et des lames de truffe.

MONT-BLANC Entremets froid, fait de purée de marron vanillée, surmonté d'un dôme de crème Chantilly et décoré. La chantilly est parfois entourée d'une bordure de purée de marron sucrée et dressée sur un disque de pâte sablée ou de meringue.

mont-blanc

Éplucher 1 kg de marrons. Les mettre dans une casserole épaisse avec 200 g de beurre, 100 g de sucre, 1 pincée de sel, 1 litre de lait et 1 gousse de vanille fendue en deux ; cuire 40 min sur feu très doux. Ajouter 100 g de chantilly. Passer les marrons au presse-purée pour obtenir des « vermicelles » et en garnir un moule à savarin beurré, sans tasser. Mettre au froid 30 min. Fouetter 4 dl de crème fraîche en chantilly en y ajoutant 1 sachet de sucre vanillé et 30 g de sucre glace. Démouler la couronne aux marrons sur un plat et garnir le centre de crème Chantilly, puis décorer avec des débris de marrons glacés et des violettes en sucre. Réserver au frais jusqu'au moment de servir.

MONT-BRY Pseudonyme de Prosper Montagné, ayant servi à baptiser divers apprêts dont il fut le créateur ou qui lui furent dédiés. La garniture Mont-Bry sert à apprêter de petites pièces de boucherie, qui sont disposées sur des palets de purée d'épinard liée au parmesan, nappées d'un déglaçage au vin blanc et au fond de veau lié, et garnies de cèpes à la crème.
▶ **Recettes** : SOLE, SOUFFLÉ.

MONT-D'OR Fromage lyonnais de lait de chèvre, ou de laits de vache et de chèvre mélangés (45 % de matières grasses), à pâte molle et à croûte naturelle bleutée, légèrement tachée de rouge (voir tableau des fromages français page 497). Il se présente sous la forme d'un disque de 8 à 9 cm de diamètre et de 1,5 cm d'épaisseur. Doux et délicat au goût, il se rapproche un peu du saint-marcellin affiné.

MONT-DORE Nom d'un apprêt de pommes de terre. C'est une purée, liée avec des jaunes d'œuf, parfois enrichie de crème, additionnée de fromage râpé, puis dressée en dôme dans un plat à gratin, parsemée encore de fromage et mise à gratiner.

MONTER Battre au fouet à main ou électrique des blancs d'œuf, de la crème fraîche ou un appareil sucré (génoise, pâte à meringue), pour que la masse de l'apprêt emmagasine une certaine quantité d'air, ce qui le fait augmenter de volume en lui donnant une consistance et une couleur spécifiques.

Monter des jaunes d'œuf, c'est les mélanger énergiquement avec un fouet à sauce sur feu doux, jusqu'à obtenir une préparation crémeuse, nécessaire à la confection d'une sauce émulsionnée chaude. On monte aussi les émulsions, à chaud ou à froid (béarnaise ou mayonnaise), en incorporant le corps gras dans le jaune.

Monter une sauce au beurre, c'est lui ajouter du beurre par petites parcelles pour la rendre plus lisse ou plus brillante ; on incorpore celui-ci soit en tournant avec une cuillère, soit en donnant un mouvement de rotation au récipient.

MONTGLAS Nom d'un salpicon de langue écarlate et de champignons pochés (ou, plus rarement, de ris d'agneau pochés, de crêtes et de rognons de coq), additionnés de moitié moins de foie gras et de truffe ; le tout est taillé en julienne et lié soit de sauce madère réduite, soit de demi-glace au madère (pour la seconde composition). Les côtes d'agneau Montglas, cuites d'un côté, sont recouvertes de ce salpicon, puis de chapelure et gratinées au four ; elles sont dressées avec un cordon de demi-glace. Ris de veau et volaille Montglas sont braisés et nappés de leur déglaçage, dans lequel on intègre le salpicon. Les bouchées feuilletées Montglas sont garnies de salpicon et ornées de petites escalopes de foie gras et de lames de truffe.

MONTHÉLIE Vin AOC rouge ou blanc de la Côte de Beaune, à la fois ferme et délicat. Les premiers crus portent souvent le nom du vignoble (voir BOURGOGNE).

MONTLOUIS Vin AOC blanc de Touraine, sec, demi-sec ou liquoreux, tranquille ou effervescent, qui fut longtemps vendu comme « vouvray » (voir TOURAINE).

MONTMARTRE (VIN DE) Vin produit sur la butte Montmartre, à Paris. La vigne, vendangée en grande pompe, donne chaque année quelque quatre cents bouteilles, vendues aux enchères au profit des œuvres sociales du quartier.

MONTMORENCY Nom de divers apprêts salés ou sucrés, caractérisés par la présence de cerises aigres (de Montmorency). Le caneton Montmorency, poêlé avec une garniture aromatique, est garni de cerises dénoyautées pochées au vin de Bordeaux et servi nappé du fond de cuisson déglacé au cherry brandy puis mouillé de fond de veau, lié et passé au chinois.

De tous les apprêts de pâtisserie baptisés « Montmorency », le plus classique est une génoise garnie de cerises au sirop masquées de meringue italienne, le dessus étant décoré de cerises glacées ou confites. Glaces, bombes et mousses glacées, croûtes, tartes et tartelettes Montmorency utilisent toutes des cerises, fraîches, confites ou macérées à l'eau-de-vie.

Il existe en cuisine classique d'autres apprêts Montmorency, qui ne comportent pas de cerises : ainsi, la garniture pour petites et grosses pièces de boucherie est composée de fonds d'artichaut remplis de boules de carotte glacées et de petites pommes noisettes de même grosseur.
▶ **Recettes** : BOMBE GLACÉE, BORDURE, CROÛTE, GÂTEAU.

MONTPENSIER Nom de divers apprêts sucrés ou salés. Le gâteau Montpensier est fait d'une pâte de type génoise, enrichie d'amande en poudre, de raisins secs et de fruits confits. Par extension, on appelle parfois « Montpensier » des gâteaux cuits dans un moule chemisé avec l'ingrédient qui parfume la préparation.

Quant aux tournedos, petites pièces de boucherie et escalopes de volaille Montpensier, ils sont garnis de pointes d'asperge et d'une julienne de truffe.

▶ **Recette** : SUPRÊME.

MONTRACHET Fromage bourguignon de lait de chèvre (45 % de matières grasses), à pâte molle et à croûte naturelle bleutée (voir tableau des fromages français page 497). Il se présente sous la forme d'un cylindre de 6 cm de diamètre et de 8 à 9 cm d'épaisseur. Présenté dans une feuille de vigne, le montrachet a une odeur caprine et un goût noiseté marqué.

MONTRACHET (VIN) Vin AOC blanc sec, un des plus célèbres de France, à la fois moelleux et acide. Le montrachet, produit par deux communes de la Côte de Beaune, Puligny-Montrachet et Chassagne-Montrachet, est considéré par certains comme le meilleur vin blanc du monde (voir BOURGOGNE).

MONTRAVEL Vin AOC blanc, sec ou moelleux, récolté sur la rive droite de la Dordogne, dans un secteur enclavé dans le Bordelais, mais qui est considéré comme un bergerac (voir SUD-OUEST).

MONTREUIL Nom d'une garniture pour tournedos et petites pièces de boucherie, composée de fonds d'artichaut étuvés au beurre et garnis les uns de petits pois, les autres de petites boules de carotte glacées, de même grosseur que les pois. Les poissons pochés Montreuil sont nappés de sauce au vin blanc et garnis de boules de pomme de terre cuites à l'eau, nappées d'un velouté au coulis de crevette.

MONTROUGE Nom de divers apprêts comportant des champignons de couche, ainsi baptisés en souvenir des champignonnières installées autrefois à Montrouge, aux portes de Paris.

▶ **Recettes** : CROQUETTE, CROUSTADE.

MONTSÉGUR Fromage pyrénéen de lait de vache (45 % de matières grasses), à pâte pressée non cuite et à croûte naturelle paraffinée noire. Il se présente sous la forme d'un disque à talon convexe de 20 cm de diamètre et de 8 à 12 cm d'épaisseur, pesant de 2 à 3 kg. Fabriqué industriellement, il est piqueté de quelques ouvertures.

MOQUES Spécialité de la pâtisserie gantoise. Ce gros boudin de pâte levée, parfumée à la cassonade et aux clous de girofle, est roulé dans du sucre cristallisé, coupé en tranches épaisses et cuit à four doux.

MORBIER Fromage franc-comtois de lait de vache (45 % de matières grasses), à pâte pressée non cuite et à croûte naturelle gris clair ou orangée (voir tableau des fromages français page 496). Le morbier a la forme d'un disque de 35 à 40 cm de diamètre et de 8 cm d'épaisseur. Affiné à sec deux ou trois mois, il présente une raie de suie horizontale en son milieu et a une saveur assez prononcée.

MOREY-SAINT-DENIS Vin AOC rouge de la Côte de Nuits, dont la plupart des grands crus sont commercialisés sous leur propre appellation : clos-de-la-roche, clos-saint-denis, clos-de-tart et bonnes-mares (voir BOURGOGNE).

MORGON Vin faisant partie des dix crus classés du Beaujolais, plus corsé et un peu moins fruité que les autres, mais célèbre pour son arôme de kirsch (voir BEAUJOLAIS).

MORILLE Champignon de printemps très savoureux, mais assez rare, ou d'apparition capricieuse (voir planche des champignons page 240). Son chapeau conique étant creusé de profondes alvéoles, il faut le nettoyer avec beaucoup de soin dans plusieurs eaux pour le débarrasser de la terre, du sable ou des insectes qui s'y logent.

Les morilles à chapeau foncé, de couleur brune à noirâtre, sont les plus estimées ; la « blonde » est un peu moins savoureuse ; les morillons, à pied plus long, sont également moins fins.

Toutes les morilles demandent à être bien cuites, car la cuisson détruit certaines substances toxiques qu'elles contiennent ; elles sont souvent étuvées au beurre, puis liées à la crème fraîche ou déglacées au madère. Elles constituent une garniture « forestière » pour une omelette, une volaille, une viande rouge ou des ris de veau, peuvent aussi être cuisinées en gratin et relèvent les potages et les sauces. On les conserve au naturel, à l'huile ou par dessiccation.

aumônières de homard aux morilles

Faire dégorger 2 ris de veau 1 heure dans l'eau froide. Les égoutter, les couvrir d'eau et les blanchir 5 min. Les rafraîchir, les éplucher et les garder au frais jusqu'au lendemain. Réhydrater 50 g de morilles séchées 30 min dans de l'eau tiède, puis les blanchir 3 min à l'eau bouillante salée. Faire revenir dans 30 g de beurre 2 carottes, 4 échalotes et 3 gousses d'ail, émincées très finement. Ajouter les ris de veau coupés en dés et laisser braiser doucement 10 min. Mouiller avec 10 cl d'eau, ajouter 1 cuillerée à café de fumet de crustacés déshydraté, 2 tomates épépinées et concassées, assaisonner de sel et de poivre, couvrir et cuire 10 min. Égoutter les dés de ris et passer le contenu de la sauteuse au chinois. Couper en cubes la chair de 2 homards de 900 g, cuits 5 min à l'eau bouillante salée et décortiqués. Les mélanger avec les ris et les morilles, grossièrement hachées. Réserver les légumes aromatiques. Découper 6 feuilles de brik en

▶ *Aumônières de homard aux morilles*



carrés de 20 cm de côté. Placer au centre 2 cuillerées de la préparation, badigeonner les bords de beurre fondu et les réunir pour former des aumônières. Les disposer sur une plaque beurrée et les cuire au four préchauffé à 210 °C. Déglacer la sauteuse de cuisson avec 10 cl de vin blanc sec, ajouter 2 cuillerées de fumet de crustacés, 1 jus de citron et les légumes aromatiques mixés. Mélanger sur feu doux et servir cette sauce avec les aumônières de homard.

gigot de poularde au vin jaune et morilles → POULARDE

morilles à la crème

Nettoyer 250 g de morilles. Les laver vivement à l'eau froide. Les éponger à fond. Les laisser entières si elles sont petites, les couper en deux si elles sont grosses. Les mettre dans une sauteuse avec 1 cuillerée à soupe de beurre, 1 cuillerée à café de jus de citron, 1 cuillerée à café d'échalotes hachées, du sel et du poivre. Les faire étuver 5 min, puis les couvrir de crème fraîche bouillante. Faire réduire jusqu'à ce que la sauce ait épaissi. Au moment de servir, ajouter 1 cuillerée à soupe de crème fraîche et du persil ciselé.

RECETTE D'ÉMILE TABOURDIAU

morilles farcies au ris d'agneau

« Bien laver 48 morilles moyennes et les égoutter sur un torchon. Prélever les queues, les hacher et les préparer en duxelles. Blanchir 400 g de ris d'agneau et les braiser au porto avec une garniture aromatique. Les couper en petits dés, y ajouter la duxelles, 1 pincée de cerfeuil ciselé et 1 cuillerée à soupe de fond de braisage ; lier avec 1 jaune d'œuf. Dans un sautoir, faire suer au beurre 3 échalotes hachées, ajouter les morilles, déglacer avec 2 cl de noilly et 5 cl de fond blanc de volaille, saler, poivrer. Couvrir et cuire 5 min. Retirer les champignons ; filtrer et réserver la cuisson. À l'aide d'une poche à douille, farcir les morilles avec le ragoût de ris d'agneau. Les ranger dans une cocotte, ajouter le fond de braisage et quelques gouttes de porto. Couvrir le récipient, le luter et cuire 20 min au four, au bain-marie. Servir dans le plat de cuisson. »

poularde à la crème et aux morilles → POULARDE
sauce aromatique aux morilles → SAUCE
sot-l'y-laisse aux morilles → VOLAILLE
tournedos aux morilles → BŒUF
turbot aux morilles → TURBOT

MORNAY Nom d'une sauce dérivée de la béchamel, additionnée de jaunes d'œuf et de gruyère râpé, dont on nappe divers apprêts cuits destinés à être glacés à la salamandre ou gratinés au four : œufs pochés, poissons, coquillages, légumes, crêpes fourrées, hachis variés, etc.
▶ **Recettes** : COQUILLE, SAUCE, SOLE.

MORTADELLE Charcuterie d'origine italienne, qui est une spécialité de Bologne (voir tableau des saucissons page 957). La mortadelle est un gros saucisson cuit à sec, légèrement fumé et aromatisé diversement (originellement, c'était avec de la myrte – *mortella* en italien –, d'où son nom). On la truffe aussi de pistaches. D'un diamètre de 25 cm au moins, elle se présente à la coupe comme une pâte fine et claire, où sont répartis des dés de gras ; on la sert en hors-d'œuvre, en tranches très fines.

MORTIER Récipient arrondi de grandeur variable, en bois, en porcelaine épaisse, en marbre ou en pierre, dans lequel on écrase à l'aide d'un pilon des aliments que l'on veut réduire en purée, en pâte ou en poudre. Son usage en cuisine remonte à l'Antiquité. Au XIX[e] siècle, dans les campagnes, on réduisait le sel en poudre dans des mortiers de granite. En Provence, ces derniers sont en bois d'olivier et servent toujours à émulsionner l'aïoli et à piler les herbes aromatiques avec de l'huile. Le mortier reste très utile pour certaines préparations, comme les farces et les beurres composés, ainsi que pour l'aïoli et la brandade. Dans les cuisines indienne (mélange d'épices, farine de lentille), africaine (pilage du manioc et du mil) et d'Amérique centrale (farine de maïs), c'est encore un ustensile de base.

MORUE Poisson des mers froides, de la famille des gadidés, qui n'est commercialisé sous ce nom que salé et séché ; vendu frais ou surgelé, il est appelé « cabillaud » (voir ce mot). La morue, qui pèse de 200 ou 300 g à 50 kg, a été pêchée à Terre-Neuve mais sur une telle échelle qu'elle est aujourd'hui pratiquement décimée. Au Canada, elle est toujours très appréciée fraîche. La distinction entre la morue et le cabillaud n'existe qu'en France, seul pays à avoir longtemps pratiqué deux pêches bien distinctes, l'une pour la morue fraîche, l'autre pour la morue salée à bord. Actuellement, les poissons vendus sous les deux appellations sont congelés ou salés sur les mêmes bateaux.

■ **Présentations.** Elles diffèrent essentiellement en fonction du salage.

– La morue verte, salée mais non séchée, vendue en tonneaux, à l'odeur forte, ne se trouve pratiquement plus en France, mais on en trouve beaucoup dans le Bassin méditerranéen et au Portugal *(bacalao)*.
– La morue salée, la plus traditionnelle en France, est salée à bord, rincée et brossée au port, puis resalée (repaquée) ; elle se vend « en queue » ou emballée.
– Les filets de morue, brossés, lavés, pelés et désarêtés, blanchis et salés moins fortement, sont vendus préemballés, en portions de 200 g, 1 kg et multiples de 1 kg.
– Le stockfisch (« morue de Norvège »), est séché à l'air.

■ **Emplois.** La morue est plus énergétique que le cabillaud (350 Kcal pour 100 g). Son foie, riche en vitamines A et D, fut longtemps utilisé comme remède sous forme d'huile ; il est aujourd'hui mis en conserve, fumé, et sert à préparer des hors-d'œuvre froids.

La morue a constitué, pendant des siècles, un aliment de base, notamment pour les jours maigres. C'était en outre une denrée « stratégique », car elle permettait

de tenir en cas de siège. Les tripes de morue étaient également un mets apprécié : elles s'apprêtaient, après lavage, comme de la fraise de veau. Enfin, les langues de morue donnaient et donnent encore lieu à des recettes savoureuses.

Avant toute préparation, la morue doit être soigneusement dessalée. On peut ensuite soit la pocher et la servir froide ou chaude, généralement avec une sauce, soit la faire sauter directement dans un corps gras, ou encore la servir en brandade.

morue : dessalage et pochage

Si la morue est sèche, la brosser sous le robinet d'eau froide, puis, suivant le cas, la laisser entière ou la diviser en fragments (ce qui accélère le processus de dessalage). Mettre le poisson (la peau au-dessus, car elle est imperméable et empêcherait le sel de se déposer au fond de l'eau) dans une passoire et celle-ci dans une bassine remplie d'eau froide. Laisser dessaler 24 heures (12 heures s'il s'agit de filets) en changeant l'eau 3 ou 4 fois. Égoutter alors la morue et la placer dans une casserole en la couvrant largement d'eau froide légèrement salée ; ajouter 1 bouquet garni, porter à ébullition et cuire 10 min à petit frémissement.

acras de morue → ACRA
aïoli de morue → AÏOLI
brandade de morue nîmoise → BRANDADE
croquettes de morue → CROQUETTE

filets de morue maître d'hôtel

Dessaler des filets de morue entiers, puis les détailler en languettes. Les aplatir légèrement, les éponger, les paner à l'anglaise, puis les faire cuire au beurre. Les dresser dans un plat de service et les napper de beurre maître d'hôtel mi-fondu ; servir avec des pommes de terre à l'anglaise.

RECETTE DE JEAN ET PAUL MINCHELLI

langues de morue sauce pistou

« Faites dessaler 300 à 400 g de langues de morue. Pochez-les de 3 à 4 min dans un mélange de 75 cl de lait et 75 cl d'eau, sans laisser bouillir. Égouttez-les, séchez-les, passez-les dans de la farine extra-fluide. Secouez-les pour en enlever l'excédent. Chauffez 2 cuillerées à soupe d'huile d'olive dans une poêle anti-adhésive et dorez-y les langues 1 min à feu vif. Sortez-les et posez-les sur du papier absorbant. Jetez l'huile et essuyez la poêle, sans la laver. Versez-y 20 cl de sauce pistou et 20 cl de coulis de tomate. Laissez chauffer 1 min et remettez-y les langues, en mélangeant avec une cuillère de bois. Faites chauffer quelques instants et servez aussitôt. »

morue à la bénédictine

Dessaler 1 kg de morue. Pocher le poisson à l'eau, sans le laisser bouillir. Cuire également à l'eau 500 g de pommes de terre farineuses. Égoutter la morue, l'effeuiller en ôtant la peau et les arêtes, et la faire sécher au four quelques instants. Égoutter les pommes de terre. Broyer au mortier le poisson et les légumes. Incorporer ensuite au pilon 2 dl d'huile d'olive et 3 dl de lait. Beurrer un plat à gratin et y dresser la préparation en lissant la surface. Arroser de beurre fondu et faire colorer au four.

morue à la créole

Dessaler et pocher 750 g de morue. Avec 1 kg de tomates et de l'huile d'olive, préparer une fondue riche en ail et en oignon, additionnée d'une pointe de cayenne. Couper en deux et épépiner 6 tomates moyennes ; ouvrir et nettoyer intérieurement 2 poivrons verts et les détailler en languettes ; dorer à l'huile tomates et poivrons. Étaler la fondue de tomate dans un plat à gratin huilé ; disposer dessus la morue égouttée et effeuillée ; la recouvrir avec les demi-tomates et les languettes de poivron. Arroser avec un peu d'huile et cuire 10 min au four préchauffé à 230 °C, en arrosant avec un peu de jus de citron vert. Servir brûlant avec un riz créole.

morue à la « Gomes de Sa »

Faire dessaler 48 h dans de l'eau froide 600 g de morue, en changeant l'eau trois ou quatre fois. Dans une casserole, porter de l'eau à ébullition et y plonger la morue. Couvrir et envelopper 20 min dans une couverture. Égoutter la morue et enlever la peau et les arêtes. Défaire le poisson en petits morceaux. Le plonger dans 1 litre de lait chaud et le laisser infuser 2 heures environ pour qu'il devienne moelleux. Éplucher 400 g d'oignons et les couper finement en forme de demi-lunes. Hacher 6 gousses d'ail. Chauffer 3 dl d'huile d'olive dans un plat à rôtir et y faire blondir l'oignon et l'ail. Y mettre 800 g de pommes de terre cuites en robe des champs, épluchées et coupées en fines rondelles. Égoutter la morue et la mettre dans le plat. Ajouter 5 œufs durs coupés en tout petits morceaux, 1 bouquet de persil haché, 1 feuille de laurier, du sel, du poivre et des olives. Mélanger le tout. Couper 3 autres œufs durs en rondelles et les répartir sur le plat. Dorer à four chaud. Au moment de servir, parsemer de persil ciselé.

morue à la livornaise

Dessaler la morue et la couper en morceaux. Passer ceux-ci, mouillés, dans de la farine, puis les frire dans une poêle à petit feu avec des légumes. Dans un fait-tout, mettre de l'ail, de l'huile d'olive, de la sauce tomate et un peu de vin blanc. Cuire 15 min, puis ajouter les morceaux de poisson. Mélanger pour bien les enrober. Hors du feu, parsemer de beaucoup de persil plat et haché.

RECETTE D'ANTONIN CARÊME

morue à la lyonnaise

« Après avoir préparé et fait cuire de la morue, égouttez-la pour en ôter les feuillets, que vous mettrez à mesure dans une casserole ; vous placez cette casserole sur des cendres chaudes ; couvrez-la et mettez feu dessus pour sécher l'eau que la morue

pourrait encore contenir. Coupez en dés trois gros oignons blancs ; jetez-les dans un plat à sauter dans lequel vous aurez fait fondre une demi-livre d'excellent beurre ; passez ces oignons sur un fourneau doux, qu'en cuisant ils se colorent d'un beau jaune ; aussitôt qu'ils auront atteint ce point, sautez-y la morue ; assaisonnez de poivre, muscade râpée, un jus de citron, et servez. »

morue à la provençale
Préparer 5 dl de fondue de tomate à l'huile d'olive, condimentée à l'ail. Verser cette fondue dans une sauteuse, y ajouter 800 g de morue dessalée, coupée en morceaux, pochée et épongée. Faire mijoter 10 min, en veillant à ne pas laisser bouillir, rectifier l'assaisonnement, puis verser dans le plat de service et parsemer de persil ciselé.

RECETTE DU RESTAURANT *LASSERRE*, À PARIS

parmentier de morue fraîche aux saint-jacques
« Préparer 20 cl de fumet de poisson. Saler et poivrer 4 filets de morue fraîche de 150 g chacun et les placer sur des feuilles de papier sulfurisé de 25 x 20 cm. Disposer sur chacun 50 g d'épinards équeutés, lavés et coupés en julienne. Rabattre le papier pour bien envelopper le tout. Retourner l'ensemble et le disposer dans un plat à rôtir. Ajouter le fumet de poisson et cuire de 10 à 15 min au four préchauffé à 250 °C. Réserver au chaud. Mettre dans une casserole 45 cl de crème fleurette. Tailler au-dessus 400 g de pommes de terre épluchées en copeaux le plus larges possible. Ajouter 3 gousses d'ail. Cuire sur feu doux. Ôter l'ail, l'écraser avec une fourchette et le remettre dans les pommes de terre. Rectifier l'assaisonnement. Hacher finement 2 échalotes, les mettre dans 2 dl de vin blanc sec et faire réduire complètement. Ajouter 5 cl de crème fleurette. Sur feu doux, monter au fouet 200 g de beurre en petits morceaux. Assaisonner et passer au chinois étamine. Terminer en incorporant au fouet encore 5 cl de crème. Répartir les pommes de terre au centre de chaque assiette. Enlever les papiers et disposer les filets de morue et les entourer de fines lamelles de noix de saint-jacques. Napper de sauce et glacer sous le gril du four. »

pimientos del piquillo farcis à la morue → PIMENT
rougail de morue → ROUGAIL

RECETTE DE MICHEL PEIGNAUD

steaks de morue aux flageolets verts
« Faire dessaler à l'eau courante, pendant 24 à 48 heures, 1 kg de morue séchée et salée, détaillée en steaks. Mettre à tremper 400 g de flageolets verts dans beaucoup d'eau froide pendant 24 heures. Les faire cuire 30 min dans de l'eau additionnée de 1 oignon épluché et piqué de 2 clous de girofle, 1 carotte pelée et émincée, 1 bouquet garni et 3 gousses d'ail écrasées, sans sel. Faire chauffer un peu d'huile d'arachide dans une poêle, y placer les steaks de morue et les dorer rapidement des deux côtés sans les cuire. Les disposer dans un plat beurré allant au four, puis les recouvrir des flageolets égouttés. Napper de 250 g de crème fraîche mélangée avec 3 gousses d'ail finement hachées et poivrées. Enfourner à 200 °C et cuire 20 min. Au moment de servir, parsemer de persil ciselé. »

MORVANDELLE (À LA) Se dit de divers apprêts où figure du jambon cru du Morvan (côtes de veau, omelette, œufs sur le plat, potée, tripes, notamment).

MOSAÏQUE Décor réalisé sur le dessus d'une terrine ou d'une galantine avec des éléments de diverses couleurs, découpés en rond, en carré, en étoile, etc.

En pâtisserie, la mosaïque est une génoise ronde, fourrée de crème au beurre et abricotée, dont le dessus est glacé au fondant blanc ; on y trace à la poche à douille des lignes parallèles et alternées avec de la confiture d'abricot et de groseille, que l'on raie ensuite transversalement avec la pointe d'un couteau.

MOSCOVITE Nom donné à divers entremets froids et moulés, dont la préparation ressemble à celle du bavarois.

Autrefois, les moscovites étaient des préparations glacées, sanglées dans des moules hexagonaux hermétiques, à dôme, dits « moules à moscovite ». Aujourd'hui, le moscovite est soit un bavarois aux fruits, soit une glace plombières, ou un biscuit glacé imbibé de kirsch et surmonté d'un dôme de crème glacée ou de fruits mêlés de crème.

MOSCOVITE (À LA) Se dit de divers apprêts inspirés de la cuisine russe ou mis au point par des chefs français ayant travaillé en Russie au XIXe siècle.

Le saumon à la moscovite est poché entier, refroidi, dépouillé, recouvert de mayonnaise à la gelée, décoré de détails de truffe, de jaune et de blanc d'œuf dur, de feuilles d'estragon blanchies et, pour finir, lustré à la gelée ; la garniture comprend des fonds d'artichaut remplis de salade russe et des moitiés d'œuf dur garnis de caviar.

La sauce à la moscovite, pour gibier, est une sauce poivrade additionnée de pignons, de raisins secs de Smyrne et de baies de genièvre.

Le consommé à la moscovite, à base d'esturgeon et de concombre, est garni d'une julienne de champignons russes et de dés de vésiga (moelle d'esturgeon).

Quant aux œufs à la moscovite, ils sont pochés et servis froids avec de la salade russe, ou chauds avec de la choucroute.

MOTELLE Petit poisson de la famille des gadidés, au corps cylindrique et visqueux, long de 60 cm au maximum, qui vit dans l'Atlantique nord-est, des îles Féroé jusqu'au Portugal, et en Méditerranée. Brun-rouge tacheté de noir sur le dos, la motelle (ou mustelle) a une tête dotée de trois barbillons. Elle a une chair maigre, très fine et délicate qui se conserve assez mal. Elle s'apprête comme le merlan.

MOTHAIS Fromage poitevin de lait cru de chèvre (45 % de matières grasses), à pâte molle et à croûte naturelle bleutée, apparaissant après quatre semaines d'affinage au moins (voir tableau des fromages français page 497). Le mothais se présente sous la forme d'un disque de 13 cm de diamètre et de 2,5 cm d'épaisseur, pesant 400 g environ. Tendre et très odorant, il a une saveur caprine accentuée.

MOU Nom donné par les professionnels aux poumons des animaux de boucherie. Qu'il soit de bœuf, de veau, de mouton ou de porc, le mou est aujourd'hui généralement réservé à l'alimentation des chiens et des chats. Autrefois, on le préparait en civet, en matelote, à la poulette ou à la persillade.

MOUCLADE En Aunis et en Saintonge, préparation de moules de bouchot, cuites au vin blanc avec des échalotes et du persil, et nappées de leur cuisson allongée de crème, montée au beurre et liée.

RECETTE DE GUY ÉPAILLARD

mouclade des boucholeurs

« Nettoyer et laver 4 kg de moules. Les faire ouvrir avec 2 litres d'eau. Enlever une de leurs coquilles, ou les deux. Mettre dans le jus de cuisson 8 gousses d'ail finement pilées, 150 g de beurre, du persil haché, 1 pincée de curry, un peu de safran et 200 g de crème fraîche. Porter à légère ébullition. Lier avec un peu de fécule délayée dans de l'eau, en remuant et, hors du feu, ajouter les moules. Servir très chaud. »

MOUFLON Mouton sauvage originaire des îles méditerranéennes, très répandu en Corse (où sa chasse est interdite, comme en Sardaigne et à Chypre), mais présent aujourd'hui dans plus de vingt départements français. Le mouflon vit de préférence dans les milieux ouverts d'altitude. La femelle, ou brebis, pèse de 25 à 40 kg ; le mâle (35 à 50 kg) porte des cornes puissantes.

La chair du mouflon, à la saveur forte, doit être longuement marinée avant d'être préparée en rôti, en ragoût ou en civet.

MOUILLER Ajouter un liquide dans une préparation culinaire, que ce soit pour la faire cuire ou pour confectionner la sauce, le jus, etc. Le liquide, que l'on appelle « mouillement », peut être de l'eau, du lait, du bouillon, un fond, du vin.

Le mouillage consiste aussi bien à verser de l'eau ou du fond blanc pour recouvrir les viandes et la garniture d'une blanquette au moment de la mettre à cuire qu'à ajouter du fond de veau lié à un sauté de veau dont on vient de faire revenir les viandes, ou à déglacer le récipient de cuisson, après un rôtissage, avec du vin ou un alcool.

Mouiller « à hauteur », c'est ajouter le liquide de cuisson de manière qu'il affleure juste le dessus des éléments à cuire. Dans certains cas, on mouille seulement à mi-hauteur (poissons au four).

MOULAGE Opération consistant à donner leur forme aux fromages, après que le lait caillé a été rompu.

Les pâtes fraîches sont moulées après l'égouttage du caillé ; les pâtes molles à croûte fleurie le sont avant, pour être ensuite salées et ensemencées. Les pâtes molles à croûte lavée et les pâtes persillées sont mises dans des moules perforés, alors que l'on réserve les moules en bois et les toiles, qui facilitent le pressage, aux pâtes pressées cuites et non cuites. Les fromages de chèvre sont égouttés dans des moules de formes variées. Les pâtes filées sont moulées à la main et l'élasticité du caillé permet alors de leur donner des formes originales (poire, notamment).

MOULE Petit coquillage dont il existe de nombreuses espèces dans le monde (voir planche des coquillages page 324). En Europe, les moules ont une coquille oblongue, mince et finement striée, d'un bleu plus ou moins foncé.

– La moule commune se pêche ou s'élève sur les côtes de l'Atlantique, de la Manche et de la mer du Nord, surtout entre l'embouchure de la Gironde et le Danemark ; elle est petite, bombée et tendre.

– La moule de Toulon, plus grosse, plus plate et moins fine, est présente uniquement en Méditerranée, où elle est très menacée par la pollution. Il existe quelques bancs naturels de moules (dites « de banches »), plus petites et moins charnues que les moules d'élevage.

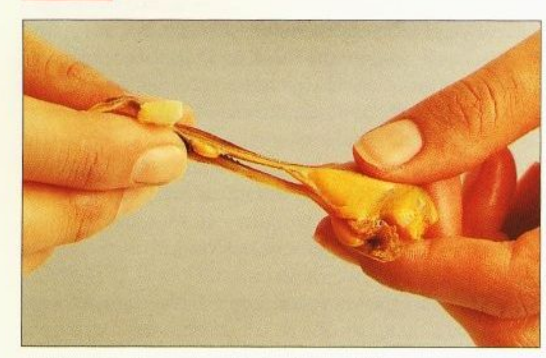
■ **Élevage.** L'élevage des moules, ou mytiliculture, se pratique depuis le XIIIe siècle, mais les Romains entretenaient déjà des moulières.

On raconte que c'est un Irlandais qui, en 1290, constata que des piquets plantés en mer se couvraient de moules ; il eut l'idée de multiplier ces piquets, de les rapprocher et de les réunir par des faisceaux de branchages (ou « bousches »), créant ainsi les bouchots.

Aujourd'hui, les bouchots sont des alignements de 50 à 100 m de pieux en chêne, avec leur écorce, hauts de 4 à 6 m et à moitié enfouis : on les garnit de jeunes moules provenant de cordes de captage des larves, ou naissain. La culture sur bouchots se pratique surtout du Cotentin à la Charente et produit des moules petites, mais savoureuses et très charnues.

Deux autres méthodes d'élevage sont employées : l'élevage « à plat », apparenté à l'ostréiculture, qui a débuté au Croisic, où les bouchots ne réussissaient pas, et l'élevage « sur cordes », propre à la Méditerranée (« bouzigues » de l'étang de Thau). La mytiliculture française ne suffisant pas à la demande, des moules sont importées des Pays-Bas et du Portugal.

Ébarber une moule



1. *Tirer simplement sur les barbes qui dépassent, le pied viendra en même temps.*

■ **Conditionnement.** Les moules sont vendues en gros en paquet, en panier ou en bourriche (avec l'étiquette délivrée par l'Institut scientifique et technique des pêches maritimes).

Elles sont commercialisées au litre ou au poids (1 litre = 700 à 800 g). On trouve aussi des moules en conserve ou en semi-conserve, au naturel ou en sauce piquante ou à la tomate.

Les moules achetées vivantes doivent être bien fermées, non desséchées, et cuisinées dans les trois jours qui suivent l'expédition depuis le lieu de production (les coquilles cassées ou entrouvertes, qui ne se referment pas quand on les choque, doivent être systématiquement éliminées).

Avant l'emploi, il faut les débarrasser de tous les filaments et parasites qui peuvent y être accrochés, en les brossant et en les grattant sous l'eau courante. Les moules consommées crues doivent l'être le jour même de l'achat.

■ **Emplois.** Sur le plan diététique, la moule fournit 80 Kcal pour 100 g ; elle est riche en calcium, en fer et en iode.

Très populaire, elle se cuisine souvent à la bonne franquette : à la marinière, à la crème, frite, sautée, en gratin ou en omelette. Les apprêts régionaux (éclade, mouclade, moules farcies de l'île de Ré) sont originaux et savoureux.

Les moules sont également présentes dans nombre de recettes étrangères : garniture de la paella, de la *zuppa di cozze* (soupe à l'ail, au céleri et à l'oignon) de Ligurie, ou du *mussel broth* anglais (soupe au cidre et au lait, avec des poireaux et du persil, liée de crème fraîche), sans oublier les divers apprêts belges, au vin blanc ou à la crème et au persil. Les Belges, qui sont en effet les plus gros consommateurs de moules du monde, importent celles-ci des Pays-Bas et les dégustent « à la mode de Bruxelles », avec une sauce à base de céleri et d'oignon, hachés et revenus dans du beurre. Les moules sont alors accompagnées de frites croquantes.

attereaux de moules → ATTEREAU

brochettes de moules → BROCHETTE

moules frites

Préparer des moules à la marinière, les décoquiller et les laisser refroidir. Les faire mariner 30 min avec de l'huile d'olive, du jus de citron, du persil ciselé et du poivre. Les tremper ensuite dans de la pâte à frire et les plonger dans de l'huile à 180 °C. Les égoutter, les éponger sur du papier absorbant et les servir en hors-d'œuvre, avec des quartiers de citron, ou à l'apéritif, piquées sur des bâtonnets.

moules marinière

Gratter, laver et ébarber des moules. Éplucher et hacher 2 grosses échalotes (pour 2 kg de moules). Jeter ce hachis dans un fait-tout beurré, avec 2 cuillerées à soupe de persil haché, 1 petite branche de thym, 1/2 feuille de laurier, en morceaux, 2 dl de vin blanc sec, 1 cuillerée à soupe de vinaigre de vin et 2 cuillerées à soupe de beurre divisé en parcelles. Ajouter les moules, les couvrir et les faire ouvrir sur feu vif, en secouant plusieurs fois le récipient. Dès qu'elles sont ouvertes, retirer le fait-tout du feu et les verser dans un saladier. Enlever le thym et le laurier. Incorporer à la cuisson 2 cuillerées à soupe de beurre en petits morceaux, en fouettant, et verser sur les moules. Parsemer de persil ciselé.

moules à la poulette

Préparer des moules à la marinière, les égoutter, retirer une de leurs coquilles et les mettre dans un légumier. Passer la cuisson à travers un tamis fin, faire réduire de moitié, ajouter 3 dl de sauce poulette. Ajouter un peu de jus de citron, verser sur les moules et parsemer de persil ciselé.

soupe glacée aux moules → SOUPE

MOULE (USTENSILE) Récipient creux, utilisé pour réaliser ou cuire nombre d'apprêts (aspic, confiserie, entremets, gâteau, gelée, glace, pain, pâté, etc.). On verse dans le moule une pâte, une farce, une crème ou un appareil, qui prend la forme du contenant sous l'action de la chaleur ou du froid et la conserve après démoulage.

Les moules sont aujourd'hui le plus souvent en fer-blanc ou en métal à revêtement antiadhésif, mais ils peuvent aussi être en aluminium (moules bon marché, mais déformables), en verre trempé ou en porcelaine à feu (moules lourds et fragiles, mais pouvant passer du four à la table) et même en terre cuite vernissée, pour certaines recettes spécifiques (kouglof, koulibiac, terrines).

• MOULES DE CHARCUTERIE. Les plus gros d'entre eux sont souvent munis d'une plaque de charge, ou presse, destinée à comprimer la masse pour lui donner une forme déterminée et accroître son homogénéité : moules à jambon, à hure, à cochon de lait, à galantine, à pâté, à roulade, à jambonneau ; ces moules lourds sont généralement en fonte d'aluminium ou en acier inoxydable. Pour les petites pièces, on utilise des moules à aspic, à pâté ou à tripes en aluminium léger, voire en matière plastique.

• **Moules de pâtisserie.** Leur éventail est particulièrement large : moules à barquette pour tartelette, à baba, à biscuit, à brioche, à bombe glacée, à cake, à charlotte, à croquembouche, à dariole, à flan, à génoise, à glace, à madeleine (individuels ou en plaques de 12 à 24 pièces), à manqué, à petits-fours, à savarin.

Les moules à tarte ou à tourte sont des cercles ou des tourtières, à fond amovible ou non, ronds ou rectangulaires, lisses ou godronnés. Le diamètre de 22 cm convient pour quatre convives, celui de 24 cm pour six, celui de 28 cm pour huit.

Tous ces moules peuvent servir pour différentes préparations, sucrées ou salées, alors que d'autres ont un emploi très spécifique : plaque à bûche, moules à kouglof, à trois-frères, « comtesse Marie ». Les moules à beignet en pâte à gaufre sont en forme de champignon, d'étoile, de barquette, de rose, de cœur. Le gaufrier, lui aussi, fait office de moule alvéolé.

Pour les confiseries en chocolat, on utilise une gamme variée de moules en forme de poisson, d'œuf et de motifs divers. Les moules à pain de mie rectangulaires ou cylindriques sont fermés par un couvercle, tandis que les moules à pâtés sont dotés de charnières ou formés de deux moitiés. On peut citer également les faisselles, qui servent à mouler le fromage blanc en forme de rond ou de cœur. Mentionnons, enfin, le « moule à œufs », ustensile permettant de maintenir quatre œufs au plat séparés pendant leur cuisson.

MOULER Mettre une substance fluide ou pâteuse dans un moule, dont elle prendra la forme en changeant de consistance par cuisson, refroidissement ou congélation. Le moulage est soumis à des modalités différentes selon la nature de l'apprêt (voir BARDER, BEURRER, CARAMÉLISER, CHEMISER, FARINER).

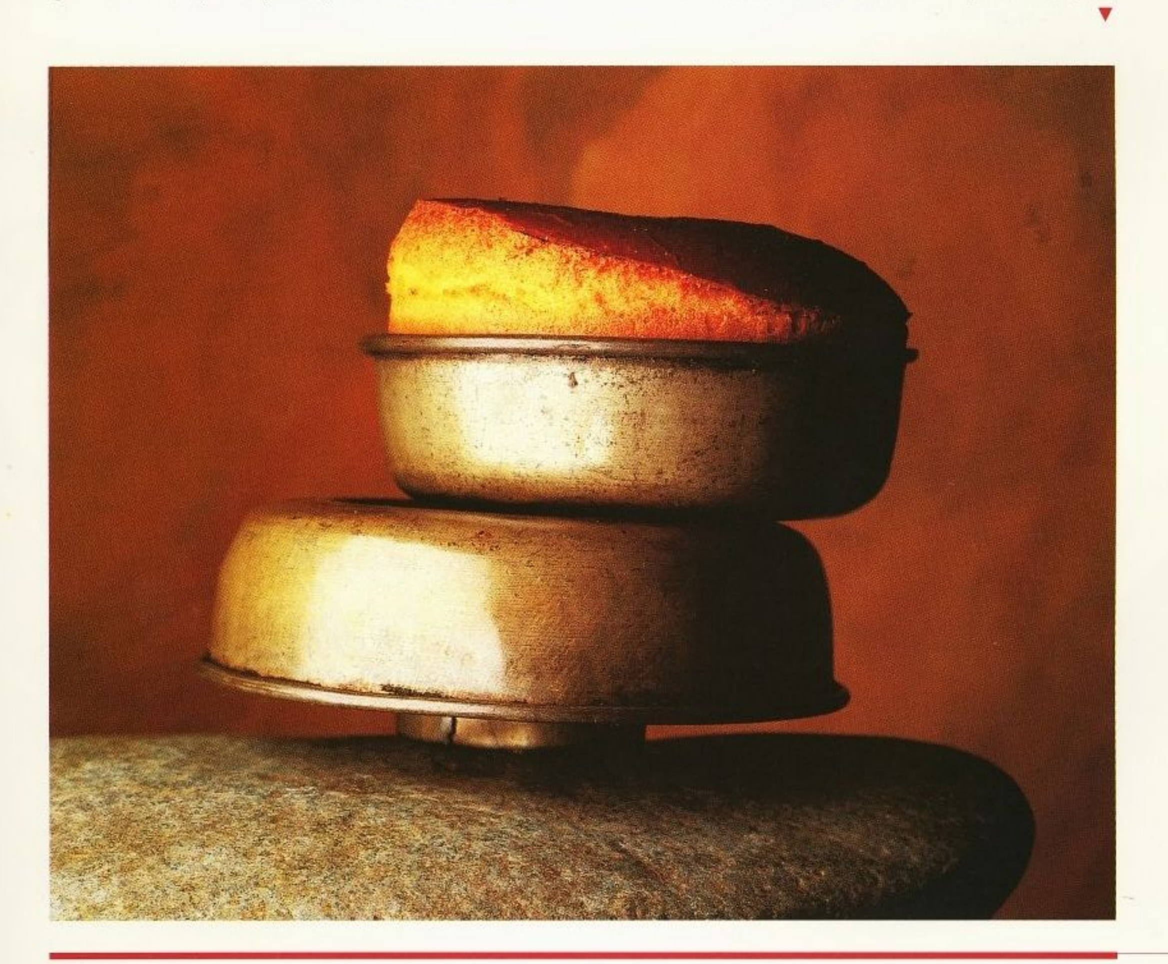
MOULIN Instrument manuel ou électrique destiné à réduire une denrée solide en poudre.

Le moulin à café à manivelle a pratiquement disparu, remplacé par le moulin électrique à couteau, lui-même en passe d'être détrôné par le broyeur électrique à meule, qui n'échauffe pas les grains (il faut dégraisser de temps en temps un moulin à café en y broyant du pain rassis).

Le moulin à poivre et le moulin à gros sel, en bois, en verre ou en plastique, sont des broyeurs mécaniques, à molette ou à meule, actionnés par une manivelle ou par un mouvement de rotation du couvercle.

Le moulin à légumes à manivelle, à grilles interchangeables, est souvent préféré aux appareils électriques, en particulier pour les purées de féculent. Il sert généralement à préparer les potages et les compotes.

Moules pour tous les gâteaux
Moule à manqué, moule à savarin : leurs bords hauts permettent à la pâte de gonfler.
▼



MOULIN DE JAVEL Logis accueillant et lieu de rendez-vous galants qu'un pêcheur d'Auteuil, Bréant, ouvrit en 1688 dans la plaine de Grenelle, en bordure de Seine. On y servait, entre autres, des écrevisses et des matelotes d'anguille, dont le fleuve regorgeait.

MOULIN-À-VENT Vin faisant partie des dix crus classés du Beaujolais, le plus corsé et, pour beaucoup d'amateurs, le meilleur d'entre eux (voir BEAUJOLAIS).

MOULIS Vin AOC du haut Médoc, généreux et bien équilibré, qui présente un moelleux caractéristique (voir BORDELAIS).

MOUSSAKA Plat commun à la Turquie, à la Grèce et aux Balkans, fait de tranches d'aubergine disposées par couches, en alternance avec un hachis de bœuf ou de mouton, d'oignon, de tomate fraîche, de menthe et d'épices, souvent additionné d'une béchamel épaisse. La moussaka est cuite dans un moule rond, souvent tapissé de peaux d'aubergine.

moussaka

Couper 5 aubergines en tranches et les frire à l'huile d'olive. Les laisser s'égoutter 24 heures sur du papier absorbant. Mélanger 750 g de viande de bœuf hachée, 3 cuillerées à soupe de sauce tomate très réduite, de la menthe fraîche hachée, du persil plat, de l'huile d'olive, du sel et du poivre. Huiler un plat ovale allant au four et le remplir de couches alternées de hachis et de tranches d'aubergines en terminant par du hachis. Placer le plat dans un bain-marie, porter à ébullition sur le feu, puis cuire 1 heure au four préchauffé à 180 °C. Éteindre le four et y laisser 15 min la moussaka, porte entrouverte. La démouler et servir.

MOUSSE Préparation salée ou sucrée, légère et fondante, composée d'ingrédients finement mixés et d'éléments fouettés (blancs d'œuf, crème fraîche, meringue italienne pour les mousses d'entremets). Les mousses sont parfois moulées (additionnées alors de gélatine) et souvent servies froides, voire frappées ou glacées ; mais quelques-unes se mangent chaudes ou tièdes.

MOUSSES SALÉES

choux à la mousse de foie gras → CHOU

mousse de foie gras de canard ou d'oie

Cuire au naturel un foie gras de canard, le passer au tamis fin et mettre la purée obtenue dans une terrine. Ajouter, pour 1 litre de purée, 2,5 dl de gelée fondue et 4 dl de velouté de volaille. Travailler légèrement ce mélange sur de la glace. L'assaisonner et lui incorporer 4 dl de crème fraîche fouettée à moitié. Chemiser de gelée un moule rond uni ou historié. Le décorer avec des lames de truffe, des blancs d'œuf dur en fines rondelles et des feuilles d'estragon. L'emplir de mousse jusqu'à 1,5 cm du bord. Couvrir la mousse d'une couche de gelée, laisser refroidir et mettre dans le réfrigérateur. Démouler sur le plat de service, éventuellement sur un croûton beurré. Entourer de gelée hachée.

mousse froide de jambon

Passer au hachoir électrique 500 g de maigre de jambon cuit, en ajoutant 2 dl de velouté réduit, froid. Tamiser le mélange, puis le mettre dans une terrine ; caler celle-ci sur de la glace. Saler et poivrer cette purée, puis la travailler quelques minutes à la spatule, en y ajoutant peu à peu 1,5 dl de gelée fondue. Incorporer enfin, délicatement, 4 dl de crème à moitié fouettée. Verser le tout dans un moule chemisé de gelée. Faire prendre dans le réfrigérateur. Démouler dans le plat de service et garnir de gelée hachée.

RECETTE DE JEAN ET PIERRE TROISGROS

mousse de grive aux baies de genièvre

« Plumer et désosser des grives pour obtenir 500 g de chair. Ôter le gésier. Ajouter les foies, les cœurs, les entrailles et 100 g de poitrine de porc fumée à la chair, et hacher le tout. Assaisonner de sel, de poivre et de 15 g de baies de genièvre. Concasser les carcasses, les faire revenir à la poêle et les mouiller d'eau à hauteur. Cuire 1 heure, passer et réduire à glace. Disposer les chairs dans une casserole avec 100 g de saindoux, et cuire 2 h 30 au bain-marie, à couvert, dans le four préchauffé à 100 °C. Laisser tiédir, puis passer au tamis très fin. Dans un bol, grouper la farce, la glace de grive et 100 g de graisse d'oie fondue. Bien remuer la mousse, puis la mettre dans des petites terrines. Couler sur le dessus une fine pellicule de saindoux pour les conserver. »

mousse de lièvre aux marrons

Hacher très finement au hachoir 500 g de chair de lièvre dénervée et la poudrer de 9 g de sel fin et d'une grosse pincée de poivre blanc. Incorporer peu à peu 2 ou 3 blancs d'œuf, toujours dans le hachoir, puis passer au tamis. Verser la chair dans une sauteuse et la travailler sur feu doux à la cuillère de bois pour la rendre bien lisse, puis la mettre dans une jatte 2 heures au réfrigérateur. Braiser 400 g de marrons. Poser ensuite cette jatte dans un récipient plein de glaçons et incorporer vigoureusement et peu à peu 5 dl de crème fraîche épaisse et 300 g des marrons, après les avoir coupés en morceaux. Remettre 1 heure au froid. Beurrer des moules à dariole. Y répartir la mousse de lièvre en la tassant un peu. Placer les moules dans un bain-marie, porter à ébullition sur le feu, couvrir de papier d'aluminium, et cuire de 25 à 30 min au four préchauffé à 200 °C. Napper d'un peu de sauce Périgueux aux truffes et décorer de 1 ou 2 marrons entiers.

▶
Mousse de lièvre aux marrons



RECETTE DE GEORGES PAINEAU

mousse de navets

« Éplucher et cuire 1 kg de navets ronds ; les passer au mixeur ; incorporer à cette purée 4 blancs d'œuf, 8 cuillerées à soupe de crème et 50 g de fécule de pomme de terre ; poudrer de sel fin et de poivre blanc. Beurrer 8 moules à dariole et les tapisser d'une feuille d'oseille ; y répartir la mousse et cuire 20 min, au bain-marie, dans le four préchauffé à 180 °C. Préparer de la sauce crème, la faire réduire pour en obtenir 2 dl et y incorporer au dernier moment 100 g de ciboulette ciselée. Démouler les mousselines sur un plat chaud, les entourer d'un fin cordon de sauce et servir le reste dans une saucière. »

mousse de poisson

Nettoyer des filets de poisson pour obtenir 500 g de chair, et les piler au mortier ou les passer au mixeur ; poudrer de 5 g de sel fin et de 1,5 g de poivre moulu. Verser la préparation dans un grand bol à mélange et ajouter 2 ou 3 blancs d'œuf, un par un, sans cesser de piler. Tamiser cette farce, puis la mettre 2 heures dans le réfrigérateur. Poser le bol sur de la glace pilée et incorporer peu à peu à la spatule 6 dl de crème fraîche épaisse. Rectifier l'assaisonnement, puis verser la mousse dans un moule uni, légèrement huilé ; cuire 20 min au bain-marie dans le four préchauffé à 190 °C. Attendre une dizaine de minutes avant de démouler et servir tiède, nappé d'une sauce pour poissons.

MOUSSES SUCRÉES

figues à la mousse de framboise → FIGUE

mousse au chocolat

Faire fondre 150 g de chocolat à croquer au bain-marie puis, hors du feu, ajouter 80 g de beurre. Lorsque le mélange est très lisse, incorporer rapidement 2 gros jaunes d'œuf. Monter 3 blancs en neige ; quand ils commencent à mousser, y incorporer 25 g de sucre semoule et 1 sachet de sucre vanillé, et continuer à fouetter pour obtenir une neige ferme. Mélanger la préparation chocolatée et les blancs battus en retournant l'ensemble à la spatule de bois. Verser dans une coupe et mettre 12 heures au moins dans le réfrigérateur.

RECETTE D'ALAIN CHAPEL

mousse de citron

« Battre ensemble 2 jaunes d'œuf et 5 cuillerées à soupe de sucre. Quand le mélange est mousseux, y ajouter 2 cuillerées à soupe de fécule, puis le jus chaud de 6 citrons verts et de 2 citrons jaunes. Faire bouillir en remuant. Monter et incorporer à chaud 2 blancs d'œuf battus en neige ferme. Verser cette mousse dans des ramequins et la servir fraîche, pour accompagner une salade d'oranges sanguines et de pamplemousses roses. »

mousse glacée à la fraise

Faire fondre 900 g de sucre dans 1/2 litre d'eau et cuire jusqu'à ce que la densité du sirop soit de 1,25. Y ajouter 900 g de purée de fraise fraîche tamisée. Incorporer enfin au mélange 1 litre de crème Chantilly très ferme. Terminer la glace suivant la méthode habituelle. On prépare de la même façon une mousse de framboise.

MOUSSELINE Mousse salée ou sucrée, souvent présentée en portions individuelles, moulées à la cuillère ou dans de petits moules.

Le mot s'applique aussi à des préparations dont on veut souligner la délicatesse : une sauce dérivée de la hollandaise ou de la mayonnaise, une farce à quenelles, une pâte à biscuit, une purée de pomme de terre, etc.

▶ **Recettes** : BISCUIT, FARCE, OMELETTE, POMME DE TERRE (OU PURÉE), QUENELLE, SAUCE, TIMBALE.

MOUSSERON Nom usuel de plusieurs espèces de petits champignons blancs ou beiges, de saveur délicate (voir CLITOPILE PETITE PRUNE, MARASME D'ORÉADE, TRICHOLOME), qui s'apprêtent comme les girolles.

MOUSSEUX Vin effervescent, à l'exception du champagne. La présence de gaz carbonique, qui rend le vin pétillant, est obtenue de différentes façons.

La méthode la plus ancienne, dite « rurale », retarde la fermentation naturelle jusqu'à la mise en bouteilles. La méthode champenoise, quant à elle, provoque une fermentation dite « secondaire » par l'introduction de sucre dans les bouteilles. Dans le procédé de Charmat, la fermentation a lieu en cuve close, avant la mise en bouteilles. Les mousseux sont le plus souvent blancs, mais certaines régions vinicoles telles que la Touraine, le Bordelais et la Bourgogne fabriquent des mousseux rosés.

MOÛT Jus de raisin non fermenté. Le moût contient de 70 à 85 % d'eau et de 140 à 225 g de sucre par litre. La fermentation transforme ce sucre en alcool.

MOUTARDE Plante herbacée, de la famille des crucifères, originaire du bassin méditerranéen. Ses graines servent à préparer le condiment du même nom, de couleur jaune et de saveur plus ou moins piquante.

L'appellation « moutarde » est réservée, en France, à un produit résultant du broyage des graines de moutarde noire ou brune, ou des deux (voir tableau). La seule exception est la « moutarde d'Alsace », fabriquée avec des graines de moutarde blanche. En France, la capitale de la moutarde est Dijon, suivie de Meaux, Orléans et Bordeaux.

■ **Histoire.** La moutarde est connue depuis la plus haute antiquité. On mentionne déjà le « grain de sénevé » dans la Bible. Les Grecs et les Romains utilisaient les graines de moutarde réduites en farine ou délayées dans de la saumure de thon *(muria)*, pour épicer viandes et poissons. Le sénevé fut ensuite introduit en Gaule. Une première « recette » apparut au IVe siècle et se répandit en Bourgogne.

Au début du XIVe siècle, le pape Jean XXII, grand amateur de moutarde, créa pour son neveu une sinécure, la charge de « grand moutardier du pape ». Par ailleurs, les vertus médicinales de la plante étaient très appréciées.

La corporation des vinaigriers-moutardiers naquit à la fin du XVIe siècle à Orléans et vers 1630 à Dijon, où, au XVIIIe siècle, un nommé Naigeon fixa la recette de la moutarde « forte », ou « blanche ».

■ **Emplois.** La moutarde est un condiment gastronomique qui connaît de nombreuses variantes aromatisées. On peut fabriquer sa moutarde soi-même, avec de la poudre de moutarde anglaise (disponible dans les épiceries de luxe) ou brune (chez le pharmacien), ou bien en broyant des graines brunes ou blanches (chez le grainetier) et en les délayant dans du vin blanc et un peu d'huile, ou dans du vinaigre macéré avec des fines herbes ou des plantes aromatiques. La moutarde se conserve dans un pot hermétique.

Outre ses emplois comme condiment, la moutarde intervient en cuisine pour enduire avant cuisson le lapin, le porc, le poulet et certains poissons (les plus gras) ; elle peut relever le mouillement d'un ragoût ou la cuisson d'une blanquette ; elle est, en outre, à la base de nombreuses sauces, chaudes ou froides.

Dans la cuisine anglaise, la moutarde s'utilise surtout en sauce, souvent rehaussée de jaune d'œuf ou de pâte d'anchois, pour accompagner des poissons.

En Italie, la moutarde de Crémone ressemble davantage à un chutney qu'à une moutarde, car elle est faite de fruits macérés dans une sauce aigre-douce à la moutarde ; elle accompagne souvent la viande bouillie.

▶ **Recettes** : ROGNON, SAUCE, TERRINE.

MOUTARDIER Petit pot dans lequel on présente la moutarde à table. Le moutardier fait parfois partie de l'huilier. Il est muni d'un couvercle comportant une encoche pour le passage de la cuillère de service.

MOUTON Ovin mâle castré de plus d'un an, engraissé pour la boucherie. On appelle également « mouton » la viande du bélier, moins savoureuse et à l'odeur de suint plus forte, ainsi que celle de la brebis, plus grasse et moins bonne. Les critères de choix sont une chair ferme, dense et rouge sombre, et une graisse dure, d'un blanc nacré, abondante autour des rognons. La meilleure époque de consommation se situe à la fin de l'hiver et au printemps. En été, en période de tonte, l'odeur de suint imprègne davantage la viande.

■ **Production.** Il n'y a pas, en France, de label officiel pour le mouton comme il en existe pour l'agneau de boucherie. La viande des animaux de plein air prend le goût de l'herbe consommée (onctueux en Limousin, subtil et parfumé dans les Alpes du Sud, iodé pour les prés-salés), tandis que les moutons de bergerie, dans les régions céréalières, ont une viande plus grasse.

L'Australie est le plus gros exportateur mondial. La Grande-Bretagne est également grosse productrice, exportatrice et consommatrice de mouton, comme en témoigne sa cuisine : irish stew, potage *mutton broth*, haggis, gigot à la menthe. Le mouton est aussi la viande de base des pays du Maghreb, du Moyen- et du Proche-Orient, ainsi que de ceux du continent indien.

Frugal, habitué à un milieu rude, le mouton fournit de très nombreux produits (cuir, laine, lait, viande). Il est beaucoup moins consommé en France que jadis, le public lui préférant maintenant l'agneau. La laine

Caractéristiques des différentes catégories de moutardes

catégories	provenance	composition	aspect	saveur
à graines noires, brunes				
moutarde de Dijon	toute la France	verjus (1/3), sel	pâte lisse, jaune clair	forte à très forte
moutarde picarde	Picardie	vinaigre de cidre, vin	pâte lisse, jaune	douce, de pomme
moutarde « à l'ancienne »	toute la France	verjus, épices, aromates	graines apparentes	piquante, aromatique
moutarde de Meaux *	Seine-et-Marne	vinaigre, parfois herbes, épices	graines apparentes	piquante, épicée
moutarde millénaire ou antique	Oise	vinaigre de miel, hydromel	graines apparentes	douce, très marquée de miel
moutarde de Saint-Charroux *	Allier	vin de Saint-Pourçain	graînes apparentes	très piquante
à graines blanches				
moutarde d'Alsace	Haut-Rhin, Bas-Rhin, Moselle	graines blanches	pâte jaune	assez douce
moutardes aromatisées	toute la France	avec fruits, légumes, épices, aromates cuisinés	selon composants (poivre vert, échalote, estragon, etc.)	peu piquante, aromatique
violette de Brive *	Corrèze	moût frais de raisins noirs, épices, vinaigre	pâte violette	douce, peu sucrée

** marques déposées*

est devenue accessoire, mais, pendant des siècles, sa production a imposé de garder les ovins longtemps, et les plus anciennes recettes sont conçues pour attendrir la viande et éliminer le goût de suint : pochage du gigot en Angleterre, marinade et lardage en France, rôtissage de la bête entière en plein air dans les pays méditerranéens. Les ragoûts, sautés et braisés, qui constituent les apprêts les plus nombreux, très souvent avec des féculents, apportent l'onctuosité nécessaire aux viandes fermes. Pour les rôtis et les grillades, on choisira plutôt un animal le plus jeune possible.

■ **Emplois.** Ils varient en fonction des différents morceaux du mouton.

– Les pièces à rôtir sont fournies par le gigot (qui peut aussi se faire pocher), la selle anglaise, le carré entier et l'épaule, désossée ou non ; le baron, comprenant les deux gigots et la selle anglaise, se fait également rôtir.

– Les morceaux à griller sont essentiellement les côtelettes premières, secondes, découvertes, filets et côtes, avec ou sans os, détaillées dans le gigot ; les noisettes proviennent des noix du carré ou du filet désossés.

– Les morceaux pour brochettes se détaillent en général dans la poitrine, l'épaule ou le collier, mais ils sont moins tendres que dans l'agneau.

– Les morceaux à braiser, à sauter ou à bouillir sont fournis par le collier, la poitrine et le haut de côtelettes, ainsi que par l'épaule, ce qui donne les ragoût, navarin, irish stew et halicot de mouton.

– Certains abats du mouton sont recherchés. Les tripes ne sont cuisinées que dans quelques régions (tripous dans le Massif central, pieds et paquets à Marseille).

épaule de mouton en ballon (ou en musette)

Désosser une épaule de mouton, la saler, la poivrer, l'étaler sur un plan de travail. Préparer une farce avec 200 g de chair à saucisse fine, 150 g de cèpes hachés avec 1 petit bouquet de persil, 1 échalote et 2 gousses d'ail épluchées, 1 œuf battu, un peu de thym émietté, du sel et du poivre. Façonner cette farce en boule et la poser au milieu de l'épaule étalée. Replier celle-ci et la ficeler pour lui donner la forme d'un melon (les fils figurant les côtes de ce fruit). Chauffer 3 cuillerées à soupe d'huile d'olive dans une cocotte ronde et y dorer l'épaule ; mouiller alors la viande d'un grand verre de vin blanc et d'autant de bouillon corsé. Couvrir et cuire 1 h 45 au four préchauffé à 200 °C. Déficeler l'épaule et la couper en tranches, comme un melon. Dégraisser le fond de cuisson, ajouter 4 cuillerées à soupe de fondue de tomate épaisse et faire réduire si nécessaire. Passer cette sauce au tamis et la servir en saucière.

épaule de mouton en pistache → ÉPAULE

fricassée de pieds de mouton aux pieds-de-mouton → FRICASSÉE

RECETTE DE MICHEL RUBOD

gigot de mouton de sept heures

« Manchonner et ficeler un gigot de mouton de 3 kg. Le dorer en cocotte, sur feu doux. Ajouter 1 brin de thym, 1 feuille de laurier, 6 gousses d'ail et 200 g de poitrine de porc fraîche détaillée en lanières, puis 200 g de carottes, 200 g de navets, 200 g de céleri et 2 oignons, coupés en grosse mirepoix. Faire rissoler le tout, puis dégraisser la cocotte, déglacer avec 10 cl de cognac, flamber avec un peu de cognac chauffé et mouiller avec 1 litre de saint-pourçain et 1 litre de fond de volaille. Ajouter 2 pieds de porc cuits et coupés en lanières. Couvrir, luter la cocotte et cuire 7 heures au four préchauffé à 120 °C. Dresser sur un plat chaud le gigot et les lanières de poitrine et de pied, bien fouler les légumes dans le jus de cuisson, et napper de cette sauce. Ce plat se sert à la cuillère. »

halicot de mouton

Saler, poivrer et mettre à rissoler dans une cocotte, avec 3 cuillerées à soupe d'huile, 800 g environ de collier ou de poitrine de mouton en morceaux. Ajouter 1 gros oignon émincé ; poudrer avec 1 cuillerée à café de sucre semoule et 2 cuillerées à soupe rases de farine. Bien mélanger le tout. Délayer 2 cuillerées à soupe de purée de tomate avec un peu de bouillon ; verser dans la cocotte. Mouiller largement la viande de bouillon, mélanger. Ajouter 1 petite gousse d'ail écrasée et 1 bouquet garni ; cuire 45 min. Dégraisser complètement la sauce et ajouter dans la cocotte 500 g de pommes de terre coupées en quartiers ou tournées en gousses, 400 g de très petits navets et 200 g de petits oignons épluchés. Compléter éventuellement avec un peu de bouillon pour que les légumes baignent dans la sauce. Poursuivre la cuisson 40 min.

navarin de mouton → NAVARIN

pieds de mouton à la poulette → PIED

poitrine de mouton farcie à l'ariégeoise

Ouvrir en poche une poitrine de mouton bien dégraissée. Saler et poivrer l'intérieur. Le garnir d'une farce assez consistante, composée de mie de pain trempée dans du bouillon et bien pressée, de jambon cru gras et maigre, de persil et d'ail hachés, et liée avec des œufs. Bien assaisonner. Coudre l'ouverture de la poitrine. Beurrer une braisière, la foncer de couennes fraîches, d'oignons et de carottes en rouelles ; y mettre la poitrine et un bouquet garni. Cuire doucement 15 min à couvert. Mouiller avec 1,5 dl de vin blanc sec. Faire réduire. Ajouter 3 cuillerées de purée de tomate et 3 dl de jus brun lié. Couvrir et cuire de 45 min à 1 heure au four préchauffé à 200 °C. Égoutter la poitrine, la dresser sur un plat long. Entourer d'une garniture composée de choux farcis (en boules) et de pommes de terre cuites avec du bouillon et du beurre. Passer, dégraisser, faire réduire le fond de braisage et en arroser la viande.

potage au mouton (mutton broth) → POTAGE

MOUVETTE Cuillère de bois ronde et plate, de taille variable, servant surtout à remuer (ou « mouvoir ») les sauces et les crèmes, et à mélanger divers apprêts.

MOYEN-ORIENT La cuisine moyen-orientale est à la fois simple et raffinée. Depuis des millénaires, le patrimoine culinaire de chaque pays de la région s'est enrichi des apports des voyageurs, mais aussi de ceux des envahisseurs successifs. C'est ainsi que la plupart des noms de plats arabes sont originaires de Perse : *dolmeh* est devenu dolma, et *polo*, pilaf. De même, la distillation des pétales de rose, spécialité raffinée des Perses, s'est répandue, et de très nombreux desserts sont parfumés à l'eau de rose, comme ils le sont d'ailleurs à l'eau de fleur d'oranger, un arbre venu de Chine. L'influence de l'islam est aujourd'hui prépondérante au Moyen-Orient, où la consommation de viande de porc ainsi que celle d'alcool sont interdites.

■ **Saveurs aromatiques.** La subtilité des plats de ces pays est due principalement aux innombrables épices et herbes aromatiques qui entrent dans leur composition ; les graines de sésame, notamment, grillées et réduites en purée, donnent la *tahina*.

La cuisine moyen-orientale se fonde aussi sur l'association du sucré et du salé : le yaourt, par exemple, est un élément essentiel des préparations salées. Les fruits secs y sont très souvent présents, ainsi dans la sauce tarator, à base de pignons, de pain et d'ail, qui accompagne généralement le poisson.

■ **Hors-d'œuvre.** La tradition des mézès (voir ce mot) est tenace, comme dans tout le bassin méditerranéen. Symbole de l'hospitalité et de la convivialité, ces assortiments de plats sont servis en hors-d'œuvre, et chaque pays cultive cette coutume en variant les compositions.

Ensuite, le repas s'organise souvent autour d'un plat unique, soupe ou ragoût : soupes aux lentilles, aux épinards ou à l'avocat, préparées la veille pour que les saveurs se mêlent et se révèlent. La soupe aigre-douce aux fruits, au goût très particulier, est une spécialité iranienne très appréciée.

■ **Légumes et céréales.** Courgettes, épinards, gombos, lentilles, pois chiches, poivrons sont très souvent utilisés. Mais l'aubergine et la tomate prédominent : en salade, en purée (séparées ou mélangées avec de l'oignon), simplement frites ou farcies *(dolmeh)*, elles sont de toutes les préparations, chaudes ou froides, seules ou associées.

Le boulghour (voir ce mot) se sert en accompagnement ; il est à la base du *tabbouli* et du *kibbeh*. Mais c'est le riz qui tient la première place ; servi nature, il se marie à tous les plats. Les Iraniens préfèrent le riz basmati, plus parfumé, éventuellement cuit avec du safran, qui prend alors le nom de *tchelo*.

■ **Viandes et poissons.** Le mouton et l'agneau sont les viandes les plus courantes dans les pays du Moyen-Orient ; tous les morceaux sont consommés, y compris les abats. Les parties les plus tendres permettent de faire les *kaba* ou *sis kebab*, des brochettes cuites sur un feu de bois. Avant d'être grillée, la viande marine souvent dans un mélange épicé. Elle peut aussi être hachée pour farcir les légumes ou les fruits, ou coupée en morceaux pour servir de base aux ragoûts : le *khoreche* iranien, un mélange de toutes sortes de viandes (agneau, veau, volaille), mijote pendant des heures avec des légumes, des fruits frais et secs, des noix et des herbes aromatiques. Le poulet, le pigeon, les cailles sont couramment cuisinés, eux aussi grillés ou en ragoût. Les poissons se mangent surtout dans les pays côtiers, souvent grillés et servis avec une sauce tarator.

■ **Desserts.** Dans cette région du monde, où ont été inventés le massepain et le nougat, l'art de la pâtisserie et de la confiserie s'est particulièrement surpassé : loukoums parfumés à la fleur d'oranger ou à l'eau de rose, bouchées fourrées aux dattes, gâteaux au miel et aux noix, pâtes de coing, gâteau à l'anis, gâteau feuilleté aux amandes et aux pistaches *(baghlava)*, halva (voir ce mot). Les saveurs sont multiples et le sucre est toujours présent. Ces sucreries sont servies avec le café, turc ou arabe, ce dernier étant parfumé de girofle, de cardamome, de fleur d'oranger ou d'eau de rose.

MOZART Nom d'une garniture pour petites pièces de boucherie, faite de fonds d'artichaut étuvés au beurre et emplis de purée de céleri, et de pommes de terre taillées en rubans (dits « copeaux ») et frites.

MOZZARELLA Fromage italien fait avec du lait de bufflonne (52 % de matières grasses) dans le Latium et en Campanie, ou avec du lait de vache dans le reste de l'Italie, à pâte cuite filée et à croûte inexistante (voir tableau des fromages étrangers page 499). La mozzarella se présente sous forme de boules ou de pains de grosseur variable (100 g à 1 kg), conservés dans de l'eau salée ou du petit-lait. Elle a une saveur douce, légèrement acidulée, et se mange en fin de repas. Quand elle est faite de lait de vache, elle est surtout utilisée en cuisine, notamment pour la pizza. La *mozzarella in carrozza* (« en carrosse »), petit sandwich fourré de fromage, roulé dans de la farine, trempé dans de l'œuf battu, frit à l'huile et mangé très chaud, est un mets napolitain très populaire.

▶ **Recette** : TOMATE.

MUFFIN Petit pain anglais, rond, au lait, servi chaud pour le thé, avec du beurre frais et de la confiture.

muffins

Mettre 180 g de farine dans une terrine avec 1 grosse pincée de sel, 35 g de sucre, 6 cuillerées à soupe de lait et 12 g de levure de boulanger. Bien mélanger. Faire fondre 80 g de beurre sur feu doux, l'incorporer à la pâte et travailler l'ensemble pour obtenir une pâte homogène. Aplatir cette pâte au rouleau à pâtisserie sur 1 cm d'épaisseur, la découper en 10 disques de même taille et en garnir des moules à tartelette beurrés. Cuire 12 min au four préchauffé à 200 °C. Dès que les muffins ont blondi, les démouler et les faire dorer des deux côtés sur la plaque du four.

MULET Quadrupède provenant du croisement d'un âne et d'une jument (le baudet étant le croisement d'un cheval et d'une ânesse). La chair du mulet est plutôt sèche ; elle s'apparente à celle de l'âne par sa couleur et son goût. Cette viande, de plus en plus rare, est encore vendue dans certaines boucheries chevalines.

MULET (POISSON) Poisson côtier, de la famille des mugilidés, très courant, qui fréquente les estuaires et les étangs littoraux, où on peut même l'élever. Il en existe plusieurs espèces, également appelées « muges ».
– Le mulet cabot à grosse tête, assez allongé, est le plus grand (jusqu'à 60 cm) ; il est gris argenté sur le dos et brun sur les flancs.
– Le mulet doré est le plus petit (de 20 à 45 cm) ; il porte une tache jaune sur l'ouïe.
– Le mulet lippu (jusqu'à 50 cm) a des lèvres larges et épaisses.
– Le mulet porc ressemble, en plus grand, au mulet doré, moins la tache sur l'ouïe.

Les deux premiers sont les plus appréciés et les plus répandus. On les prépare comme le bar, au court-bouillon, au four ou au gril, après les avoir soigneusement écaillés. Leur chair est maigre, blanche, un peu molle ; elle contient peu d'arêtes, mais sent parfois la vase (on les fait souvent dégorger).

MULLIGATAWNY Mets d'origine indienne, adopté par les Britanniques et surtout par les Australiens. Ce consommé de poulet est agrémenté de légumes étuvés, fortement relevé de cari et d'épices, garni de chair de poulet et de riz cuit à la créole. Dans l'apprêt original indien, la garniture comporte également des amandes mondées et du lait de coco (éventuellement remplacé par de la crème). Les Australiens ajoutent en général des tomates et du lard fumé.

MUNSTER OU **MUNSTER-GÉROMÉ** Fromage alsacien AOC de lait de vache (de 45 à 50 % de matières grasses), à pâte molle et à croûte lavée (**voir** tableau des fromages français page 495). Le munster se présente sous la forme d'un disque plat de 13 à 20 cm de diamètre et de 2,5 à 5 cm d'épaisseur. Présenté à nu ou en boîte, affiné de deux à trois mois, il a une saveur corsée. En Alsace, il se sert traditionnellement accompagné de pommes de terre en robe des champs et de graines de cumin, servies à part.

MURAT Nom d'un apprêt de filets de sole taillés en « goujonnettes » et cuits à la meunière, dressés en timbale avec des pommes de terre (cuites en robe des champs et pelées) et des fonds d'artichaut pochés, coupés en dés et sautés. L'ensemble est parsemé de persil ciselé et arrosé d'un jus de citron et de beurre noisette.

MÛRE Fruit du mûrier, ou ronce sauvage, de la famille des rosacées. D'un rouge presque noir, assez ferme, la mûre arrive à maturité en septembre-octobre. Elle est peu énergétique (37 Kcal pour 100 g), mais riche en vitamines C et B. On en fait de la compote, de la confiture, des entremets glacés, de la gelée, de la liqueur, des pies, du ratafia, du sirop et des tartes. On l'utilise aussi en confiserie (bonbons fourrés, pâtes de fruits).

Le fruit du mûrier, de la famille des moracées, également appelé « mûre » et « meuron » en Suisse romande, est plus énergétique (57 Kcal pour 100 g), mais moins riche en vitamines. Ses emplois sont les mêmes.

▶ **Recette** : CONFITURE.

MURÈNE Poisson, de la famille des murénidés, très allongé, sans nageoires, ayant l'aspect d'un serpent aplati (il peut dépasser 1,30 m). Sa large bouche, fendue jusqu'en arrière des yeux, possède plusieurs rangées de fortes dents pointues, et sa morsure est toxique. Son corps est nu, brun foncé marbré de jaune et de noir. La chair de la murène est grasse, mais fine et sans arêtes.

Les Romains en raffolaient et ils l'élevaient en vivier. Aujourd'hui, on ne la trouve plus guère que sur certains marchés du Midi. On la mange froide, à l'aïoli ; elle entre dans la préparation de la bouillabaisse et peut recevoir les apprêts de l'anguille.

MURFATLAR Vin de dessert roumain titrant de 16 à 18 % Vol., produit dans la Dobroudja, non loin de la mer Noire. Les raisins surmaturés donnent un vin doré, liquoreux, dont le bouquet évoque la fleur d'oranger. On le considère comme le meilleur vin de Roumanie.

MUROL Fromage auvergnat de lait de vache (45 % de matières grasses), à pâte pressée non cuite et à croûte lavée (**voir** tableau des fromages français page 496). Le murol se présente sous la forme d'un disque plat de 15 cm de diamètre et de 3,5 cm d'épaisseur, percé au centre d'un trou de 4 cm de diamètre (pratiqué pour accélérer l'affinage). Sous sa belle croûte rouge-orangé, il a une saveur douce.

MUROLAIT Partie centrale extraite du murol (**voir** ce mot), façonnée en tronc de cône et enrobée de paraffine rouge. Le murolait se présente sous la forme d'un cylindre de 4 cm de diamètre et de 3,5 cm d'épaisseur. Il a une saveur proche de celle du saint-paulin.

MUSC Substance très odorante, tirée des glandes de certains animaux (chevrotin asiatique, civette d'Éthiopie) ou de diverses graines ou amandes (l'ambrette, cultivée en Afrique et aux Antilles). La graine de la mauve musquée est parfois appelée également « musc ». Végétal ou animal, le musc servait jadis d'épice, au même titre que l'ambre. Il intervient encore aujourd'hui dans certaines recettes africaines ou orientales.

MUSCADE Fruit aromatique du muscadier, arbre des régions tropicales d'Asie et d'Amérique, de la famille des myristicacées, dont il existe de nombreuses espèces, la plus connue étant le muscadier des îles de la Sonde.

■ **Emplois.** Ovoïde, de la taille d'une amande, brun cendré et ridée, la « noix de muscade » a une saveur et un arôme fortement épicés ; elle doit être dure et lourde, et s'utilise toujours râpée, à l'aide d'une petite râpe spéciale bien mordante. On la conserve dans un flacon hermétique. Elle contient environ 30 % de matières grasses ; ses noix cassées permettent de fabriquer un « beurre de muscade », friable et très odorant, qui peut servir de corps gras culinaire ou aromatiser des beurres composés (**voir** MACIS).

La noix de muscade relève surtout les préparations à base de pomme de terre, d'œuf et de fromage. En pâtisserie, elle parfume les gâteaux au miel ou au citron, les compotes, les tartes aux fruits, le cake anglais, les

leckerli de Bâle et certains entremets à la vanille. Enfin, elle est la touche finale apportée à de nombreux cocktails et punchs, et joue un rôle en liquoristerie.

MUSCADET Vin AOC blanc du Pays nantais, qui se répartit en trois appellations : à l'ouest, le muscadet générique, qui donne des vins courants ; sur la rive nord de la Loire, le muscadet des coteaux-de-loire, qui s'étend entre Nantes et Ancenis ; sur la rive sud, le muscadet de sèvre-et-maine et le muscadet côtes-de-grand-lieu. Sec et léger, le muscadet possède un goût fruité, avec un léger picotement, encore plus évident quand il est mis en bouteille « sur lie ».

MUSCAT Nom générique de cépages caractérisés par un arôme musqué et une saveur de raisin prononcée. Le muscat à petits grains a des baies blanches ambrées et fermes, et donne de nombreux vins doux naturels. Le muscat d'Alexandrie, cultivé à l'air libre sur la Côte d'Azur et sous serre à Antibes, a un bouquet qui tend vers un goût de figue sèche. Mélangées, ces deux variétés permettent d'obtenir le muscat de Rivesaltes.

Le muscat donne aussi du raisin de table.

MUSCAT (VIN) Vin doux naturel provenant du cépage muscat, dont les variétés, blanches ou noires, ont un goût musqué. En France, les muscats – dont le frontignan – sont pour la plupart produits dans le Languedoc et le Roussillon. Celui d'Alsace est le seul qui soit sec. On trouve de nombreux muscats en Italie et en Grèce.

MUSEAU Abat des animaux de boucherie – bœuf et porc, essentiellement (voir tableau des abats page 10). Le museau de bœuf, constitué par la partie comestible du mufle et du menton, est échaudé, salé et cuit ; il sert à préparer un hors-d'œuvre froid, que l'on accompagne d'une vinaigrette aux fines herbes. Le museau de porc est une spécialité de charcuterie cuite, préparée avec la tête entière, parfois la langue et la queue, désossées, cuites, pressées et moulées (le fromage de tête, le pâté de tête et le fromage de cochon sont des apprêts voisins).

MUSIGNY Vin AOC rouge ou blanc, provenant de la commune de Chambolle-Musigny, en Côte de Nuits. Le rouge, classé « grand cru », est un des plus grands climats locaux (voir BOURGOGNE).

MUSQUÉ Qualificatif désignant un arôme qui rappelle celui du musc. Aujourd'hui, on parle d'arômes « muscatés » quand on évoque des végétaux dont on fait des infusions, ou des vins qui mêlent des senteurs d'abricot sec, de pêche blanche, de figue sèche et de miel.

MYE Mollusque marin bivalve de la famille des myidés et proche de la palourde. La mye vit dans les eaux froides de l'Atlantique et du Pacifique nord. Sa coquille fine l'empêchant de survivre hors de l'eau, elle est toujours vendue cuite. La chaudrée de myes est un plat traditionnel de la côte est de l'Amérique du Nord.

MYRTE Arbuste méditerranéen, de la famille des myrtacées, dont les feuilles toujours vertes, très odorantes, ont une saveur qui tient à la fois du genièvre et du romarin. Les baies aromatiques interviennent surtout dans les cuisines corse et sarde. On en tire aussi une essence qui sert à préparer une liqueur, le *nerto*.

MYRTILLE Petit arbrisseau sauvage des régions septentrionales de l'Europe et de l'Amérique, dont les fruits gros comme des pois, d'un bleu plus ou moins violacé, ont une saveur acidulée. Il existe des variétés cultivées, à grosses baies. Très peu énergétique (16 Kcal pour 100 g), riche en vitamines C et B, la myrtille, ou « brimbelle », permet de préparer tartes, glaces, sorbets ainsi que compotes, confitures, gelées, sirops et liqueurs.

▶ **Recette** : TARTE.

MYSOST Fromage scandinave de lait de vache, de chèvre, ou de laits de vache et de chèvre mélangés (20 % de matières grasses), à pâte pressée brune (voir tableau des fromages étrangers page 498). Fabriqué avec du babeurre, le mysost se présente sous la forme d'une brique carrée pesant de 500 g à 1 kg. C'est le plus populaire des fromages norvégiens.

Caractéristiques des différentes variétés de myrtilles

variétés	provenance	époque	aspect	saveur
myrtilles sauvages				
airelle rouge	Scandinavie, France	juill.-oct.	petit, fragile, rouge vif	acidulée
bleuet nain	Canada	juill.-août	moyen, ferme, bleu clair ou noir	acidulée
myrtille des bois	Europe centrale, France	juill.-sept.	petit, fragile, bleu-noir foncé	acidulée, riche en tanin, très parfumée
myrtilles cultivées				
canneberge ou airelle américaine	États-Unis	oct.	gros, rond ou ovoïde, très ferme, rouge-brun	acidulée
myrtille arbustive	États-Unis, Allemagne, France	mi-juin-fin août	moyen à gros, ferme, juteux, bleu clair ou noir	sucrée ou acidulée, typique

N

NAAN Pain indien, préparé avec de la farine de blé, de la levure, du lait, un peu de sucre et d'eau, et cuit au four (tandoori).

NAGE Court-bouillon aromatisé, dans lequel on fait cuire des coquillages ou des crustacés – des coquilles Saint-Jacques, des écrevisses, des langoustes ou des petits homards – , qui sont ensuite servis chauds ou froids, dans leur cuisson, relevés d'un condiment ou additionnés de crème fraîche : ils sont dits alors « à la nage ».

coquilles Saint-Jacques à la nage → COQUILLE SAINT-JACQUES
écrevisses à la nage → ÉCREVISSE
huîtres en nage glacée → HUÎTRE

nage de pétoncles au thym citron

Enlever 2,5 kg de pétoncles bien nettoyés de leur coquille. Les débarrasser de leurs barbes, les laver plusieurs fois, et réserver au frais. Hacher finement 1/4 de botte de ciboulette. Presser le jus de 1 citron. Éplucher et laver 400 g de carottes, 1 poireau moyen et 1 céleri-rave de 300 g. Les couper en petits dés, en même temps que la pulpe d'un autre citron. Porter à ébullition 40 cl de de fumet de poisson légèrement salé et poivré et 20 cl de vin blanc, et y cuire 15 min les dés de légumes, avec 4 brins de thym citron et le jus de citron. Ajouter les noix de pétoncle et 1 dl de crème épaisse, maintenir l'ébullition 2 min (trop cuites, les pétoncles deviendraient dures). Hors du feu, incorporer la ciboulette hachée et les dés de citron. Dresser dans des assiettes creuses, décorer de pluches de cerfeuil et de lanières de tomate.

RECETTE DE CLAUDE LEGRAS,
LE RESTAURANT DU PARC, À GENÈVE

nage de poissons du lac à l'aligoté et aux herbes fraîches

« Faire revenir dans un sautoir beurré 100 g d'échalotes épluchées et ciselées, puis y mettre 250 g d'omble chevalier, 250 g de féra, 250 g de sandre et 150 de perche, en morceaux. Laisser étuver de 2 à 3 min avec 20 cl de bourgogne aligoté et 8 cl de Noilly Prat ; les poissons doivent rester rosés au centre. Les disposer dans des assiettes creuses, faire réduire légèrement la cuisson et ajouter 4 cuillerées à soupe d'herbes fraîches (cerfeuil, ciboulette, estragon, persil plat). Monter la sauce avec 300 g de beurre, napper les poissons, et décorer avec quelques petits navets, carottes et asperges préalablement cuits. »

rougets pochés à la nage au basilic → ROUGET-BARBET
truites à la nage Jean-Giono → TRUITE

NALESNIKI Petites crêpes salées, russes ou polonaises, masquées d'un mélange de fromage blanc, d'œufs battus et de beurre, pliées et roulées, puis frites à l'huile et servies en hors-d'œuvre chaud.

Farcies de chou, parfois de poulet, elles accompagnent traditionnellement le borchtch.

Fourrées de fromage blanc sucré ou de confiture, elles sont servies en dessert.

► *Nage de pétoncles au thym citron*



NANETTE Nom d'un apprêt classique de côtelettes d'agneau, d'escalopes de veau ou de ris de veau, garnis de petits fonds d'artichaut et de têtes de champignon étuvés au beurre et remplis d'une chiffonnade de laitue à la crème ou d'un salpicon de truffe lié à la demi-glace réduite.

▶ Recette : BEIGNET.

NANTAIS Fromage breton de lait de vache (40 % de matières grasses), à pâte pressée non cuite et à croûte lavée (voir tableau des fromages français page 496). Le nantais se présente sous la forme d'un carré de 9 cm de côté et de 4 cm d'épaisseur. Appelé aussi « curé » ou « fromage du curé », il a une saveur prononcée.

NANTAIS (GÂTEAU) Gâteau de pâte sablée enrichie d'amandes en poudre ou de fruits confits hachés, parfumée au kirsch ou au rhum. Le nantais peut être une grande galette ou un petit gâteau découpé à l'emporte-pièce rond cannelé, décoré d'amandes effilées, de fruits confits hachés ou de raisins secs.

NANTAISE (À LA) Se dit de divers apprêts comportant une sauce au vin blanc montée au beurre. Les coquilles Saint-Jacques à la nantaise sont pochées, escalopées, réchauffées dans du vin blanc avec des huîtres et des moules pochées, puis servies en coquille, saucées et glacées à la salamandre. Les poissons grillés à la nantaise sont servis avec une sauce au vin blanc et aux échalotes montée au beurre. Sont aussi dites « à la nantaise » des viandes rôties ou braisées, garnies de navets glacés, de petits pois et de purée de pomme de terre.

NANTUA Se dit des apprêts comportant des écrevisses, entières ou utilisées dans un beurre composé, une purée, une mousse ou un coulis ; les apprêts Nantua comportent aussi généralement de la truffe.

▶ Recettes : CHOU, POULARDE, QUENELLE, RIS, SAUCE, SAUMON, TERRINE, TIMBALE.

NAPOLITAIN Grosse pièce de pâtisserie cylindrique ou hexagonale, constituée d'abaisses de biscuit aux amandes superposées, évidées et masquées de marmelade d'abricot, de gelée de groseille ou d'une autre préparation. Le décor se compose de pâte d'amande et de fruits confits. Le napolitain ne se fait plus guère, mais on réalise des « fonds napolitains » (disques de pâte sucrée à la poudre d'amande), qui sont garnis après cuisson de crème au beurre ou de confiture. On appelle aussi « napolitain » une très petite tablette de chocolat fin, souvent amer, que l'on déguste avec le café.

▶ Recette : FOND DE PÂTISSERIE.

NAPOLITAIN (CAFÉ) Ancien *Café du Boulevard*, ouvert vers 1875 au coin du boulevard des Capucines et de la rue Louis-le-Grand, *le Café de la ville de Naples* devint bien vite le « Napo », réputé moins pour ses glaces ou pour son absinthe que pour sa clientèle. Deux générations de journalistes et d'hommes de lettres fréquentèrent l'établissement entre 1880 et 1910 : Jules Renard, Maupassant, Courteline, Alphonse Allais, Tristan Bernard, etc. Le *Napolitain* disparut en 1965.

NAPOLITAINE (À LA) Se dit de pâtes nappées de sauce tomate ou garnis de tomates et accompagnées de fromage râpé, servies en entrée ou en garniture de petites pièces de boucherie. La sauce napolitaine, créée par Carême, sans rapport avec la cuisine de Naples, associe raifort, jambon, madère, sauce espagnole, gelée de groseille et raisins secs, voire cédrat confit.

▶ Recettes : MACARONIS, PIZZA, RAGOÛT.

NAPPAGE Gelée liquide à base de marmelade d'abricot tamisée ou de gelée de groseille, additionnée le plus souvent de gélifiant. Le nappage blond ou rouge donne une finition brillante aux tartes aux fruits, ainsi qu'aux babas, aux savarins et à divers entremets. Il a aussi une action protectrice, car il évite aux fruits de s'oxyder ou de se dessécher

Un nappage au chocolat s'appelle aussi « miroir ».

NAPPER Verser sur un mets une sauce, un coulis, une crème, etc., de manière à le recouvrir aussi complètement et uniformément que possible.

NARD Aromate âcre et très parfumé, extrait de diverses valérianes, très apprécié au Moyen Âge en cuisine et dans les vins. Le nard indien, dont la saveur tient à la fois du gingembre et de la verveine, est encore utilisé dans les cuisines malaise et cinghalaise.

NASHI Fruit d'un arbre de la famille des rosacées, originaire du Japon (voir planche des fruits exotiques pages 502 et 503). Jaune moucheté, le nashi a une chair qui rappelle celle de la poire ; croquante et juteuse, elle a un léger parfum d'amande et se consomme crue.

NASI GORENG Spécialité indonésienne, faite de riz sauté avec du poulet émincé, ou du bœuf ou du porc, de l'oignon, puis garnie de chair de homard en dés. Ce plat est accompagné de sauces épicées et de rondelles d'oignon frites. Le nasi goreng a été adopté, à l'époque coloniale, par la cuisine néerlandaise, qui en a fait un apprêt européanisé, le rijsttafel, ou « table de riz ».

NASI KUNING Plat de fête javanais. Le riz, coloré en jaune au curcuma, est dressé en cône et présenté au centre d'un buffet qui réunit du poulet frit, des légumes crus sucrés, ou cuits au lait de coco, des brochettes de poulet, des boulettes de bœuf haché et de pomme de terre. Le tout est accompagné de divers condiments épicés.

NAVARIN Ragoût de mouton garni de pommes de terre et/ou de légumes divers (notamment, dans le navarin « printanier », de légumes nouveaux). Cet apprêt a sans doute été ainsi baptisé par déformation de « navet », légume qui constituait, à l'origine, sa garniture principale. L'appellation « navarin » appliquée par certains chefs à d'autres ragoûts, de crustacés, de volaille ou de lotte, garnis de navets, serait donc justifiée.

▶
Navarin d'agneau
Recette voir page 702.



navarin d'agneau

Couper 800 g d'épaule d'agneau en 6 morceaux, et 800 g de collier d'agneau en 6 tranches. Chauffer 2 cuillerées à soupe d'huile dans une grande cocotte. Y dorer les morceaux d'agneau. Les égoutter et vider deux tiers de la graisse. Remettre la viande dans le récipient et poudrer de 1 cuillerée à café de sucre. Mélanger, saupoudrer de 1 cuillerée à soupe de farine et cuire 3 min en remuant. Verser 20 cl de vin blanc, saler, poivrer et muscader. Porter sur feu modéré. Peler, épépiner et concasser 2 tomates ; peler et hacher 2 gousses d'ail. Ajouter le tout dans la cocotte avec un bouquet garni. Mouiller la viande à hauteur en complétant avec un peu d'eau. Dès que l'ébullition est atteinte, couvrir et laisser mijoter 45 min. Peler et gratter 300 g de carottes nouvelles et 200 g de navets nouveaux. Éplucher 100 g de petits oignons blancs. Dorer 10 min dans une sauteuse, avec 25 g de beurre, tous ces légumes. Effiler 300 g de haricots verts, les cuire à la vapeur de 10 à 12 min. Mettre dans la cocotte les carottes, les navets, les oignons et 300 g de petits pois écossés. Mélanger et couvrir de nouveau. Poursuivre doucement la cuisson de 20 à 25 min. Ajouter les haricots verts 5 min avant de servir et mêler délicatement. Servir très chaud, dans la cocotte.

RECETTE DE CHARLES BARRIER

navarin de mouton

« Dans une poêle, faire revenir, avec du saindoux, 1,2 kg d'épaule, de collet et de poitrine de mouton en morceaux, saler et poivrer. Y mettre 2 gros oignons ainsi que 2 grosses carottes, coupés en rondelles, et dorer le tout. Saupoudrer d'une cuillerée de farine et laisser colorer. Mettre dans une cocotte. Mouiller avec 1,5 litre de fond blanc et couvrir. Cuire 1 h 30. Décanter les morceaux de viande dans une autre cocotte. Ajouter 16 petits oignons sautés au beurre, 8 pommes de terre tournées, 6 carottes et 6 navets, tournés et blanchis. Passer la sauce au chinois et la verser dessus. Laisser mijoter 25 min. Ajouter enfin 100 g de haricots verts coupés en losange et 100 g de petits pois écossés. Cuire doucement jusqu'à ce qu'ils soient al dente. Bien dégraisser. Servir très chaud. »

NAVET Plante potagère de la famille des crucifères, cultivée pour sa racine charnue, allongée ou arrondie, jaune pâle ou blanche, souvent teintée de violet à la base des feuilles. Originaire d'Europe, il fut longtemps une « racine » très couramment utilisée en cuisine, surtout dans les soupes et le pot-au-feu ; les navets de Nantes ainsi que ceux du département de la Manche sont réputés depuis des siècles ; les navets d'Écosse sont considérés comme le légume « national ».

■ **Emplois.** Les variétés de navets potagers sont classées selon leur forme : le milan, rond, blanc à collet violet ; le nantais et le croissy, allongés et blancs. Il existe aussi des navets jaunes (dits « boule d'or », très savoureux) et noirs (longs ou ronds).

Peu énergétique (36 Kcal pour 100 g), le navet est riche en eau, en soufre, en potassium et en sucre. Les navets primeurs sont vendus avec leurs feuilles (qui se préparent comme des épinards et qui, sous le nom de *turnip tops*, sont appréciées en Grande-Bretagne).

Les navets sont épluchés et lavés juste avant la cuisson (pour éviter qu'ils ne noircissent), ou simplement brossés, s'ils sont tout petits. Indispensables dans le pot-au-feu et les potées, ils s'apprêtent comme les carottes ou en purée, en pain, en soufflé. Parce qu'ils absorbent la graisse, ils accompagnent bien les viandes grasses.

abattis de dinde aux navets → ABATTIS
mousse de navet → MOUSSE

navets en choucroute

Peler de gros navets, enlever les parties ligneuses et râper le reste en longs filaments assez fins. Tasser une première couche de 10 cm d'épaisseur environ dans un grand pot de terre. Saler. Ajouter du poivre en grains et des baies de genièvre. Superposer ainsi 5 ou 6 couches, toujours en tassant bien. Placer un poids sur le pot rempli, recouvrir d'un linge et laisser douze jours environ dans le réfrigérateur. Vider l'eau de fermentation et rincer longuement les navets avant de les blanchir quelques instants dans de l'eau bouillante. Cette choucroute de navet, éventuellement braisée, se sert avec les mêmes garnitures que la choucroute traditionnelle.

RECETTE D'ALAIN SENDERENS

navets farcis braisés au cidre

« Éplucher et blanchir 600 g de petits navets ronds nouveaux. Les creuser légèrement. Faire cuire à l'eau salée les parties retirées et les réduire en purée. Dans un mélange de beurre et d'huile d'olive, laisser rissoler les navets. Saler et poivrer. Faire réduire de moitié 1/2 bouteille de cidre sec. Y mettre les navets égouttés. Mouiller d'un peu de bouillon et faire cuire 15 min au four. Égoutter les navets. Ajouter la purée au fond de braisage, pour le lier. Ajouter 50 g de beurre, en fouettant, et tenir au chaud. Mélanger 100 g de chair à saucisse, 30 g de farce à gratin, du basilic, du romarin et de la fleur de thym. Façonner ce mélange en petites boulettes et les faire cuire au beurre à feu doux ; les mettre dans les navets évidés. Napper de sauce. »

navets farcis à la duxelles

Peler et évider des navets nouveaux moyens, tous de même grosseur ; les cuire 8 min dans de l'eau bouillante, les égoutter, puis les rafraîchir sous l'eau froide ; les égoutter à nouveau et les saler légèrement à l'intérieur. Faire étuver au beurre la pulpe retirée et la passer au tamis. Préparer une duxelles de champignon (1 cuillerée à soupe par navet), lui ajouter la pulpe passée et en garnir les navets. Ranger ceux-ci dans un plat à gratin beurré. Verser dessus quelques

cuillerées de bouillon de bœuf ou de volaille, parsemer de chapelure et arroser de beurre fondu. Cuire au four préchauffé à 210 °C jusqu'à ce que les légumes soient tendres ; il suffit pour s'en assurer de les piquer avec une aiguille.

navets au gratin
Détailler en rondelles des navets pelés et les blanchir à l'eau bouillante salée ; les égoutter, les rafraîchir et les étuver au beurre. Beurrer largement un plat à gratin et y disposer les navets ; égaliser le dessus, masquer de sauce Mornay, puis poudrer de fromage. Les passer à four très chaud jusqu'à ce que le dessus soit bien doré.

purée de navet et de pomme de terre → PURÉE
salade de petits navets nouveaux → SALADE
soufflé de stockfisch aux navets → SOUFFLÉ

NAVETTE Plante de la famille des crucifères, proche du colza, commune dans le centre et le nord de l'Europe. L'huile de ses graines s'emploie en cuisine.

NAVETTE (GÂTEAU) Gâteau sec en forme de barquette, fait de beurre et de farine additionnés de sirop de sucre parfumé à l'eau de fleur d'oranger.

NEBBIOLO Cépage rouge italien, l'un des trois principaux, avec le barbera et le moscato. Le nebbiolo, très fin, avec un goût de fumé, est célèbre pour le barolo qu'il produit. Il est souvent additionné d'un autre cépage, le bonarda, qui joue le même rôle que le merlot dans le Bordelais. Les vins qu'il donne doivent « mûrir » deux ans au moins, en fût de chêne.

NECTAR Jus ou purée de fruits (de 25 à 50 % minimum), additionnés d'eau et de sucre, et, éventuellement, d'additifs alimentaires.

En botanique, le nectar est le liquide sucré sécrété par les fleurs et transformé en miel par les abeilles.

NECTARINE ET **BRUGNON** Fruits d'arbres de la famille des rosacées, voisins de la pêche, dont ils se distinguent par leur peau lisse, de couleur rouge, parfois marbrée de jaune (voir tableau).

Caractéristiques des différentes variétés de nectarines et brugnons*

variétés	époque	forme	couleur
à chair blanche			
émeraude	début/mi-juill.	ronde	rouge foncé à rouge rosé, très lumineuse
flavour giant	début août	oblongue à ovale	rouge rosé, unie, lumineuse
mild silver (brugnon)	fin août	ovale à oblongue	rouge foncé
queen giant	mi-juill.	ovale	rouge grenat, unie, lumineuse
queen ruby	début août	ovale	rouge brillant
ruby gem (brugnon)	mi-août	à tendance ovale	rouge à rosé, marbrée, lumineuse
september queen	mi-fin août	ronde à tendance ovale	rouge grenat
silver gem	fin juill.-mi-août	ronde	rouge foncé
snow queen	début juill.	ronde à ovale	rouge grenat
super queen	début/mi-juill.	ovale	rouge grenat à rouge rosé
zéphyr	début août	ovale à ronde	rouge foncé, unie
à chair jaune			
arm king	fin juin	oblongue	plus ou moins rouge
bigtop (brugnon)	mi-juill.	ovale, régulière	rouge grenat
bel top	fin juill.	ronde à ovale	rouge grenat à rouge
fairlane (brugnon)	mi-sept.	ronde, régulière	rouge grenat sur fond jaune
fantasia	mi-août	ovale	rouge foncé à rouge-orangé
flavor gold	mi-juill.	ronde, régulière	rouge vif
flavor top	fin juill.	ovale	rouge foncé sur fond orangé
nectaross	mi-août	ronde	rouge foncé, épiderme très ponctué
red diamond	fin juill.	ovale	rouge foncé à rouge-orangé
summer grand	fin juill.	ovale	rouge foncé à rouge-orangé sur fond jaune
super crimson	début juill.	ovale	rouge vif à rouge-orangé

* *Source INRA Avignon*

La chair du brugnon, ferme, adhère au noyau, tandis que celle de la nectarine s'en détache facilement. L'un et l'autre fruits se consomment nature ou sont utilisés dans les entremets, comme les pêches.

NÈFLE Fruit du néflier, arbre de la famille des rosacées, piriforme et brun, de 3 à 4 cm de diamètre, dont la pulpe grisâtre contient cinq noyaux (certaines variétés en sont dépourvues). Originaire d'Europe, la nèfle n'est comestible que blette, après avoir subi les premières gelées sur l'arbre ou avoir doucement surmûri sous de la paille, dans un fruitier. Apportant 97 Kcal pour 100 g, elle a une saveur douce et acidulée, un peu vineuse. On en fait surtout des compotes.

NÈFLE DU JAPON Fruit du bibacier, ou néflier du Japon, arbre de la famille des rosacées, qui pousse en Orient, mais aussi dans le bassin méditerranéen. Il a une peau résistante et un peu duveteuse jaune pâle ou orangée, une chair blanche, jaune ou orangée, ferme ou fondante selon la variété, autour d'un ou de plusieurs noyaux. Cultivée à petite échelle en Provence, et surtout importée de Madagascar, la nèfle du Japon, appelée aussi « bibace », « bibasse » ou « loquat », apparaît sur le marché d'avril à fin juin. Peu énergétique (38 Kcal pour 100 g), riche en calcium et en vitamine A, elle se mange nature, bien mûre en dessert, ou sert à préparer confitures, gelées, sirops et liqueurs.

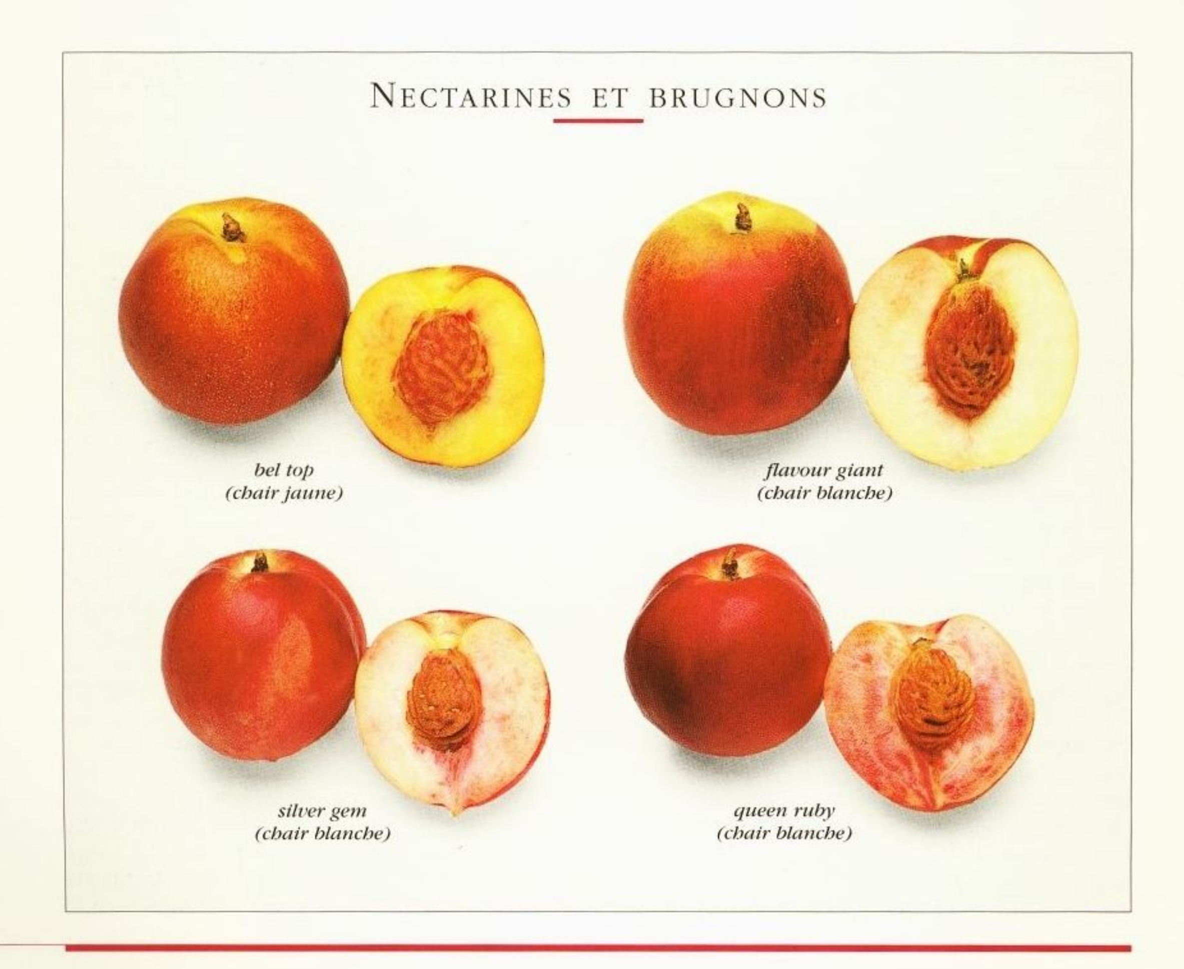
NÈGRE EN CHEMISE Entremets glacé au chocolat, servi masqué de crème Chantilly.

nègre en chemise

Faire fondre au bain-marie 250 g de chocolat avec 1 cuillerée à soupe de lait ; travailler à la spatule 250 g de beurre en pommade ; mélanger le chocolat et le beurre, en battant bien, puis ajouter 75 g de sucre et 4 ou 5 jaunes d'œuf ; battre 5 blancs en neige très ferme et les incorporer à la préparation. Huiler un moule à bombe glacée, y verser la crème et réserver 12 heures dans le réfrigérateur. Battre en chantilly 2,5 dl de crème et 3/4 de dl de lait cru très froids, en y ajoutant 40 g de sucre glace et 1 sachet de sucre vanillé. Démouler l'entremets sur un plat de service, puis, à l'aide d'une poche à douille, le recouvrir de chantilly, mais sans le masquer, pour que le chocolat apparaisse par endroits.

NEIGE Nom donné aux blancs d'œuf battus ou fouettés jusqu'à consistance ferme, servant à préparer nombre d'entremets et de pâtisseries. On appelle aussi « neige » une sorte de sorbet fait d'un jus de fruits rouges additionné de sucre. Enfin, on baptise « neige de Florence » des flocons blancs très légers de pâtes alimentaires, utilisés pour garnir des consommés.
▶ **Recette** : ŒUFS À LA NEIGE.

NECTARINES ET BRUGNONS



bel top (chair jaune)

flavour giant (chair blanche)

silver gem (chair blanche)

queen ruby (chair blanche)

NÉLUSKO Petit-four frais constitué par une cerise à l'eau-de-vie équeutée et dénoyautée, fourrée de confiture de groseille de Bar-le-Duc, puis glacée au fondant parfumé avec l'eau-de-vie des cerises.

On appelle aussi « nélusko » une bombe glacée au chocolat et au praliné relevé de curaçao.

NEM Pâté vietnamien frit, constitué d'une galette de riz farcie de légumes, d'aromates et éventuellement d'œufs, de viande ou de crabe hachés. En Chine, les nems se préparent avec une galette de blé.

NEMOURS Nom d'une garniture pour petites entrées, composée de pommes duchesse, de petits pois au beurre et de carottes tournées et glacées. Le mot désigne aussi un apprêt de filets de sole pochés, nappés de sauce crevette, surmontés d'une lame de truffe et garnis de quenelles et de petits champignons liés de sauce normande et entourés de petites croquettes de crevette roulées dans de la truffe pochée. Quant au potage Nemours, c'est une purée de pomme de terre mouillée au consommé, liée à la crème et au jaune d'œuf, et auquel on ajoute du tapioca.

NEMROD Nom d'un personnage biblique, « vaillant chasseur devant l'Éternel » (Genèse), donné à divers apprêts de cuisine classique comportant du gibier.

La garniture Nemrod, pour gibier à poil, se compose de compote d'airelle dressée en barquettes ou en bouchées, de pommes croquettes et de grosses têtes de champignon grillées, garnies de purée de marron. Le consommé de gibier Nemrod est additionné de porto, lié à l'arrow-root et garni de quenelles de farce à gibier enrichie de truffe hachée. Enfin, les attereaux Nemrod sont formés de quenelles de farce à gibier et de jambon, de champignons et d'œufs de vanneau, cuits durs.

NÉROLI Huile volatile extraite de la fleur d'oranger. Le néroli possède une odeur suave, et son pouvoir parfumant est très puissant. On l'utilise surtout en biscuiterie.

NESSELRODE Nom de divers apprêts de cuisine et de pâtisserie, ayant en commun de la purée de marron.

Salée, la purée sert de garniture à des ris de veau braisés ou à des noisettes de chevreuil sautées, nappées de sauce poivrade ; on la retrouve en garniture de profiteroles et avec le consommé de gibier Nesselrode.

Parmi les apprêts sucrés, le pudding glacé Nesselrode se prépare avec de la crème anglaise additionnée de purée de marron, de fruits confits, de raisins secs et de crème fouettée. La bombe glacée Nesselrode est faite de pâte à bombe à la purée de marron glacé, parfumée au kirsch, chemisée de glace à la vanille.

▶ **Recettes** : CONSOMMÉ, PUDDING.

NEUFCHÂTEL Fromage normand AOC de lait de vache (45 à 50 % de matières grasses), à pâte molle légèrement pressée et à croûte fleurie, blanche et duveteuse (voir tableau des fromages français page 494). Le neufchâtel se présente à nu en forme de briquette, de cylindre, de carré ou de cœur. Il a une saveur douce et acidulée.

NÉVA (À LA) Se dit d'un apprêt de poularde garnie d'une farce au foie gras et aux truffes, nappée de sauce chaud-froid décorée à la truffe et lustrée à la gelée. La volaille est accompagnée d'une salade russe (justifiant la référence au fleuve qui arrose Saint-Pétersbourg) et ornée de dés de gelée.

NEWBURG Nom donné à un apprêt de homard par son créateur, Alessandro Filippini, chef d'un restaurant de New York célèbre depuis la fin du XIXe siècle, le *Delmonico's*. Le homard à la Newburg est sauté à la crème, et il existe plusieurs variantes de part et d'autre de l'Atlantique.

La sauce Newburg, obtenue en préparant le homard comme à l'américaine, mais en le mouillant de crème et de fumet de poisson, sert également à accommoder des poissons (sole notamment, entière ou en filets) garnis de médaillons de homard.

▶ **Recette** : HOMARD.

NICE ET **PAYS NIÇOIS** La cuisine niçoise subit les influences de la Provence et de l'Italie, mais l'authentique gastronomie « niçarde » possède son originalité.

Les ressources de la mer fournissent sardines (que l'on consomme farcies ou sautées à l'huile) et anchois (ceux-ci sont omniprésents, notamment dans l'anchoyade, la pissaladière, la salade niçoise et le pan-bagnat) ; loups, rascasses, calmars et poulpes se cuisinent souvent à la tomate et à l'ail.

Mais les vrais plats originaux de Nice sont depuis très longtemps l'omelette à la poutine, la soupe de favouilles (petits crabes) et, surtout, le stockfisch, ou stoficado (morue séchée).

Dans l'arrière-pays poussent l'olivier (qui donne l'huile et les fameuses petites olives noires), la vigne, dont est issu le vin de Bellet, et l'oranger, qui produit l'orange amère, ou bigarade. Les fleurs cultivées ou sauvages sont la source d'un miel réputé.

Enfin, les fruits et légumes méditerranéens enchantent le cuisinier.

■ **Au royaume des légumes**. Aubergines, tomates, courgettes et poivrons s'associent dans la célèbre ratatouille et se cuisinent aussi séparément, sautés ou farcis ; mais il ne faut pas oublier la soupe au pistou, les petits artichauts violets, les fèves fraîches, les nèfles, les figues et les fraises.

Les ravioles sont inséparables de la daube ou de l'estouffade de bœuf « à la niçoise », avec une garniture de tomates et d'olives ; elles accompagnent également les tripes, le ragoût de chevreau, les noisettes d'agneau et les paupiettes de veau. On apprécie parmi les fromages le cachat provençal et la brousse de la Vésubie.

Quant aux friandises et gâteaux, ils sont surtout représentés par les fleurs et les fruits confits, et par la pompe à l'huile.

NICKEL Métal blanc brillant, résistant à l'oxydation et à la corrosion. Son principal emploi est le nickelage, effectué par électrolyse, généralement sur un premier revêtement de cuivre ; il sert de base au chromage. Le nickel fait aussi partie de nombreux alliages, dont

l'acier inoxydable et le maillechort (nickel, cuivre et zinc), utilisé pour la fabrication de couverts et de plats qui sont ensuite argentés (ruolz).

NIÇOISE (À LA) Se dit de divers apprêts inspirés de la cuisine de la région de Nice, où figurent essentiellement l'ail, les olives, les anchois, les tomates et les haricots verts. Les poissons grillés à la niçoise (rouget, sole, merlan) sont servis avec une concassée de tomate, des filets d'anchois, des olives… La garniture niçoise pour grosses pièces de boucherie et volailles associe tomates mondées étuvées à l'huile et relevées d'ail, haricots verts liés au beurre (ou bien courgettes et petits artichauts étuvés) et pommes château.

▶ **Recettes** : AGNEAU, ATTEREAU, PIGEON ET PIGEONNEAU, RATATOUILLE, SALADE.

NID (AU) Se dit de petits oiseaux rôtis, dressés dans des nids de pommes paille ou gaufrettes. On les décore parfois de cerises pochées et de petits bouquets de persil ou de cresson. On appelle aussi « au nid » des œufs mollets ou pochés dressés dans des tomates évidées ou placés sur un « nid » en beurre de Montpellier façonné à la poche à douille, puis garnis de gelée hachée et de cresson.

▶ **Recette** : TOMATE.

NID D'ABEILLE Gâteau traditionnel très populaire en Allemagne et en Alsace. C'est une brioche ronde, épaisse de 5 cm, recouverte d'un mélange de beurre et de sucre, de miel et d'amande, puis fendue en deux et recouverte de crème pâtissière.

NID D'HIRONDELLE Fragments séchés des nids que la salangane, hirondelle des côtes de la mer de Chine, fabrique avec sa salive, après avoir ingurgité les substances gélatineuses des algues. Blanchâtre et poreux, le produit est surtout utilisé dans la cuisine traditionnelle chinoise pour garnir un potage (après avoir gonflé dans de l'eau) et lui donner une consistance visqueuse et un parfum caractéristique. Les nids d'hirondelle interviennent aussi dans les ragoûts et certaines garnitures composées.

▶ **Recette** : CONSOMMÉ.

NIGELLE Nom de plusieurs plantes de la famille des renonculacées, dont les graines servaient autrefois de condiment. Les graines de la nigelle aromatique, également appelées « cumin noir », « poivrette » ou « toute-épice », ont un goût piquant et peuvent remplacer le poivre ; celles de la nigelle de Damas, ou « cheveux-de-Vénus », parsèment, en Orient, le dessus des pains et des gâteaux.

NIGNON (ÉDOUARD) Cuisinier français (Nantes 1865 - ? 1934). Son apprentissage et sa carrière exceptionnelle le conduisirent dans les plus grands établissements en France et à l'étranger : il fut chef des cuisines du tsar de Russie, de l'empereur d'Autriche et du président américain Wilson. En 1918, il prit la direction du restaurant *Larue*, à Paris, et troqua la veste blanche du chef contre l'habit noir du maître d'hôtel, passant ainsi les deux tiers de sa vie « tout en blanc ou tout en noir », selon le mot de Sacha Guitry. Il est l'auteur de trois ouvrages de cuisine, où est consignée son expérience : *l'Heptaméron des gourmets ou les Délices de la cuisine française* (1919), *Éloges de la cuisine française* (1933), préfacé par Sacha Guitry, et *les Plaisirs de la table* (1926). Certaines de ses recettes, comme la beuchelle tourangelle (à base de ris, de rognons de veau et de morilles dans une sauce crème), font encore les délices des gourmets.

NIGRI Boulettes japonaises de riz à la vinaigrette, recouvertes de tranches de poisson. Le nigri est une des deux sortes de sushis (**voir** ce mot).

NINON Nom de divers apprêts de cuisine classique. La garniture Ninon pour petites pièces de boucherie sautées, accompagnées de sauce à la moelle, comporte des petites croustades en appareil à pommes duchesse, remplies d'un salpicon de crêtes et de rognons de coq, et des bouquets de pointes d'asperge. Le salpicon de crêtes et de rognons de coq, additionné de pointes d'asperge, nappé de sauce à la moelle, sert aussi à garnir les canapés Ninon, taillés dans du pain de mie rond et passés à four chaud. La salade composée Ninon associe feuilles de laitue et tranches d'oranges pelées à vif.

NIOLO Fromage corse de lait de chèvre (au moins 45 % de matières grasses), à pâte molle et à croûte naturelle blanc-gris (**voir** tableau des fromages français page 497). Le niolo se présente sous la forme d'un carré de 13 cm de côté et de 4 à 6 cm d'épaisseur. Affiné de trois à quatre mois avec macération en saumure, il a une saveur piquante et une odeur forte.

NITRATE Additif alimentaire utilisé comme conservateur dans la fabrication des conserves, des salaisons et de la charcuterie. Associés au chlorure de sodium, les nitrates de sodium et de potassium évitent les proliférations microbiennes. Ils participent à la coloration rouge des charcuteries.

Utilisés aussi comme engrais, les nitrates peuvent se retrouver dans les eaux potables et les légumes (betteraves, carottes, épinards, haricots verts, salades).

NIVERNAIS ET **MORVAN** **Voir** BOURGOGNE.

NIVERNAISE (À LA) Se dit de grosses pièces de boucherie rôties ou braisées et d'un canard braisé, garnis de carottes tournées et glacées et d'oignons glacés à blanc, éventuellement complétés de laitues braisées. La garniture est parfois dressée en croustades, et le fond de braisage nappe généralement l'ensemble.

NOËL Cuisinier français de la fin du XVIII[e] siècle, qui officia longtemps à la cour de Frédéric II de Prusse. Son maître l'avait baptisé « le Newton de la cuisine ». On le connaît notamment par l'*Histoire de ma vie*, de Casanova, qui fit honneur à sa cuisine et rendit même visite à son père à Angoulême ; celui-ci, pâtissier de renom, promit au célèbre séducteur, grand voyageur, de lui envoyer ses pâtés, où qu'il se trouve en Europe.

NOËL (FÊTE) Fête familiale par excellence, qui associe la célébration religieuse de la naissance de Jésus-Christ et les réjouissances païennes du renouveau, du Nouvel An. Le trait commun de ces festivités est le cadeau, l'offrande d'une friandise, surtout quand celle-ci est faite par l'intermédiaire d'une des grandes figures des mythes populaires (saint Martin en Belgique, en Allemagne, aux Pays-Bas ; saint Nicolas dans le nord et l'est de la France ; partout ailleurs, le Père Noël).

■ **La fête des gâteaux**. Un usage ancien, établi dans de nombreuses régions, voulait que parrains et marraines offrent à leurs filleuls un gâteau anthropomorphe : pantin, enfant emmailloté ou simple fuseau.

En Ardèche, ce gâteau est le « père Janvier » ; dans le Nord, c'est le « cougnou » (le *kerstbroden* flamand), en pâte briochée garnie de raisins et poudrée de sucre ; dans le Berry, c'est le « naulet ». La tournée des maisons du village par les enfants dans la nuit de Noël est une coutume très ancienne. Vœux de prospérité et chansons rituelles se traduisaient en contrepartie par diverses offrandes, essentiellement alimentaires. En Bourgogne, la « cornette », gaufre de maïs roulée en cornet, donnait même son nom à la quête. En Touraine, les enfants recevaient le « guillauneu », galette allongée et fendue aux deux bouts, spécialement préparée pour la circonstance.

Mais le Nouvel An et surtout Noël restent consacrés par un repas, qui, dans la plupart des pays d'Europe, comporte encore souvent un gâteau spécifique : en France, c'est la bûche ; en Angleterre, le *Christmas pudding* ; en Allemagne, le *Stollen* aux fruits confits, l'équivalent de la bûche française. En Alsace, ce sont le Birewecke, pain aux fruits secs et aux fruits confits, et les *Lebkuchen* (pains d'épice), de tradition avant la messe de minuit. En Corse, la *strenna*, tourte au broccio, est plus particulièrement préparée pour le jour de l'An. En Provence, le « gros souper » de la veillée de Noël se termine encore bien souvent par les « treize desserts de Noël » : pompe à l'huile, raisins secs, pâte de coing, calissons, nougat, fougasse, cédrats confits, noix et noisettes, poires d'hiver, prunes de Brignoles, figues sèches, amandes, dattes.

Dans d'autres provinces, le repas de Noël était au contraire très frugal, comme en Bretagne, où le jeûne était un moyen de faire exaucer ses vœux ; on se rassemblait alors après la messe pour manger des crêpes chaudes ou une collation très simple, terminée par la traditionnelle fouace en étoile.

NOËL PETER'S Restaurant parisien, ouvert passage des Princes en 1854. Il s'appela d'abord *Peter's*, prénom américanisé du propriétaire, Pierre Fraisse. Ayant séjourné aux États-Unis, celui-ci servait des plats nouveaux, tels le potage à la tortue, le roastbeef, et surtout le homard à l'américaine, dont il fut le créateur dans les années 1850. Très fréquenté par les journalistes, l'établissement, racheté par Vaudable, père du directeur de *Maxim's*, prit ensuite le nom de *Noël Peter's*, en raison d'une association avec un certain Noël. Dans les années 1880, on y inventa la formule du « plat du jour ».

La désaffection du public pour les passages couverts entraîna son déclin, puis sa disparition.

NOISETTE Fruit du noisetier, arbrisseau de la famille des bétulacées qui pousse dans les contrées tempérées de l'Europe, dont la coque dure renferme une graine (amandon) ovoïde ou arrondie, de saveur très fine.

En France, les noisettes (voir tableau) proviennent principalement du Sud-Ouest, où existent désormais des vergers rationnels ; on en importe aussi beaucoup de Turquie, d'Italie et d'Espagne. Très énergétique (656 Kcal pour 100 g), riche en lipides (60 %), la noisette sèche apporte aussi du soufre, du phosphore, du potassium, du calcium et de la vitamine PP.

Caractéristiques des différentes variétés de noisettes en coque sèche*

variétés	provenance	époque	description	saveur
butler	toute la France	début sept.	grosse, un peu allongée, coque mi-épaisse	sucrée, assez fine
daviana	toute la France	sept.	assez grosse, allongée, coque fine	sucrée, parfumée
ennis	toute la France	fin sept.	très grosse, arrondie, coque mi-épaisse	assez fine, sucrée
fertile de Coutard ou aveline du Piémont	toute la France	sept.	grosse, arrondie, coque mi-épaisse	parfumée
merveille de Bollwiller	toute la France	sept.	grosse, conique, coque dure, épaisse	sucrée, parfumée
segorbe	Aquitaine, Midi-Pyrénées, Val de Loire, Isère, Drôme	sept.	assez petite, arrondie, coque mi-épaisse	parfumée
tonda di giffoni	Aquitaine, Midi-Pyrénées, Val de Loire, Isère, Drôme	sept.	assez grosse, arrondie, coque mi-épaisse	parfumée
tonda romana	Italie	début sept.	assez grosse, arrondie, coque fine	parfumée

* *Source ANP NOISETTE (Association nationale des producteurs de noisettes)*

■ **Emplois.** Les noisettes fraîches sont toujours vendues avec leur enveloppe (involucre) verte. Les noisettes sèches entières doivent avoir une coque brillante, pas trop épaisse, sans tache, ni trou, ni fissure. Un casse-noisettes est nécessaire pour briser leur coque. Une fois décortiquées, elles doivent être conservées à l'abri de l'air pour leur éviter de rancir.

Elles s'utilisent entières, râpées ou broyées. On les sert salées, parfois grillées, en amuse-gueule, et elles interviennent également en cuisine (dans des farces, des terrines, pour accommoder le poulet, voire le poisson meunière, comme les amandes). On en fait aussi un beurre composé. Néanmoins, leurs emplois principaux sont la pâtisserie, la confiserie et la chocolaterie.

Enfin, on extrait des noisettes une huile très fine, qui intervient comme condiment et ne doit pas chauffer.

▶ **Recettes** : CHEVREUIL, FOND DE PÂTISSERIE, POTAGE, SALADE, SPÄTZLES.

NOISETTE (BEURRE) Se dit du beurre chauffé à la poêle jusqu'à ce qu'il prenne une teinte noisette ; on l'utilise pour finir nombre de mets poêlés, notamment le poisson.

La « sauce noisette » est une hollandaise additionnée de quelques cuillerées de beurre noisette. Elle accompagne saumon, truite et turbot poêlés.

▶ **Recettes** : BEURRE, BEURRE COMPOSÉ, RAIE.

NOISETTE (VIANDE) Préparation de boucherie dans les côtes-filets et les côtes premières désossées. Le morceau comportant essentiellement la noix est roulé, parfois bardé légèrement, ficelé et détaillé en petites pièces individuelles destinées à être grillées ou poêlées.

Par extension, l'appellation « noisette » s'applique à une petite tranche ronde de filet de bœuf, à un petit grenadin de veau, auquel on peut appliquer toutes les recettes prévues pour les escalopes de veau, et, enfin, à la noix d'une côtelette de chevreuil, grillée à feu vif ou sautée au beurre.

NOISETTES (POMMES) Petites boules de pulpe de pomme de terre, levées à la cuillère parisienne, dorées au beurre et légèrement rissolées, utilisées dans de nombreuses garnitures simples ou composées, généralement pour des petites pièces de boucherie (voir tableau des apprêts de pommes de terre page 833).

▶ **Recette** : POMME DE TERRE.

NOIX Pièce de viande de forme plutôt sphérique, ou partie la plus épaisse d'un morceau ; elle se prépare poêlée, grillée ou rôtie, diversement garnie, ou braisée, ce qui lui donne plus de moelleux.

Dans le veau, la noix correspond à la région interne du cuisseau, mais l'appellation a été étendue à la noix pâtissière et à la sous-noix.

Dans le bœuf, la noix d'entrecôte correspond à la partie centrale du morceau ; la noix de côtelette est la partie la plus charnue de celle-ci.

La noix de jambon est un produit de salaison, traité au sel sec, étuvé, et consommé après séchage, coupé en tranches très fines comme le jambon sec entier.

▶ **Recette** : VEAU.

NOIX (FRUIT) Fruit du noyer, arbre de la famille des juglandacées, recouvert d'une enveloppe verte (l'écale, ou brou). Les noix (voir tableau) sont formées d'une coque dure, renfermant une amande constituée de deux cerneaux en forme d'hémisphères cérébraux. Les cerneaux représentent de 35 à 50 % du poids total de la noix ; ils sont recouverts d'une mince pellicule jaune plus ou moins foncé, qu'il faut enlever quand la noix est consommée fraîche ; l'amande elle-même est blanche (elle devient légèrement grise en vieillissant).

Certaines variétés à coque fine se cassent à la main, mais la plupart des autres nécessitent un casse-noix.

■ **Emplois.** De la mi-septembre à la Toussaint environ, la noix, libérée artificiellement du brou, est commercialisée fraîche (à consommer dans les quinze jours après la cueillette et à conserver au frais, mais jamais dans le réfrigérateur, car l'huile qu'elle contient figerait, ce qui lui ôterait tout son goût). Plus tard dans la saison, lorsque le brou s'est détaché de lui-même, elle est vendue sèche. Particulièrement énergétique (650 Kcal pour 100 g), la noix est très riche en lipides et en protides, ainsi qu'en phosphore et en vitamines B et D.

La noix intervient beaucoup en pâtisserie, comme ingrédient ou comme décor, mais elle est aussi très utilisée en cuisine : dans les salades composées, avec des apprêts de viande, de volaille ou de poisson.

Elle condimente certaines sauces et des farces de pâtés ou de rissoles, ainsi qu'un beurre composé ; elle est aussi apprêtée au verjus ou confite au vinaigre. Le brou et les cerneaux permettent de préparer des ratafias et des liqueurs (dont le « brou de noix »), ainsi que des vins aromatisés. L'huile de noix, au goût très fruité, est réservée à l'assaisonnement de certaines salades.

confit de foie gras, quenelles de figue et noix → FOIE GRAS
crottins de Chavignol rôtis sur sauce aux noix de la Corrèze → CROTTIN DE CHAVIGNOL
délice aux noix → DÉLICE ET DÉLICIEUX
diablotins aux noix et au roquefort → DIABLOTIN
fond noix ou noisettes → FOND DE PÂTISSERIE

noix au vinaigre

Choisir des noix assez grosses, encore recouvertes de leur brou. Les essuyer et les piquer profondément en plusieurs endroits. Les laisser mariner 3 jours dans une saumure à 100 g de sel par litre. Les faire bouillir quelques instants dans la saumure, puis les remettre à macérer 3 jours de plus. Répéter cette opération trois fois, avec un intervalle de 3 jours entre deux ébullitions. Égoutter les noix, les mettre dans des bocaux fermant hermétiquement. Les mouiller à hauteur de 5 litres de vinaigre bouilli pendant 15 min avec 80 g de poivre noir en grains, 35 g de quatre-épices, 35 g de clous de girofle, 35 g de macis et 40 g de racine de gingembre écrasée. Fermer les bocaux et les conserver au frais. Servir avec des viandes froides ou du jambon.

tartelettes aux noix et au miel → TARTELETTE
tourte aux noix de l'Engadine → TOURTE

Caractéristiques des principales variétés de noix*

variétés	provenance	aspect de la coque	aspect du cerneau	saveur
américaines				
ashley	Californie	moyenne à assez grosse, ovoïde, fine	assez clair, facile à extraire	assez marquée
chandler	Californie	grosse, oblongue, très fine	très clair, très facile à extraire	très marquée
chico	Californie	petite, ovoïde courte, assez globuleuse, très fine	blond clair, facile à extraire	marquée
eureka	Californie	grosse, elliptique, assez fine	blond, facile à extraire	marquée
hartley	Californie	grosse, conique, assez fine	blond clair, très facile à extraire	marquée
payne	Californie	moyenne à assez grosse, ovoïde, fine	blond clair, très facile à extraire	marquée
serr	Californie	moyenne à assez grosse, oblongue à ovoïde, fine	blond clair, très facile à extraire	marquée
vina	Californie	moyenne à petite, conique, longue, très fine	assez clair, facile à extraire	peu marquée
françaises				
corne	Dordogne, Corrèze	moyenne, elliptique, épaisse	blond clair, assez difficile à extraire	très fine
franquette	toute la France	moyenne à assez grosse, elliptique, pas très épaisse	blond clair, facile à extraire	marquée
grandjean	Dordogne	petite, rectangulaire, courte, assez mince	blond clair, très facile à extraire	marquée
grosvert	Dordogne	petite, assez globuleuse	blond, facile à extraire	assez marquée
lara	toute la France	grosse, globuleuse, assez mince	généralement blond, très facile à extraire	peu marquée
marbot	Lot, Corrèze	assez grosse à grosse, assez mince	généralement blond, tendance à foncer, facile à extraire	peu marquée
mayette	Isère	assez grosse, aplatie à une extrémité, pas très épaisse	blond clair, facile à extraire	très marquée, très fine
parisienne	Isère	grosse, rectangulaire, épaisseur moyenne	généralement blond, parfois veiné, facile à extraire	marquée
italiennes				
feltrina	Piémont, Lombardie, Abruzzes	moyenne, allongée, fine, tendre	assez clair, assez facile à extraire	agréable
sorrento	Campanie	moyenne, elliptique, fine	blond, assez facile à extraire	agréable

* *Source INRA Bordeaux*

NOIX DU BRÉSIL Fruit oblong, d'un arbre de la famille des myrtacées, à coque brune très dure, originaire du Brésil et du Paraguay (voir planche des noix et des noisettes page 710). Son amande blanche, grasse et très nutritive, a une saveur proche de celle de la noix de coco, dont elle a les mêmes emplois.

NOIX DE CAJOU Fruit de l'anacardier, arbre de la famille des térébinthacées, originaire d'Amérique du Sud et implanté vers le XVIe siècle en Inde (voir planche des noix et des noisettes). La noix de cajou, ou noix d'acajou, contient une amande lisse, blanc crème, en forme de rein, très énergétique une fois grillée (612 Kcal pour 100 g), riche en matières grasses et en phosphore. En Europe, on la consomme séchée, grillée et salée. Dans la cuisine indienne, en revanche, elle intervient dans de nombreux apprêts : cari d'agneau, ragoût de bœuf, riz aux crevettes, garniture de légumes, farce de volaille, gâteau et biscuit.

NOIX DE COCO Fruit du cocotier, arbre de la famille des palmacées, grand palmier originaire de Mélanésie, répandu surtout aux Philippines, en Inde, en Indonésie et en Polynésie, ainsi qu'en Afrique

tropicale. La noix fraîche, ovale, grosse comme un melon d'Espagne, est constituée d'une coque fibreuse, charnue, verte à orange, et d'un noyau très dur. Celui-ci renferme un liquide sucré, blanc opalin, très rafraîchissant, l'eau de coco ; lorsque le fruit est mûr, ses parois internes sont tapissées d'une pulpe blanche et ferme, délicatement parfumée et savoureuse, issue du liquide devenu consistant ; cette pulpe contient une forte proportion de matières grasses. Très nourrissante (fraîche : 370 Kcal pour 100 g ; sèche : 630 Kcal pour 100 g), la noix de coco contient en outre du phosphore, du potassium et des glucides. Le premier spécimen de noix de coco parvenu à Paris fut présenté à l'Académie française par Charles Perrault en 1674.

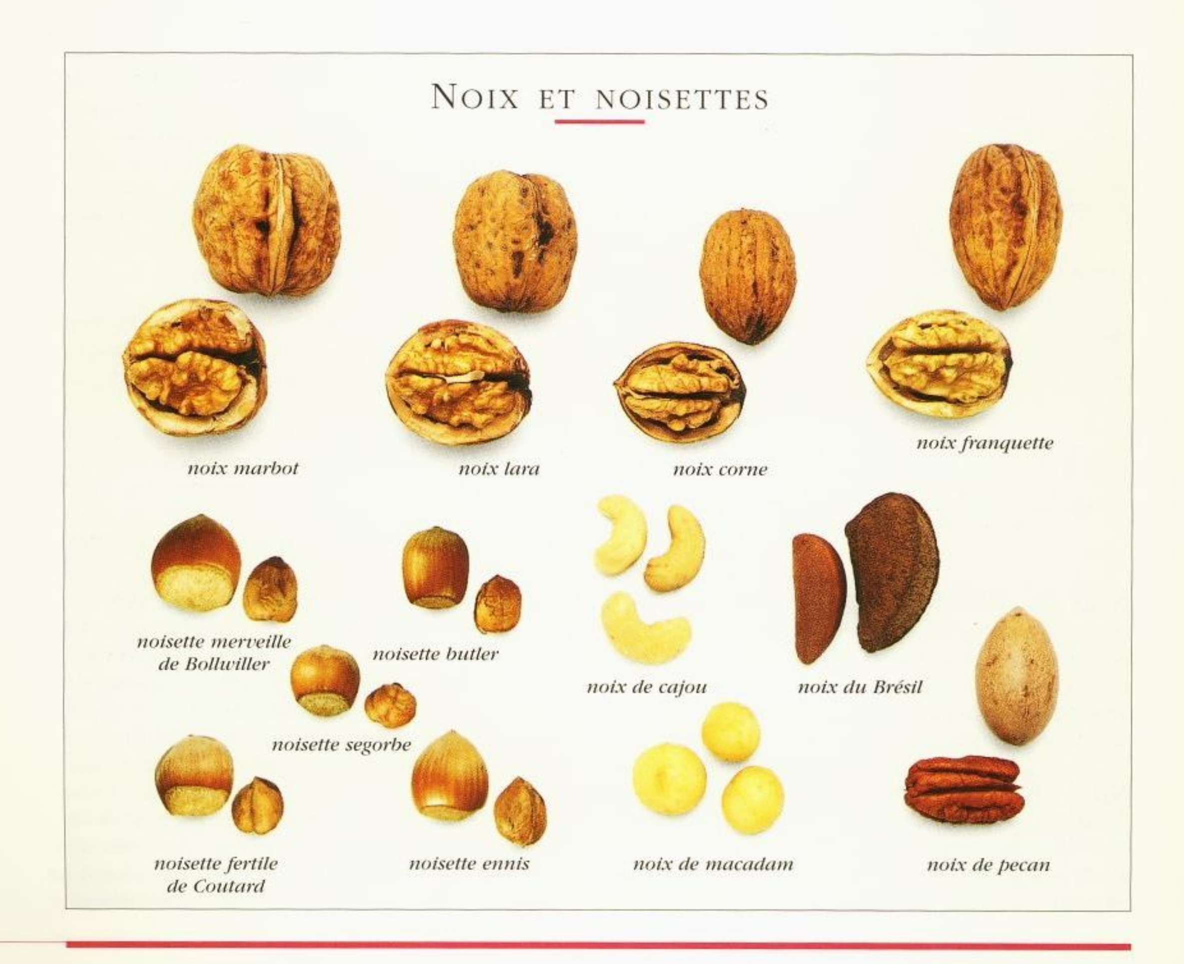
■ **Emplois.** La noix de coco est un ingrédient à part entière dans les cuisines indienne, indonésienne, africaine et sud-américaine. Le produit de base est la pulpe fraîche, râpée et tamisée, ou la pulpe séchée, elle aussi râpée, puis mélangée avec de l'eau : elle permet de préparer nombre de condiments, assaisonne les crudités et les poissons crus et sert à cuisiner les ragoûts de volaille, de bœuf ou de crustacés. Le lait de coco, très utilisé dans la cuisine indienne, donne aux caris, aux sauces et à la cuisson du riz une onctuosité et un parfum spécifiques. En Polynésie, on l'utilise pour préparer des potages, des confitures et dans les marinades de poissons. Au Brésil et au Venezuela, la crème de coco nappe entremets et pâtisseries. Au Viêt Nam et aux Philippines, on y fait mijoter le porc, le bœuf et la volaille, préalablement marinés. En France, ce fruit est surtout utilisé sous forme de pulpe râpée, en biscuiterie et en pâtisserie ; on en fait également de la confiture et des glaces.

On ouvre la noix de coco soit en la cassant au marteau, soit en la perçant aux deux extrémités, en faisant couler le liquide qu'elle contient, puis en la passant au four pour la faire éclater : la pulpe se détache alors très facilement. On tire de la pulpe rance (coprah) une huile qui, une fois purifiée et désodorisée, donne le beurre de coco, utilisé comme corps gras culinaire.

NOIX D'ENTRECÔTE Morceau de bœuf correspondant à la partie centrale de l'entrecôte, la plus épaisse et la plus homogène, constituée de muscles particulièrement tendres. Le mot désigne aussi une tranche découpée dans ce même morceau.

NOIX DE GINKGO Fruit ovale et vert pâle d'un arbre asiatique de la famille des ginkgoacées. L'amande, grosse comme une olive, est très employée dans la cuisine japonaise, rôtie ou grillée, en garniture de poisson ou de volaille, ou comme fruit de dessert en automne. Un plat typique associe de grosses crevettes mélangées avec des noix de ginkgo, des morceaux de poulet et des champignons cuits à l'étouffée sur du gros sel brûlant, dans une cocotte en terre.

NOIX ET NOISETTES



NOIX DE MACADAM Fruit d'un arbre tropical, de la famille des protéacées, d'origine australienne (voir planche des noix et des noisettes page 710). Appelée aussi « noix du Queensland », cette noix possède une mince enveloppe charnue et verte, autour d'un noyau brun clair très dur ; celui-ci renferme une amande blanche, dont la saveur rappelle celle de la noix de coco. En Asie, on utilise la noix de macadam dans les caris et les ragoûts ; aux États-Unis, on l'emploie pour parfumer des glaces et préparer des gâteaux, et on la mange aussi enrobée de miel ou de chocolat.

NOIX DE PECAN OU **PACANE** Fruit du pacanier, arbre de la famille des juglandacées, abondant dans le nord-est des États-Unis (voir planche des noix et des noisettes page 710). La noix de pecan a une coque lisse, brune et mince, qui renferme une amande à deux lobes, dont la saveur rappelle celle de la noix. La tourte à la pacane est très appréciée en Amérique du Nord.

▶ **Recette** : TARTE.

NONNETTE Petit pain d'épice très moelleux, rond ou ovale, recouvert de glaçage. Autrefois préparées par les nonnes, dans les couvents, les nonnettes sont aujourd'hui fabriquées industriellement. Celles de Reims et de Dijon sont réputées.

NONPAREILLE Nom usuel d'une petite câpre ronde, confite au vinaigre. Le mot désigne aussi une minuscule confiserie dragéifiée, sans amande, faite de cristal de sucre très fin, diversement coloré.

NOQUE Quenelle alsacienne ronde, à base de farine, d'œuf et de beurre ; les noques, ou knepfles, sont pochées. Les noques « à l'allemande » sont faites de farine additionnée de foie de porc, ou de pâte à choux et de maigre de veau, servies avec une viande au jus ou en garniture de potage. Les noques « à la viennoise » sont des boulettes très légères, faites avec une pâte aux œufs, à la crème fraîche et au beurre, pochées dans du lait vanillé et servies avec une crème anglaise.

noques à l'alsacienne

Couper en morceaux dans une terrine 250 g de beurre à température ambiante. Saler, poivrer, ajouter un peu de muscade râpée, puis le réduire en pommade à la spatule de bois. Incorporer 2 œufs entiers et 2 jaunes, puis, en pluie, 150 g de farine tamisée et enfin 1 blanc battu en neige ferme. Bien rassembler cette pâte dans une jatte et la laisser reposer au frais 30 min. La diviser ensuite en boulettes grosses comme des noix. Pocher celles-ci à l'eau frémissante salée. Quand elles ont gonflé d'un côté, les retourner pour faire gonfler l'autre côté. Les égoutter, les verser dans une timbale, les poudrer de parmesan, les arroser de beurre noisette et les servir en entrée, ou avec un consommé.

noques à la viennoise

Ramollir 125 g de beurre en pommade à la spatule de bois. Dans une terrine, y incorporer 3 g de sel, 30 g de semoule, puis, un par un, 5 jaunes d'œuf et enfin 1/2 dl de crème fraîche très épaisse. Battre énergiquement le mélange ; quand il est mousseux et qu'il a blanchi, y verser en pluie 100 g de farine tamisée, en fouettant sans arrêt, puis 1 blanc d'œuf battu en neige très ferme avec 1 pincée de sel et, un par un, 3 blancs d'œuf non battus. Porter à ébullition 1/2 litre de lait additionné de 60 g de sucre et de 1 sachet de sucre vanillé. Prendre la pâte cuillerée par cuillerée et la pocher dans le lait frémissant. Retourner les noques pour faire gonfler l'autre côté. Les égoutter, les disposer dans un compotier, les laisser refroidir et les arroser de crème anglaise (faite avec le lait qui a servi au pochage, 1/2 dl de crème fraîche très épaisse et 5 ou 6 jaunes d'œuf).

NORD-PAS-DE-CALAIS Voir pages 712 et 713.

NORI Varech comestible, utilisé dans la cuisine nipponne depuis des siècles et cultivé sur le littoral selon des méthodes traditionnelles (voir tableau des plantes marines page 808).

Riche en vitamines, le nori est généralement vendu en poudre, en filaments, sous Cellophane, parfois séché, éventuellement parfumé au saké ou à la sauce soja, voire sucré. On l'emploie pour envelopper le riz, que l'on roule en petits cylindres, et en garniture de potage, de pâtes ou de riz.

NORMANDE Race bovine issue de l'ancienne race dite « du Cotentin », elle-même sans doute dérivée d'animaux amenés par les conquérants vikings aux IXe et Xe siècles (voir tableau des races de bœufs page 126). Cette race mixte (lait et viande) de grande taille (jusqu'à 1,40 m au garrot) produit également des bœufs et des taurillons. Elle donne un lait particulièrement riche en protéines, et elle est réputée pour la qualité de sa viande, souvent marbrée de gras, tendre et savoureuse.

NORMANDE (À LA) Se dit de divers apprêts inspirés de la cuisine normande ou utilisant ses produits les plus typiques (beurre, crème fraîche, fruits de mer, mais aussi pommes, cidre et calvados).

La sole à la normande (le modèle de nombreux apprêts de poissons braisés au vin blanc), dérivée d'une étuvée de poisson à la crème (qui était, à l'origine, préparée au cidre et non au vin blanc), est devenue un plat de haute gastronomie, dont la garniture complexe (associant huîtres, moules, queues de crevette, champignons, truffes, goujons frits et écrevisses au court-bouillon) n'est plus spécialement normande.

La sauce normande, qui accompagne de nombreux poissons, est un velouté de poisson à la crème et au fumet de champignon.

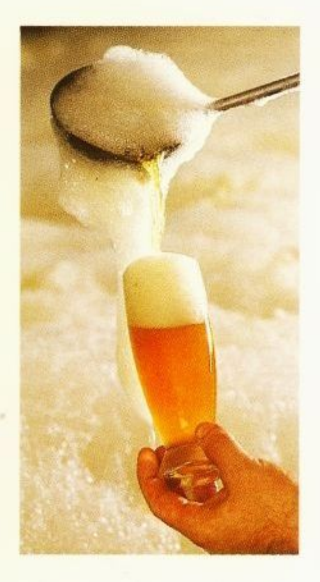
Les petites pièces de boucherie et le poulet à la normande sont sautés, puis déglacés au cidre, mouillés de crème et, éventuellement, relevés de calvados.

Quant au perdreau à la normande, il est cuit à couvert avec des pommes reinettes et de la crème.

▶ **Recettes** : BAVAROIS, BORDURE, BOUDIN NOIR, COURONNE, CRÊPE, FAISAN, OMELETTE, SAUCE, SOLE.

Nord
et Picardie

DE LA FRONTIÈRE BELGE À L'ÎLE-DE-FRANCE, DES CÔTES DE LA MER DU NORD JUSQU'À LA CHAMPAGNE, LA RÉGION DU NORD RÉUNIT D'UNE PART LA FLANDRE ET L'ARTOIS, QUI CORRESPONDENT RESPECTIVEMENT AUX DÉPARTEMENTS DU NORD ET DU PAS-DE-CALAIS, D'AUTRE PART LA PICARDIE, FORMÉE DES DÉPARTEMENTS DE LA SOMME, DE L'OISE ET DE L'AISNE.



La bière du Nord, fabriquée avec du houblon de la région, fermente dans des caves de 2 à 7 jours avant d'être filtrée puis mise en bouteilles. Elle reste la boisson courante et sert souvent dans la cuisine.

Les ressources alimentaires de la région Nord-Picardie sont particulièrement riches. La trilogie du blé, de la betterave à sucre et de la pomme de terre marque la cuisine par une robustesse à laquelle répondent l'immense vivier de la mer et le cheptel de qualité. Au-delà des clichés – la bière et les fromages forts, les moules et les frites –, la cuisine du Nord est d'une diversité souvent méconnue, avec des spécialités aussi originales que la caudière (soupe de poisson), le hochepot (potée aux légumes) ou encore les flamiches et les cramiques. L'écrivain gastronome Curnonsky (1872-1956) définissait le Nord par sa « force légumière » : il est vrai que les légumes tels que poireaux, oignons, raves, choux, petits pois, haricots verts, épinards, carottes et pommes de terre – la bintje et la petite ratte du Touquet – sont très présents dans la cuisine du Nord. Et les saveurs s'affirment si l'on y ajoute l'ail roux, les jets de houblon (cuisinés à la crème ou en gratin, et pour accompagner le poisson), la citrouille et le cresson. Quant à l'endive, nommée aussi chicon, elle est devenue indispensable à la cuisine moderne : en salade avec pommes et betterave, en gratin au jambon, en chiffonnade à la crème. Cette diversité potagère caractérise d'ailleurs l'appellation « à la flamande », qui désigne les préparations accompagnées de chou, carottes et navets glacés, pommes vapeur et poitrine salée.

Avec ses grands ports de pêche, le Nord approvisionne toute la France en poisson. La cuisine locale en profite largement : hareng, en premier lieu, mais également maquereau, merlu, grondin, raie, turbot, etc. Les préparations sont tout aussi diverses : poissons farcis, mijotés au vin blanc ou à la bière, en matelote. Les poissons d'eau douce ne sont pas oubliés avec le célèbre waterzoï (ragoût avec légumes et aromates, lié de beurre et de crème fraîche).

Les animaux de boucherie fournissent une viande excellente, avec notamment les agneaux de pré salé de la baie de Somme. Et les porcs picards sont la matière première d'une charcuterie renommée, avec andouilles et saucisses, boudins et jambon fumé, sans oublier quelques spécialités comme la langue fumée de Valenciennes et les andouillettes de Cambrai. La volaille est particulièrement bien représentée par les dindes de Licques. Quant au pâté de canard d'Amiens, il a acquis ses lettres de noblesse depuis le XVIIe siècle. Autrefois confectionné avec du canard sauvage, il se prépare aujourd'hui avec du canard d'élevage.

Au pays de la betterave à sucre, il ne saurait être question d'oublier les douceurs. Caramels d'Arras, bêtises de Cambrai et macarons d'Amiens sont les spécialités les plus connues.

SOUPES ET LÉGUMES

Soupes flamandes, chou rouge à la flamande

Les soupes flamandes les plus typiques sont la soupe à la bière, la soupe verte et la soupe de betterave rouge.

Les légumes sont souvent mijotés, comme l'étouffée de pommes de terre ou le chou rouge à la flamande, avec pommes, vin rouge et cassonade. Ils servent également de garniture aux flamiches (ou flamiques), tartes salées au poireau, à l'oignon ou à la citrouille.

POISSONS

Hareng, maquereau, raie, anguille

Le hareng est décliné sur tous les modes : salé, saur, gendarme (fumé plus longtemps que le précédent), bouffi (fumé jusqu'à devenir jaune paille, comme le craquelot de Dunkerque), kipper (ouvert en deux et légèrement fumé) ou roll-

mops (mariné au vinaigre). Autre grande spécialité, le maquereau, qui est accompagné traditionnellement de groseilles à maquereau. La raie à la boulonnaise est gratinée au four dans une sauce blanche garnie de moules. L'anguille fait partie des produits vedettes : elle s'accommode aussi bien en tourte, en pâté, à la bière, aux herbes que fricassée aux oignons.

VIANDES

Carbonades, abats
Les plats de viande sont le plus souvent mijotés en ragoût : bœuf braisé avec saindoux, oignons, cassonade et bière pour les carbonades. La cuisine des abats est variée avec la tripée d'abats de cochon cuits au vin blanc, la soupe de tripes ou les tripes à la cambraisienne.

GIBIERS

Lapin à la flamande, civet de lièvre à l'aigre-doux
Le lapin à la flamande, avec des pruneaux, illustre un goût certain pour les mélanges sucré-salé, représentés aussi par le civet de lièvre à l'aigre-doux et le chou rouge à la flamande, avec pommes, cassonade et vin rouge ; mais le lapin est également cuisiné à la bière brune et à l'ail.

FROMAGES

Maroilles, gris de Lille, boulette d'Avesnes
Ce sont pour la plupart des fromages à pâte molle et croûte lavée sur le modèle du fameux maroilles, créé au XIe siècle ; selon sa taille, le maroilles prend les noms de sorbais, mignon et quart. Il est consommé « nature » mais peut être utilisé pour la préparation de tartes, ou goyères, à déguster avec une bière. Ses proches cousins sont le rollot picard et le dauphin, mais aussi le bergues, le cœur d'Arras et le guerbigny. Le gris de Lille (ou vieux de Lille) subit un affinage en saumure plus poussé ; son goût relevé et son odeur forte lui ont valu le surnom de « puant ». Les boulettes de Cambrai ou d'Avesnes, à la croûte rougie, sont elles aussi des fromages à la saveur marquée, tout comme le fromage fort de Béthune.

GÂTEAUX ET CONFISERIES

Couques et cramiques, koeckbotteram, galopins, craquelins et taliburs
La pâtisserie du Nord est à la fois riche et variée : couques et cramiques aux raisins et aux épices, à déguster tièdes et tartinées de beurre ; koeckbotteram de Dunkerque, un gâteau au beurre farci de raisins ; gaufres et crêpes ; galopins (sorte de pain perdu), craquelins de Roubaix et taliburs (pommes ou poires en croûte). Beaucoup plus rustiques, les landimolles sont des crêpes à la crème battue. Les tartes sont réputées : à la rhubarbe, aux pruneaux, au fromage blanc, à la crème et aux pommes, au riz et, bien sûr, au sucre ou, plutôt, à la cassonade.

BIÈRES

Jenlain, bière du Ch'ti, des Trois-Monts et Septante-Cinq…, les bières bénéficient d'un label régional « bières spéciales du Nord », qui garantit leur qualité. Elles doivent être fabriquées avec du houblon du Nord (51 %) et posséder une coloration résultant des malts.

CARTE

ENTRÉES

◆◆◆

Soupe de potiron, PAGE 999

Flamiche aux poireaux, PAGE 465

Goyère, PAGE 537

PLATS

◆◆◆

Anguille au vert, PAGE 48

Cabillaud braisé à la flamande, PAGE 179

Maquereaux à la boulonnaise, PAGE 644

Civet de lièvre à la flamande, PAGE 288

Hochepot de queue de bœuf, PAGE 562

Potjevleisch, PAGE 851

LÉGUMES

◆◆◆

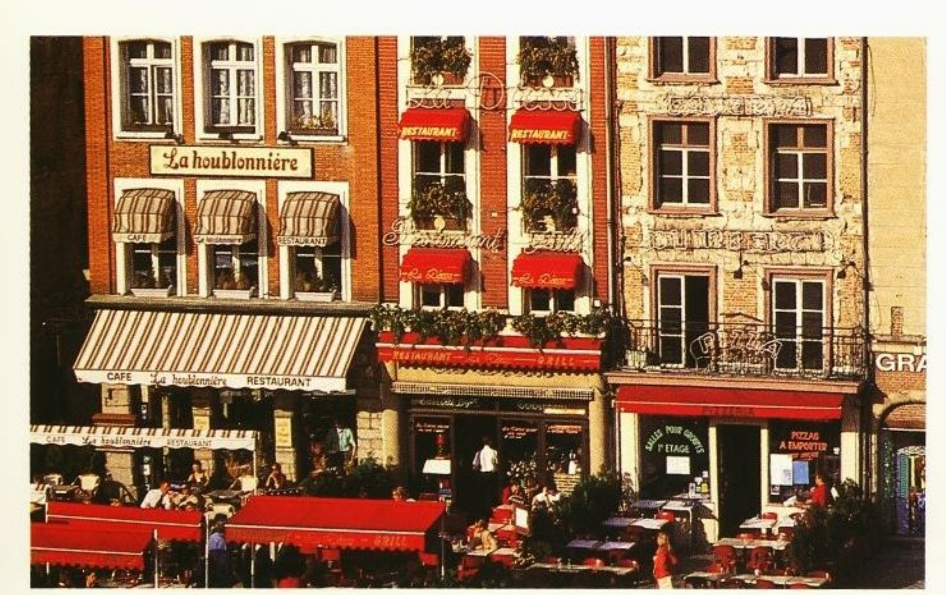
Chou rouge à la flamande, PAGE 280

Chiffonnade d'endive à la crème, PAGE 264

DESSERT

◆◆◆

Gâteau flamand, PAGE 513



Le vieux Lille, avec sa Grand'Place, est un quartier très animé où il fait bon flâner aux terrasses des cafés et dans les rues bordées de belles maisons des XVIIe-XVIIIe s.

NORMANDIE Voir pages 716 et 717.

NORME DE PRODUIT Document de référence décrivant l'ensemble des spécifications requises pour un produit, les méthodes d'essai ou d'analyse de ces spécifications et leur seuil d'acceptation. En France, la norme de produit est établie sous la responsabilité de l'Afnor pour et par l'ensemble des producteurs ou fabricants, des distributeurs, des acheteurs, des consommateurs, des organismes techniques et de recherche, et des pouvoirs publics. En Belgique, elle dépend du Benor, au Canada, du CSA et, en Suisse, du SNV.

Dans le domaine agroalimentaire, les premières normes ont concerné les épices et les arômes, et les jus de fruits ; elles sont utilisées pour faciliter les échanges nationaux et internationaux.

NORVÈGE La gastronomie de ce pays de pêcheurs se fonde avant tout sur la morue et le saumon, mais aussi sur la truite et le hareng. Consommé frais, fumé ou salé, le poisson est donc de tous les repas. Il apparaît déjà au petit déjeuner, qui est consistant : poisson salé ou mariné, fromage fort, bacon, pommes de terre sautées, œufs, divers pains et brioches, accompagnés de beurre et de confiture. Le déjeuner, surtout en ville, se réduit souvent à des sandwichs. Le vrai repas de la journée est le dîner. Comme dans toute la Scandinavie, les repas se font sous forme de grands buffets *(koldtbord)* qui réunissent salades, œufs, charcuteries, poissons et pains (comme les *knekkebrød*), sauces et crème aigre.

■ **Viandes et gibier.** Le renne et le mouton sont les viandes les plus consommées. La viande de renne s'apprête comme celle du bœuf : rôtie, bouillie ou grillée, mais aussi fumée et séchée, comme celle du mouton (*fenalår*, gigot détaillé en longues tranches fines).

Le mouton est préparé de multiples façons : côtelettes salées et grillées sur un feu de bouleau *(pinnekjøt)*, côtes fumées et cuites à la vapeur *(smalahoved)*, tête de mouton rôtie, et il entre dans la composition de plats plus complets comme le *fårikål* (ragoût de mouton au chou et au poivre noir).

Les apprêts du gibier sont originaux : perdrix des neiges aux airelles, chevreuil rôti nappé de sauce au fromage de chèvre, élan fumé, accompagnés de légumes rustiques : pomme de terre, betterave, chou (rouge, surtout), navet, céleri, mais aussi champignons.

■ **Poissons.** Outre la truite, que l'on consomme fraîche ou fermentée, et le saumon, souvent cuit au court-bouillon et servi froid (avec beurre de raifort et concombre, ou sauce à l'aneth), ou grillé, ou encore fumé, les ressources de la mer sont très importantes.

La morue salée, bouillie, se sert avec du beurre fondu et une sauce aux œufs, ou mijotée avec des pommes de terre et des pois jaunes, avec une sauce à la moutarde. Pour le *lutefisk* de Noël, la morue est mise à dessaler dans une cuve de bois, avec changement d'eau tous les jours ; plusieurs jours après, on saupoudre la cuve de chaux, sur laquelle on dépose le poisson, qui est lui-même recouvert de chaux et d'une solution de soude. Le *lutefisk* est enfin cuit dans une serviette et accompagné de pommes de terre et de sauce à la crème.

Comme partout en Scandinavie, le hareng connaît de nombreux apprêts. Le maquereau est également très apprécié : mariné, puis grillé, il est servi avec un beurre de tomate, de l'aquavit et de la bière. Le poisson est souvent un ingrédient de base pour les salades (au raifort, à l'aneth et aux oignons) ou les soupes (soupes de poisson de Bergen, aux légumes verts, à la crème aigre et aux jaunes d'œuf).

■ **Fromages et fruits.** Le *gjeitost* est un fromage de chèvre tout à fait étonnant, au goût sucré-salé et qui se déguste en fines lamelles.

Les desserts privilégient les fruits (pommes et poires) mais surtout les fruits rouges et les baies (airelles, fausses mûres, myrtilles, etc.) ; nature, pochés, accompagnés de crème, ou en entremets, ces fruits constituent toujours des desserts légers.

NORVÉGIENNE (À LA) Se dit de divers apprêts froids de poissons et de crustacés, généralement lustrés à la gelée et dressés avec du concombre farci de purée de saumon fumé, des demi-œufs durs garnis de mousse de crevette, des cœurs de laitue, des petites tomates, etc.

On appelle également « à la norvégienne » des plats de poisson chauds, tels un soufflé au haddock et aux anchois, et des dartois au poisson et au beurre d'anchois, décorés de filets d'anchois.

Quant à l'omelette norvégienne, c'est un entremets glacé fait d'une couche de biscuit imbibé, masqué de meringue, passé sous le gril et flambé.

▶ **Recette** : OMELETTE NORVÉGIENNE.

NOSTRADAMUS Médecin et astrologue français (Saint-Rémy-de-Provence 1503 - Salon 1566). Michel de Nostre-Dame, médecin particulier de Catherine de Médicis et de Charles IX, est surtout connu pour les prophéties de ses *Centuries astrologiques* (1555). Or, la même année, il publia également un *Excellent et Moult Utile Opuscule à tous nécessaire qui désirent avoir connaissance de plusieurs exquises recettes*. On y trouve notamment les formules des confitures de guigne, de gingembre, de petit limon et d'orange, ainsi que la manière de faire du sucre candi, des cotignacs, du pignolat, des massepains, etc.

NOUGAT Confiserie à base de sucre, de miel et de fruits secs. C'est vers 1650, lorsque les amandiers furent implantés dans le Vivarais, ainsi que l'avait préconisé cinquante ans auparavant l'agronome Olivier de Serres, que Montélimar devint capitale du nougat.

■ **Fabrication.** La fabrication du nougat est aujourd'hui entièrement mécanisée (et les Montiliens n'en ont plus l'exclusivité) : la pâte de sucre, additionnée de sirop de glucose, de miel et de sucre inverti, est ensuite battue, généralement allégée (au blanc d'œuf, à la gélatine ou à l'albumine d'œuf ou de lait), puis garnie de fruits ; étalée dans des cadres de bois tapissés de pain azyme, cette pâte refroidit, puis est débitée à la scie.

Plusieurs types de nougat sont fabriqués en France.

– L'appellation « nougat » (ou « nougat blanc ») correspond à une proportion de garniture de fruits au moins égale à 15 % du produit final.

– Le « nougat de Montélimar » en contient au moins 30 % et associe des amandes douces grillées (28 %) et des pistaches (2 %).
– La « pâte de nougat » renferme un pourcentage de garniture inférieur à 15 %.
– Le « nougat au miel » comporte 20 % de miel parmi les matières sucrantes.
– Le « nougat de Provence », non aéré, est composé d'un sirop de sucre et de miel (25 %) fortement caramélisé, garni d'amandes, de noisettes, de coriandre et d'anis (30 %), et parfumé à l'eau de fleur d'oranger.
– Les nougats « noir », « rouge » et « parisien » ne sont pas aérés non plus, mais ils ne comportent que 15 % de garniture.
– Le nougat « tendre » contient du sucre glace.
– Le nougat « liquide », d'apparition récente, est un produit semi-fini destiné à la réalisation de glaces et de desserts.
– Le nougat vietnamien, croquant ou mou, est fait à base de graines de sésame, de cacahouètes et de sucre.

RECETTE DU RESTAURANT *PIERRE*, AU PALAIS-ROYAL, À PARIS

nougat glacé au miel

« Mélanger sur feu vif 75 g de sucre en poudre et 100 g d'amandes mondées jusqu'à obtention d'une couleur "caramel". Verser dans un plat huilé et laisser refroidir. Concasser cette nougatine. Hacher grossièrement des fruits confits (25 g d'angélique, 75 g de raisins de Corinthe, 50 g de bigarreaux rouges et verts, 25 g d'écorce d'orange), préalablement macérés dans un verre à liqueur de triple-sec à l'orange, et réserver. Battre 6 blancs d'œuf en neige et y incorporer le caramel avec 250 g de miel. Verser sur les blancs d'œuf en fouettant énergiquement jusqu'à ce que la préparation soit mousseuse et bien froide. Monter fermement 700 g de crème fleurette. Mélanger la nougatine, les fruits confits, les blancs meringués et la crème fouettée. Verser dans un moule à manqué de 1,5 litre. Faire prendre au congélateur de 5 à 6 heures. Servir en tranches sur un coulis de fruits. »

NOUGATINE Préparation à base de caramel blond et d'amandes non mondées, concassées, parfois additionnées de noisettes.

La nougatine est d'abord laminée sur un marbre huilé, puis découpée en plaques ou en bouchées plus ou moins fines, ou encore moulée en forme d'œuf, de cornet, de coupe et d'autres sujets utilisés en décor de pâtisserie.

Parmi les nombreux bonbons et bouchées dont l'intérieur est en nougatine, deux spécialités sont renommées : les nougatines de Saint-Pourçain (petits pavés de nougatine caramélisée) et celles de Poitiers (bonbons faits d'amandes broyées et caramélisées, puis enrobées de meringue).

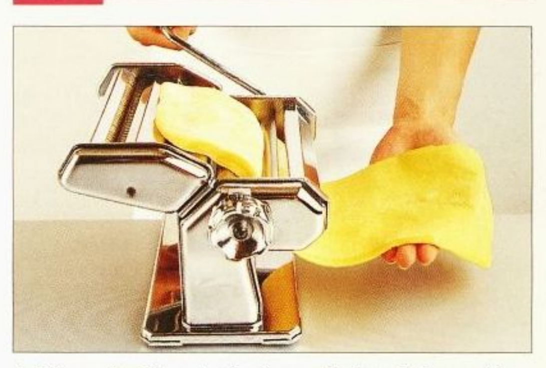
Enfin, la nougatine est une génoise fourrée de pralin ou de noisettes pralinées, abricotée et garnie d'amandes ou de noisettes grillées ou hachées. La nougatine de Nevers est une génoise, fourrée de crème pralinée et glacée de fondant au chocolat. On incorpore parfois de la nougatine concassée, alors appelée « craquelin », dans les crèmes destinées à garnir des entremets.

NOUILLES Pâtes alimentaires à base de farine ou de semoule de blé dur, d'œufs (les meilleures sont faites avec seulement les jaunes) et d'eau, découpées en minces lanières plates. Les nouilles (de l'allemand *Nudel*) se consomment fraîches ou sèches ; en Alsace et en Provence, notamment, elles sont une préparation ménagère traditionnelle. Cuites dans une grande quantité d'eau bouillante salée, elles constituent une entrée (au beurre, au fromage, au gratin, au jus, avec des oignons, à la sauce tomate, etc.), mais elles sont aussi une garniture classique des civets, du coq au vin ou de la viande blanche. Enfin, les nouilles garnissent des potages ou des consommés (souvent sous forme de « nouillettes », petites nouilles coupées).

La cuisine sino-vietnamienne utilise très largement les nouilles : d'une part, les nouilles jaunes, aux œufs et à la farine de blé, additionnées de sauce soja ou de nuoc-mâm (pour accompagner viandes sautées ou soupes) ; d'autre part, les nouilles de riz : cheveux d'ange cuits à la vapeur, vermicelles de riz ou nouilles plates.

▶ **Recettes** : ANGUILLE, VEAU.

Confectionner des nouilles



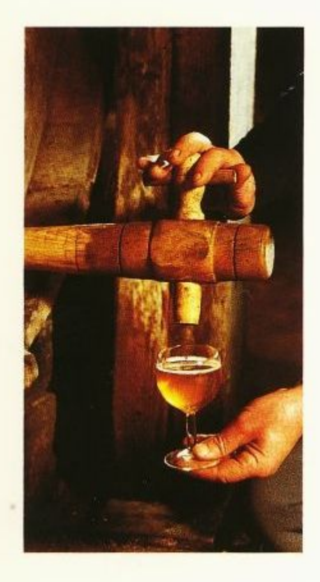
1. *Déposer la pâte entre les deux cylindres de la machine et tourner régulièrement la manivelle.*



2. *Récupérer les nouilles fraîches sans les étirer et les déposer sur un torchon pour qu'elles s'assèchent un peu.*

Normandie

DES LIMITES DE LA PICARDIE AUX CONFINS DE LA BRETAGNE, S'OUVRANT AU NORD SUR LA MANCHE, LA NORMANDIE COUVRE CINQ DÉPARTEMENTS : SEINE-MARITIME, EURE, CALVADOS, MANCHE ET ORNE. SUR LA RIVE DROITE DE LA SEINE S'ÉTENDENT LE VEXIN NORMAND, LES PAYS DE BRAY ET DE CAUX, TANDIS QUE VERS L'OUEST COMMENCE LE PAYS DU CALVADOS.



Le soutirage permet de surveiller la fermentation du cidre. Cette dernière se déroule en cuves métalliques ou en fûts de bois, comme ici à Saint-Désir de Lisieux (Calvados).

Ce « pays gras et savoureux en toute chose », tel que le décrivait le chroniqueur Froissart (XIVe s.), possède des ressources abondantes mises au service d'un art culinaire réputé. Beurre et crème fraîche, pommes, cidre et calvados sont les produits emblématiques de la région. Lorsqu'ils figurent, seuls ou ensemble, dans une préparation, celle-ci prend alors le nom de « à la normande », comme la sole ou le faisan par exemple. Mais cette province à la fois maritime et agricole est faite de terroirs qui possèdent chacun leurs spécialités. L'appellation « à la cauchoise » appartient ainsi au pays de Caux : le lapin mariné, rôti, servi en sauce crème à la moutarde, la sole braisée au cidre, ou la salade de pommes de terre au céleri et jambon en vinaigrette à la crème en sont les exemples les plus typiques. Rouen s'est faite la spécialiste des apprêts de canard,qui sont dits alors « à la rouennaise » tel le canard à la presse, devenu la prestigieuse spécialité du restaurant parisien *La Tour d'Argent*.
Les poissons sont appelés « à la dieppoise » dès lors qu'ils mijotent avec du vin blanc. Les recettes de la vallée d'Auge font la part belle aux pommes et au calvados. Quant à la cuisine du Cotentin, elle utilise la fameuse graisse normande, à base de suif, de panne de porc et de graisse de mouton fondus avec des légumes et des aromates, qui donne aux soupes, daubes et tripes une saveur inimitable.
Haricots verts, pois et fèves, oseille, fines herbes, salades, poireaux et navets prospèrent sous ce climat océanique. Ainsi les cultures maraîchères du Val-de-Saire, dans le Cotentin, produisent des légumes particulièrement savoureux parmi lesquels les carottes de Créances qui ont droit à une appellation d'origine contrôlée depuis 1960.
La diversité de l'approvisionnement en poissons, coquillages et crustacés alimente un riche répertoire de recettes, parfaitement représenté par la sole normande, une création parisienne du XIXe siècle, inspirée par une matelote locale au cidre et à la crème. Le plateau de fruits de mer regorge de produits réputés : huîtres de Saint-Vaast, coquilles Saint-Jacques pêchées en Manche, buccins, praires mais aussi les célèbres « demoiselles de Cherbourg », ces petits homards à déguster nature.
Nourri d'herbus recouverts régulièrement par la mer, l'agneau de pré salé est succulent. Une autre viande rivalise en finesse, celle du veau de la vallée de la Seine, nourri au lait.
Les produits laitiers sont évidemment à l'honneur dans cette région d'élevage. Crème, lait et beurre se marient donc pour donner une pâtisserie d'excellente qualité. À Isigny, crème et beurre bénéficient même d'une appellation. Mais la ville s'enorgueillit aussi d'une célèbre production : les caramels, qui, avec le sucre de pomme de Rouen, constituent les douceurs les plus connues de la région.
Enfin, pas de gastronomie normande sans la pomme : en accompagnement des poissons, volailles et viandes, ou en dessert (tartes, bourdelots, douillons…), elle est aussi à la base des deux boissons régionales, le cidre et le calvados, qui est indispensable pour « creuser » le trou normand !

LÉGUMES

Légumes en soupe, au cidre ou à la crème
Les légumes normands sont particulièrement bien traités : étuvés au beurre et saucés de crème, ce sont de vrais délices. Ils sont aussi préparés au cidre, comme les navets, et à la crème, comme les carottes, les champignons ou les pommes de terre nouvelles.

POISSONS ET FRUITS DE MER

Marmite dieppoise
Soles, turbots, barbues, limandes et carrelets se marient parfaitement au cidre. La « marmite

dieppoise » est une soupe confectionnée avec diverses sortes de poissons, du vin blanc, des moules et des coquilles Saint-Jacques, le tout lié de crème, comme toujours. Crevettes et moules, coques, palourdes, bulots et couteaux, étrilles et crabes se dégustent nature ou agrémentent des omelettes.

VIANDE ET VOLAILLES

Andouilles, boudins, tripes, foie et pieds de veau
La viande de boucherie est cuisinée en finesse : crème, fines herbes et champignons pour les côtes de veau, ou petits légumes pour accompagner le gigot d'agneau poché. L'élevage de porc se traduit par une charcuterie abondante et variée : andouille de Vire, longuement fumée au bois de hêtre, andouillette et boudin blanc de Rouen, boudin noir de Mortagne ou d'ailleurs. Moins connues que les tripes à la mode de Caen, celles de la Ferté-Macé ou de Coutances sont tout aussi appréciées. Enfin, le foie de veau piqué braisé aux carottes et les pieds de veau à la rouennaise font également partie de ces recettes populaires.

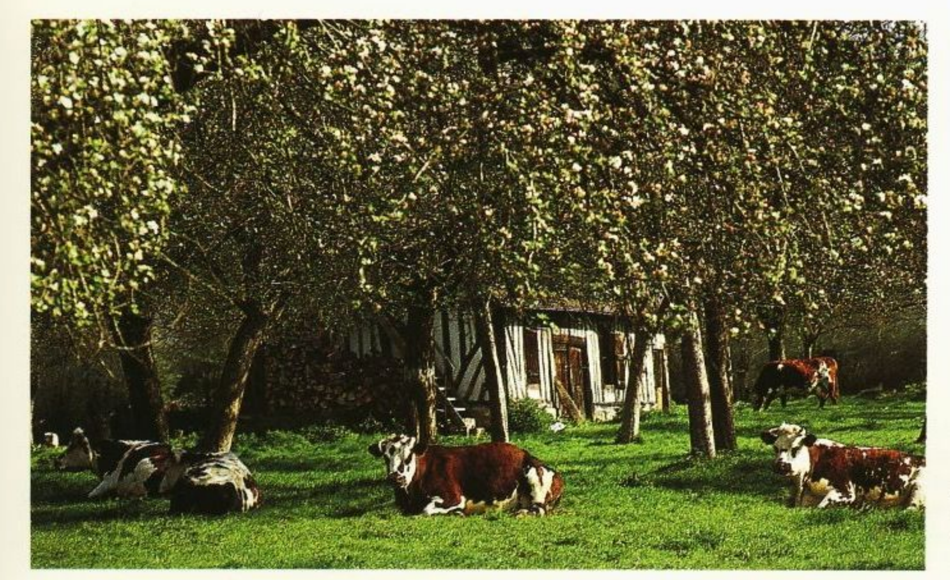
Canard à la broche, poulet à la crème, lapin au cidre
Fleuron de la haute gastronomie, le canard de Rouen, à la chair ferme et fine teintée de rouge, connaît de nombreuses préparations : cuit au four ou à la broche, il demande un feu vif ; on le cuisine aussi aux pommes, comme le faisan, voire, le perdreau.
Autre spécialité normande, le poulet à la crème fraîche et au calvados, ou sauté aux pommes reinettes. Le lapin se prépare au cidre, farci aux pieds de porc (à la havraise), en pâté ou aux oignons.

FROMAGES

Le camembert, qui n'est pas le plus ancien des fromages normands mais de loin le plus connu, est le modèle des pâtes molles à croûte fleurie. Le meilleur, au lait cru, vient du pays d'Auge, terroir de prédilection de deux autres célébrités, à pâte molle et croûte lavée : le livarot et le pont-l'évêque. Le pays de Bray est le second berceau des fromages normands : neufchâtel (ainsi que bonde, carré, briquette ou cœur) et gournay, mais aussi double-crème et triple-crème sur le modèle du brillat-savarin. Le petit-suisse et le demi-sel sont également originaires de cette région. Celle du Cotentin offre le trappiste de Bricquebec.

PÂTISSERIES

Brioches, feuilletés, fallues, fouaces et tartes
La pâtisserie normande ne saurait être que « pur beurre ». Brioches, feuilletés et sablés sont ainsi d'une excellente qualité. Chaque ville, ou presque, possède ses spécialités : brioches d'Évreux, de Gisors ou de Gournay, fallues de Lisieux et fouaces de Caen, galettes du Vexin ou de Bayeux. Les tartes aux pommes connaissent de multiples variantes. La tarte au sucre d'Yport, les cochelins d'Évreux (chaussons aux pommes), les bourdelots (pommes ou poires entières cuites dans une chemise de pâte) complètent ce répertoire gourmand.



La région de Pont-l'Évêque, dans le Calvados, célèbre pour ses fromages, est typiquement normande avec ses verts pâturages, ses vergers et ses maisons à colombages.

CARTE

ENTRÉES

Crevettes au cidre, PAGE 357

Soufflé de canard rouennais, PAGE 995

Tarte cauchoise, PAGE 1027

PLATS

Barbue à la dieppoise, PAGE 88

Sole à la normande, PAGE 985

Canard farci à la rouennaise, PAGE 196

Lapereau de campagne au cidre fermier, PAGE 611

Faisan à la normande, PAGE 446

Tripes à la mode de Caen, PAGE 1067

Boudin noir à la normande, PAGE 148

DESSERTS

Bavarois à la normande, PAGE 95

Crêpes normandes, PAGE 354

Douillons, PAGE 407

Mirlitons de Rouen, PAGE 678

Pommes flambées au calvados, PAGE 830

NOUVELLE CUISINE Formule lancée en 1972 par deux critiques gastronomiques, Henri Gault et Christian Millau, qui entendaient distinguer plusieurs jeunes chefs de cuisine, désireux de se libérer d'une certaine routine en matière culinaire.

Slogan publicitaire ? Recettes inédites ? Éthique différente ? Querelle des anciens et des modernes ? Sans doute la nouvelle cuisine est-elle un peu tout cela, même si la formule, elle, n'est pas neuve.

Au XVIIIe siècle déjà, Voltaire se plaignait des modes culinaires : « J'avoue que mon estomac ne s'accommode pas de la nouvelle cuisine. »

Au début des années 1970, la nouvelle cuisine s'élabore à partir d'un refus et d'un choix : refus de préparations considérées comme trop riches, alors que l'excès de graisse a été dénoncé comme la cause de graves maladies ; choix de saveurs naturelles, de plus en plus précieuses dans un monde où l'industrie agroalimentaire est en passe de devenir le quotidien de l'alimentation.

De ces principes découlent quelques règles strictes : fraîcheur parfaite des aliments, légèreté et harmonie naturelle des accommodements, simplicité des modes de cuisson. La présence visible de corps gras, les liaisons à la farine et, comme l'écrivait Voltaire, les plats « déguisés » sont désormais bannis.

La nouvelle cuisine préconise les sauces légères, à base de jus de viande, de fumet, d'essences et d'aromates ; elle réhabilite les produits vraiment naturels, les modestes légumes du potager ; elle privilégie les cuissons courtes, al dente, qui, selon les diététiciens, conservent au mieux la valeur nutritive des aliments, et sans corps gras.

En outre, pour consommer la rupture avec le passé, l'insolite du mot soulignera la nouveauté du mets : la carte proposera des gigots de poisson encore roses, des darnes de viande, des écailles d'aubergine, des brouets (au sens propre), des produits rares, des compotes de légumes ou des soupes en dessert.

Révolution gastronomique ? Peut-être pas, car la bonne cuisine doit profiter des recettes du passé et des acquis de la cuisine classique. Il faut d'ailleurs noter que les « révolutions gastronomiques » jalonnent l'histoire de la cuisine.

Mais nul doute que la nouvelle cuisine a consacré le déclin des plats de parade, des formules toutes faites, des préparations pompeuses ou académiques, et qu'elle convienne davantage au mode de vie moderne, comme la cuisine dite « bourgeoise » convenait aux mœurs du XIXe siècle.

NOUVELLE-ZÉLANDE La cuisine néo-zélandaise, simple et rustique, repose en très grande partie sur la production de l'île : élevage de moutons, légumes et fruits tropicaux (surtout le kiwi), produits laitiers, poissons et crustacés, et gros gibier. Grillades et ragoûts *(hot pot)*, agrémentés d'herbes aromatiques, alternent sur la table des Néo-Zélandais et constituent l'essentiel des préparations culinaires. Le kiwi est de tous les repas. Consommé frais en dessert ou en salade, il entre également dans la confection des tartes ou des gâteaux, mais aussi dans certains plats salés.

■ **Vins.** La viticulture en Nouvelle-Zélande date du XIXe siècle. Limitée dans un premier temps à des vins de liqueur et aux sherrys, la production prendra un véritable essor dans les années 1950-1960. La vigne est cultivée sur les deux îles principales. Sur l'île du Nord, elle a été plantée sur des terrains plats et certaines pentes ensoleillées exposées au nord, sur les zones d'Auckland, d'Hawke's Bay et de Poverty Bay ; le climat y est frais, mais la pluviosité abondante. Sur l'île du Sud, la vigne est installée sur des terrains plats ou des pentes douces, autour de Marlborough, de Canterbury et de Nelson. Ces terrains bénéficient d'une température plus fraîche que ceux de l'île du Nord, mais de la même pluviosité ; en revanche, ces vignobles souffrent des vents du nord-ouest, chauds et secs.

La Nouvelle-Zélande produit des rouges et des blancs. Les rouges, souvent d'une verdeur excessive, sont issus de cépages de cabernet-sauvignon, gamay, pinot noir et merlot. Les blancs sont agréables et d'une bonne acidité, caractéristique des vins du pays ; ils sont produits à partir de chardonnay, chenin blanc, sauvignon et müller-thurgau.

Récemment, des vins mousseux de méthode champenoise sont apparus dans la région de Marlborough.

Les vins néo-zélandais sont classés selon un système de dénominations, enregistré et hiérarchisé sur quatre niveaux de zone géographique. Ils portent le nom de leur cépage, accompagné de la mention de leur origine.

NOYAU Partie centrale ligneuse de certains fruits charnus renfermant une amande. L'infusion des amandes de certains noyaux (d'abricot et de cerise, notamment) sert à préparer des liqueurs, eaux-de-vie et ratafias divers, appelés « noyau », « eau de noyau » ou « crème de noyau ». Ainsi, le célèbre noyau de Poissy, à base de noyaux de cerise, se boit sec ou allongé d'eau et s'utilise pour parfumer glaces, sorbets et fruits rafraîchis, ainsi que pour confectionner divers cocktails.

NUITS-SAINT-GEORGES Vin AOC rouge et blanc provenant de la partie la plus méridionale de la Côte de Nuits (voir BOURGOGNE).

NULLE Entremets sucré à base de crème, de jaunes d'œuf et d'eau de senteur, en vogue au XVIIe siècle, et qui s'apparente à la crème brûlée moderne.

NUOC-MÂM Condiment de la cuisine vietnamienne. Il est réalisé avec des petits poissons macérés dans de la saumure et finement pilés. Riche en protéines, le nuoc-mâm remplace le sel dans la plupart des préparations culinaires et figure aussi sur la table, comme assaisonnement, en flacon ou en petit bol. Son goût est assez relevé et son odeur devient très forte lorsqu'il est chauffé. On peut lui ajouter du jus de citron, le pimenter ou le garnir de rondelles d'oignon très fines.

NYLON Polyamide utilisé en cuisine et en pâtisserie pour sa solidité. Le Nylon permet de fabriquer des tissus filtrants, des poils de pinceau et certaines brosses à farine. Moulé, il entre dans la composition des manches de raclette et de spatule.



ŒIL-DE-PERDRIX Vin rosé suisse issu du cépage pinot noir. Originaire du canton de Vaud, l'œil-de-perdrix est fruité et harmonieux.

ŒILLETTE Variété de pavot, herbe de la famille des papavéracées, dont les petites graines grisâtres sont riches en huile (40 à 50 %) et en protéines (17 à 23 %). Peu teintée et d'un goût agréable, l'huile d'œillette de première pression, aussi appelée « huile blanche », « olivette » ou « petite huile », a les mêmes emplois culinaires que l'huile d'olive, sans en avoir la saveur fruitée (**voir** HUILE). Les graines d'œillette sont aussi employées en pâtisserie, comme celles du pavot.

ŒNOLOGIE Science qui étudie la fabrication et la conservation des vins. L'œnologue, dont le titre est reconnu par la loi française du 19 mars 1955 et qui est détenteur d'un diplôme, est un technicien ; l'œnophile est seulement un amateur de vin, plus ou moins connaisseur. En Suisse, l'œnologue est un ingénieur agronome qui a fait une spécialisation.

ŒUF Corps organique, protégé par une coquille, contenant le germe d'un embryon et des réserves alimentaires. Les œufs sont pondus par les femelles de nombreuses espèces animales, notamment celles des oiseaux. Le mot « œuf », sans autre mention, désigne exclusivement l'œuf de poule ; les autres œufs commercialisés sont obligatoirement vendus avec la mention d'origine de l'animal : caille, cane, oie, pluvier, vanneau. Les œufs d'autruche ou de crocodile relèvent de la rareté exotique.

■ **Histoire.** Grâce à ses qualités nutritives et à la diversité de ses emplois, l'œuf a très tôt fait partie de l'alimentation humaine sous toutes les latitudes. Il fut toujours associé aux rites et aux traditions. Au Moyen Âge, on en faisait une grande consommation et, comme dans la Rome antique, on écrasait la coquille dans son assiette pour empêcher que des esprits mauvais ne s'y cachent. L'œuf était interdit, comme « gras », pendant le carême, d'où sa bénédiction le samedi saint et son apparition en nombre à Pâques. Le jaune se nommait alors « moyeu », et le blanc « aubun ».

■ **Composition.** Dans un œuf de poule de 60 g, la coquille pèse 7 g ; calcaire et poreuse, elle est doublée d'une membrane qui, au sommet le plus arrondi, laisse un espace appelé « chambre à air », qui augmente de volume quand l'œuf vieillit (moins l'œuf est frais, plus il flotte près de la surface dans une casserole d'eau). Le blanc (35 g), masse translucide d'eau et d'albumine, renferme la moitié des 14 % de protides de l'œuf. Le jaune (18 g) contient le germe (visible si l'œuf est fécondé, ce qui ne l'empêche pas d'être comestible), ainsi que le reste des protides et tous les lipides, en particulier la lécithine (graisses phosphorées) ; il contient aussi du fer, du soufre et des vitamines A, B, D et E. L'œuf est un aliment parfaitement équilibré et nourrissant, relativement peu énergétique (76 Kcal pour 100 g) car pauvre en sucre, et contenant tous les acides aminés indispensables à l'homme. On le digère facilement s'il n'est pas associé à des préparations trop grasses.

■ **Variétés et qualités.** Un œuf roux n'est ni meilleur ni plus « naturel » qu'un œuf blanc, généralement plus petit et moins solide, mais plus facile à mirer, car sa coquille est mince et non opaque. L'œuf de ferme (parfois sale) n'est pas préférable à l'œuf d'élevage ; toujours dépourvu de germe, ce dernier se conserve mieux. La couleur du jaune n'a aucun rapport avec la qualité de l'œuf, et les traces de sang éventuelles, sans doute dues à un début de fécondation, dans le blanc ou le jaune sont sans incidence sur sa qualité.

Un œuf « extrafrais » se conserve trois semaines au maximum, dans la partie la moins froide du réfrigérateur, pointe en bas et coquille non lavée (afin de ne pas être perméable aux odeurs). Un œuf dur se conserve quatre jours non écalé, deux jours écalé ; un jaune d'œuf cru se conserve 24 heures ; un blanc cru, même dans une préparation, de 6 à 12 heures. Enfin, on peut congeler les œufs frais, cassés et battus dans des boîtes spéciales.

Les appellations « œuf du jour », « œuf coque » ou « œuf de ferme » n'ont absolument pas de valeur légale. En revanche, la vente des œufs conditionnés obéit à une législation précise. La mention « extra » (en blanc sur une bande rouge scellant l'emballage) garantit que les œufs, qui n'ont subi aucun traitement de conservation, ont moins de onze jours ; au septième jour du séjour en magasin, la bande « extra » doit être retirée, et l'œuf passe en catégorie A, puis B et C (pratiquement, seule la première catégorie est disponible au détail).

On classe les œufs par calibre, selon leur poids, du n° 7 (moins de 45 g) au n° 1 (70 g et plus). Les œufs les plus courants sont les n° 4 (55 à 60 g) et n° 3 (60 à 65 g), pris comme référence pour les recettes.

■ **Emplois.** L'œuf occupe une place de choix dans beaucoup d'industries alimentaires, notamment celles des pâtes, des glaces, de la biscuiterie et de la pâtisserie. Ses emplois sont multiples en cuisine et en pâtisserie ; il entre dans un grand nombre de pâtes de base, ainsi que dans la composition de certaines préparations comme le lait de poule ou l'*egg-nog* (cocktail froid ou chaud, fait d'un œuf entier ou d'un jaune battu dans un alcool ou un vin de liqueur avec du sucre et du lait, servi avec de la noix de muscade râpée), etc.

Mais l'œuf est un aliment par lui-même, que l'on cuisine sous les formes les plus diverses (brouillé, en cocotte, à la coque, dur, filé, frit, mollet, moulé, sur le plat, poché, poêlé, en omelette...) et avec toutes sortes de garnitures.

ŒUF BROUILLÉ Œuf délayé plutôt que vraiment battu (en fait, il suffit de crever les jaunes et de remuer légèrement) et cuit avec du beurre à feu doux. Les œufs brouillés se servent nature ou garnis de divers ingrédients.

œufs brouillés : cuisson
Beurrer l'intérieur d'une sauteuse ou d'une casserole à fond épais. Ajouter les œufs cassés, simplement mélangés, et non battus ; les assaisonner de sel fin et de poivre du moulin. Les cuire sur feu doux ou au bain-marie en remuant constamment à l'aide d'une spatule de bois. Dès que les œufs ont atteint une consistance crémeuse, retirer du feu, ajouter quelques noisettes de beurre frais et mélanger.

brouillade de truffes
Préparer des œufs brouillés. Couper des truffes fraîches en dés ou en julienne et les passer au beurre. Les ajouter aux œufs et dresser la brouillade en timbale. Garnir de lames de truffe et de petits croûtons frits au beurre.

gratin d'œufs brouillés à l'antiboise
Faire sauter à l'huile d'olive des rondelles de courgette et préparer une fondue de tomate très réduite. Cuire des œufs brouillés et les dresser dans un plat à gratin, alternés par couches avec les rondelles de courgette et la fondue de tomate. Terminer par les œufs. Poudrer de parmesan râpé, arroser de beurre fondu et faire gratiner vivement au four.

œufs brouillés Argenteuil
Garnir des œufs brouillés de pointes d'asperge à demi cuites dans de l'eau salée, puis étuvées au beurre ; entourer de croûtons triangulaires frits au beurre. Servir en même temps une sauce crème.

œufs brouillés aux crevettes
Additionner des œufs brouillés de queues de crevette décortiquées et chauffées au beurre. Les dresser en timbale. Disposer au milieu des queues de crevette décortiquées passées au beurre, ou liées de sauce crevette. Décorer de croûtons frits au beurre et d'un cordon de sauce crevette. On procède de même avec des queues d'écrevisse, en utilisant de la sauce Nantua.

œufs brouillés Massenet
Cuire au beurre des pointes d'asperge verte ; cuire à l'eau ou à la vapeur des fonds d'artichaut. Couper ces derniers en dés et les dorer au beurre. Préparer des œufs brouillés après y avoir incorporé les fonds d'artichaut, les garnir avec les pointes d'asperge ; ajouter des petites escalopes de foie gras et des lames de truffe.

œufs brouillés à la romaine
Nettoyer 750 g d'épinards et les faire étuver au beurre. Préparer 8 œufs brouillés et les additionner de 50 g de parmesan râpé. Beurrer un plat à gratin. Couper en petits morceaux 8 filets d'anchois à l'huile, les ajouter aux épinards et en masquer le plat. Verser les œufs brouillés dessus et poudrer de 30 à 40 g de parmesan râpé ; arroser de beurre fondu et faire gratiner. Servir dès que le dessus est blond.

œufs brouillés Sagan
Préparer et pocher 1 cervelle de veau ; la faire refroidir sous presse. La détailler en 4 escalopes ; fariner celles-ci, les faire sauter au beurre et les réserver. Chauffer 4 lames de truffe dans le même beurre. Préparer 8 œufs brouillés avec 50 g de parmesan râpé. Les dresser en timbale, disposer dessus les escalopes de cervelle et les lames de truffe ; servir en même temps une saucière de beurre fondu citronné.

ŒUF EN COCOTTE Œuf cassé dans une petite cocotte ou un ramequin, préalablement beurré ou garni d'un appareil quelconque.

œufs en cocotte : cuisson
Beurrer l'intérieur de cocottes à œuf ou de ramequins avec du beurre en pommade, puis assaisonner de sel fin et de poivre du moulin (mis directement sur les

jaunes, ceux-ci y feraient apparaître des points blancs). Casser un œuf dans chaque récipient. Cuire au bain-marie de 6 à 8 min soit sur la plaque de la cuisinière, soit au four préchauffé à 150 °C, à découvert.

œufs en cocotte Bérangère
Beurrer des ramequins, les tapisser d'une légère couche de farce à quenelle de volaille truffée. Casser 1 ou 2 œufs par ramequin et cuire au bain-marie. En fin de cuisson, garnir de 1 cuillerée à soupe de ragoût de crêtes et de rognons de coq lié de sauce suprême.

œufs en cocotte à la rouennaise
Beurrer légèrement des petites cocottes en verre à feu, puis masquer le fond et les parois de farce à gratin, préparée avec des foies de caneton rouennais. Casser 2 œufs dans chaque cocotte, mettre 1 noisette de beurre sur les jaunes ; cuire au bain-marie. En fin de cuisson, entourer les jaunes d'un cordon de sauce au vin rouge additionnée de beurre.

ŒUF À LA COQUE Œuf cuit à l'eau bouillante dans sa coquille, assez rapidement pour que le jaune reste liquide et que le blanc soit juste coagulé.

œufs à la coque : cuisson
On peut procéder de trois façons : plonger les œufs dans l'eau bouillante et les y laisser 3 min ; les plonger dans l'eau bouillante et les faire bouillir 1 min, puis retirer la casserole du feu et attendre 3 min avant de les sortir de l'eau ; les mettre dans une casserole d'eau froide, faire chauffer et retirer les œufs lorsque l'eau bout. Les œufs doivent toujours être à la température ambiante lorsqu'on les plonge dans l'eau.

RECETTE DU RESTAURANT *FAUGERON*, À PARIS

œufs à la coque Faugeron à la purée de truffe
« Mettre 24 heures au réfrigérateur 12 œufs très frais et 120 g de truffes fraîches, dans une boîte hermétique. Cuire les truffes 10 min à couvert avec un peu d'eau salée ; récupérer le jus. Les réduire en purée très fine. Dans une petite casserole, faire réduire à sec 25 cl de madère et le jus de truffe, ajouter 30 dl de demi-glace de veau ou de béchamel, et cuire quelques instants en remuant. Sortir les œufs du réfrigérateur et les réserver à température ambiante. Dorer 6 tranches de pain de campagne dans une poêle avec du beurre, les découper en mouillettes et les garder au chaud. Incorporer 40 g de crème à la purée de truffe et réchauffer sur feu doux de 4 à 5 min ; incorporer sur feu très doux 60 g de beurre en petits cubes, en remuant vivement. Saler et poivrer. Cuire les œufs à la coque, retirer le haut de la coquille puis, à l'aide d'une cuillère à café, retirer le peu de blanc qui n'est pas cuit. Remplir la cavité de purée de truffe. Présenter le reste à part. »

RECETTE DE MICHEL ROSTANG

petits œufs de caille en coque d'oursin
« Ouvrir 36 petits oursins violets à l'aide d'une paire de ciseaux à bout pointu. Récupérer le jus et le passer dans une passoire fine. Enlever le corail orangé à l'aide d'une cuillère à café. Laver les coques des oursins avec une petite brosse et les égoutter. Disposer dans chaque coque un peu de corail, casser dessus un œuf de caille et ajouter quelques gouttes de jus. Cuire 4 min au four préchauffé à 240 °C. Ajouter 1 cuillerée de crème fleurette réduite de moitié et assaisonnée. Donner un tour de moulin à poivre et décorer d'une pluche de cerfeuil. Dresser sur un lit d'algues. »

ŒUF DUR Œuf cuit à l'eau bouillante dans sa coquille jusqu'à ce que le blanc et le jaune soient entièrement pris.

œufs durs : cuisson
Cuire les œufs une dizaine de minutes, les plonger 7 ou 8 min dans l'eau froide pour les rafraîchir, puis les écaler. Il ne faut jamais les laisser bouillir plus longtemps, car le blanc devient alors caoutchouteux, et le jaune, friable.

œufs durs à la Chimay
Faire durcir des œufs, les écaler, les couper en deux dans le sens de la longueur et retirer les jaunes. Piler ces jaunes avec le même volume de duxelles de champignon bien sèche. Garnir les blancs avec cette farce et les ranger dans un plat à four beurré. Napper de sauce Mornay et parsemer de gruyère râpé. Arroser de beurre fondu et passer quelques minutes à four très chaud.

œufs à la tripe
Faire durcir 9 min à l'eau bouillante 8 œufs, puis les rafraîchir et les écaler ; les couper en rondelles assez épaisses, les disposer dans un plat creux et les tenir au chaud. Faire fondre, sans les laisser colorer, 100 g d'oignons avec 50 g de beurre ; poudrer de 40 g de farine tamisée et bien remuer sur le feu. Verser d'un coup 1/2 litre de lait froid et cuire 10 min en tournant. Muscader, saler et poivrer. Napper les œufs de cette sauce très chaude et servir aussitôt.

ŒUF FILÉ Œuf poché sous forme de fins filaments, utilisé pour garnir soit un consommé, soit un potage, ou une crème.

œufs filés : cuisson
Poser une passoire au-dessus d'une casserole d'eau bouillante et y verser des œufs battus en omelette de façon que les minces filets qui s'en échappent coagulent immédiatement à la surface du liquide.

ŒUF FRIT Œuf versé dans un bain de friture ou dans une poêle contenant de l'huile, du beurre, de la graisse d'oie ou du saindoux brûlant.

œufs frits : cuisson

Casser séparément les œufs dans des tasses. Chauffer vivement de l'huile dans une petite poêle et y faire glisser délicatement chaque œuf. Laisser frire quelques secondes puis, à l'aide d'une spatule de bois, enrober le jaune avec le blanc en ramenant l'œuf contre le rebord de la poêle et le rouler contre le fond pour lui redonner sa forme naturelle. Après 1 min de cuisson, le retirer et l'égoutter sur un linge ou du papier absorbant. Assaisonner de sel fin.

œufs frits en bamboche

Lier à la crème une macédoine de légumes chaude et la dresser en couronne dans un plat. Garnir le centre du plat de languettes de morue frites. Disposer des œufs frits sur la couronne de macédoine.

ŒUF AU MIROIR Œuf sur le plat cuit au four, dont le blanc, coagulé après cuisson, prend une teinte laiteuse, alors que le jaune est recouvert d'une pellicule translucide qui le fait miroiter.

œufs au miroir : cuisson

Beurrer et assaisonner le fond d'un plat à œuf. Y casser 1 ou 2 œufs. Arroser les jaunes avec un peu de beurre clarifié. Cuire au four préchauffé à 180 °C, plus ou moins longtemps selon le degré de coagulation désiré. Le blanc doit rester très brillant et une sorte de vernis translucide doit apparaître sur le jaune.

ŒUF MOLLET Œuf cuit à l'eau bouillante dans sa coquille, plus longtemps qu'un œuf à la coque et moins longtemps qu'un œuf dur, de façon que le jaune soit épais, mais encore coulant. (Toutes les recettes d'œufs mollets sont applicables aux œufs pochés.)

œufs mollets : cuisson

Poser des œufs délicatement dans l'eau bouillante. Dès que l'ébullition reprend, la maintenir 6 min. Sortir les œufs et les rafraîchir aussitôt. Les écaler doucement sous l'eau courante et les réserver dans l'eau froide. Le blanc doit être coagulé et le jaune doit rester crémeux.

œufs Bernis

Garnir de mousse de volaille des croustades feuilletées. Y dresser les œufs mollets et napper de sauce suprême. Disposer les croustades en couronne et garnir le centre de pointes d'asperge verte liées au beurre.

œufs mollets Aladin

Préparer du riz au gras safrané. Peler et couper en dés des poivrons et les faire étuver à l'huile avec des oignons hachés. Masquer de riz un plat chauffé, garnir le centre de poivrons. Dresser en turban des œufs mollets. Les napper de sauce tomate relevée d'une pointe de cayenne.

œufs mollets Amélie

Préparer de la sauce crème et des morilles à la crème. Cuire à blanc des croustades feuilletées. Préparer une mirepoix fine de légumes fondue au beurre et déglacée avec un peu de madère. Réchauffer les croustades et les garnir de mirepoix ; dresser 1 œuf mollet sur chacune d'elles. Napper de sauce crème. Ajouter les morilles à la crème.

œufs mollets Brillat-Savarin

Garnir une croûte à flan cuite à blanc de morilles sautées dans du beurre. Y dresser en couronne des œufs mollets (ou pochés). Garnir le centre de pointes d'asperge chauffées au beurre clarifié. Napper de sauce madère ou de sauce au xérès bien réduite.

œufs mollets Brimont

Additionner de madère et de crème un velouté de volaille ; faire réduire. Garnir de champignons à la crème une croustade en pâte feuilletée à rebord peu élevé. Y dresser les œufs en couronne. Garnir le centre de petites croquettes de volaille. Napper de velouté réduit. Décorer chaque œuf d'une lame de truffe.

œufs mollets Carême

Étuver dans du beurre des fonds d'artichaut, y dresser des œufs mollets. Les garnir d'un ragoût de ris d'agneau, de truffe et de champignon. Ajouter de la crème à une sauce madère, en napper les œufs. Mettre sur chaque œuf une rondelle de langue écarlate découpée en dents de scie.

œufs mollets à l'écossaise

Préparer 4 grosses cuillerées à soupe de purée de saumon en mélangeant du saumon poché finement émietté avec la même quantité de béchamel bien réduite. Chauffer cette purée et en garnir 4 croustades feuilletées chaudes. Déposer dans chaque croustade 1 œuf mollet (ou poché) et napper de sauce crevette.

œufs mollets à la florentine

Faire étuver au beurre des épinards en branches. Beurrer des petits plats à œuf et les masquer d'épinards en ménageant deux alvéoles pour y loger 2 œufs mollets (ou pochés). Napper de sauce Mornay et parsemer de fromage râpé. Faire gratiner sous le gril.

œufs mollets à la provençale

Préparer une fondue de tomate à l'ail. Couper en deux dans l'épaisseur de très grosses tomates fermes, les épépiner et les frire à l'huile d'olive. Dorer également à l'huile d'olive des rondelles d'aubergine ou de courgette. Préparer autant d'œufs mollets (ou pochés) que de demi-tomates. Les déposer dans les demi-tomates et ranger celles-ci en couronne dans un plat de service rond chauffé. Napper de fondue de tomate. Disposer les rondelles de légumes au centre et parsemer de fines herbes ciselées.

ŒUF MOULÉ Œuf cuit au bain-marie dans une dariole beurrée et poudrée d'un élément haché (jambon, persil, truffe, etc.), puis démoulé sur une croustade, un toast ou un fond d'artichaut et nappé de sauce. Cette préparation de grande cuisine n'est plus guère pratiquée de nos jours.

œufs moulés : cuisson
Bien beurrer l'intérieur de moules à dariole. Décorer selon la recette adoptée. Faire prendre quelques minutes au froid. Casser 1 œuf dans chaque moule décoré et cuire au bain-marie de 8 à 10 min, à couvert. Sortir les moules et les laisser reposer quelques instants. Démouler les œufs sur le support choisi. Les napper de la sauce correspondant à la recette.

œufs moulés en chartreuse
Préparer du chou braisé. Couper du rouge de carotte et des navets en dés, et des haricots verts en petits tronçons réguliers. Les cuire à l'eau salée : ils doivent être juste fermes. Cuire également des petits pois. Égoutter le tout et le rouler dans du beurre fondu un peu refroidi. En tapisser le fond et la paroi de moules à dariole beurrés. Casser 1 œuf dans chaque moule, saler, poivrer et cuire au bain-marie de 6 à 8 min. Masquer de chou braisé le plat de service et démouler les œufs dessus.

ŒUF SUR LE PLAT Œuf cuit à feu doux dans un petit plat individuel. Il est recommandé de ne saler que le blanc, car le sel fait apparaître des points blancs sur le jaune.

œufs sur le plat : cuisson
Beurrer et assaisonner le fond d'un plat à œuf. Le faire chauffer puis y casser les œufs. Cuire doucement pour que le blanc coagule sans « cloquer » et que le jaune ne cuise pas. Servir dans le plat de cuisson.

œufs sur le plat à la lorraine
Griller 3 ou 4 tranches fines de poitrine fumée. Beurrer un petit plat à œuf et y placer le lard, ainsi que 3 ou 4 fines lames de gruyère. Casser 2 œufs dans le plat, disposer un cordon de crème fraîche autour des jaunes et cuire au four.

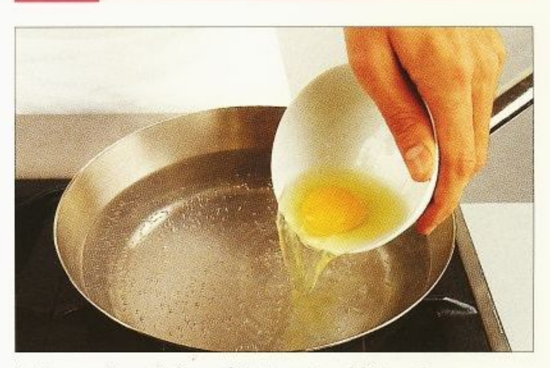
RECETTE DE LOUIS OLIVER

œufs sur le plat Louis Oliver
« Faire chauffer dans un grand plat à œuf, sur ses deux faces, une tranche de 40 g environ de foie gras frais dans un soupçon de beurre. Assaisonner de sel et de poivre de Cayenne. Ajouter encore un peu de beurre et, lorsqu'il est bien chaud, casser 2 œufs, de part et d'autre de la tranche de foie gras. Recouvrir celui-ci d'un peu de velouté de volaille bien chaud et faire cuire 2 min à feu vif. Ajouter autour des œufs un cordon de sauce Périgueux et servir aussitôt. »

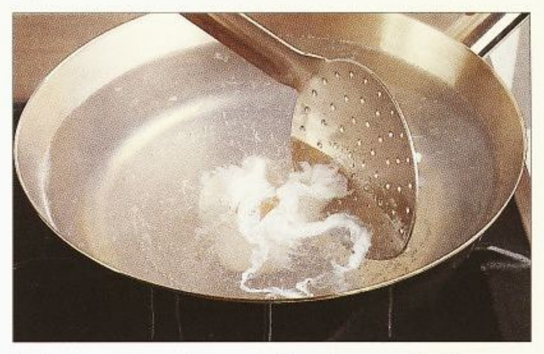
œufs sur le plat à la maraîchère
Ciseler 250 g de feuilles de laitue et 100 g d'oseille ; les faire fondre dans 30 g de beurre avec un peu de cerfeuil ciselé. Verser cette chiffonnade en couronne dans un plat à œuf. Casser 4 œufs au centre, saler, poivrer et cuire au four. Dorer au beurre 4 petites tranches de poitrine fumée. En garnir les œufs.

ŒUF POCHÉ Œuf cuit sans coquille dans un liquide bouillant (le jaune est alors enveloppé de son blanc comme d'une « poche »). Le liquide employé est généralement de l'eau fortement vinaigrée.

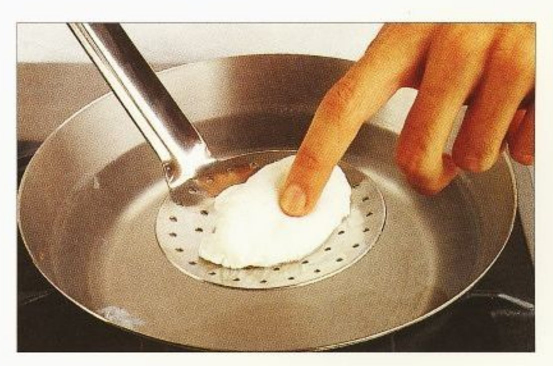
Pocher des œufs



1. *Verser dans de l'eau frémissante additionnée de vinaigre blanc des œufs très frais et bien froids, délicatement pour que le blanc reste proche du jaune.*



2. *Avec une écumoire, rassembler doucement le blanc et le rabattre sur le jaune.*



3. *Vérifier la cuisson par une pression du doigt. Plonger l'œuf dans un récipient d'eau froide, puis l'ébarber.*

œufs pochés : cuisson
Porter à ébullition 2 litres d'eau non salée (le sel liquéfie l'albumine du blanc) et ajouter 1 dl de vinaigre blanc. Casser les œufs séparément dans des tasses et les faire glisser délicatement dans l'eau frémissante. Les laisser pocher 3 min, sans bouillir ; le blanc doit être suffisamment coagulé pour enrober le jaune. Les égoutter et les déposer dans un récipient contenant de l'eau froide, puis les parer en éliminant les petits filaments qui se sont formés autour.

œufs en meurette
Préparer une sauce bourguignonne en quantité suffisante pour y pocher des œufs. Frire au beurre des petits croûtons et des petits lardons de poitrine fumée. Casser les œufs un par un et les faire glisser dans la sauce bourguignonne. Après 3 min de cuisson, les dresser dans un plat, nappés de sauce, garnis avec les lardons et les croûtons.

RECETTE DU RESTAURANT *LE FOUQUET'S*, À PARIS

œufs pochés en gelée
« Il faut d'abord faire une bonne gelée ; à sa base, un bouillon fait avec 1 jarret et 2 pieds de veau, et les légumes traditionnels du pot-au-feu. Passer le bouillon, l'amener à ébullition et y ajouter quelques feuilles de gélatine préalablement trempées à l'eau froide. Entretenir cette ébullition pendant 5 min. Préparer la clarification : fouetter fortement 3 blancs d'œuf avec 1 tomate coupée en dés, du cerfeuil et de l'estragon ciselés. Verser le bouillon sur ce mélange. Amener doucement à ébullition pour que les blancs fassent "le chapeau", c'est-à-dire se rassemblent au-dessus du bouillon. Après 20 min d'ébullition douce, passer dans un linge garni de quelques feuilles d'estragon, toujours pour donner du parfum à la gelée. Faire pocher 2 œufs par convive dans de l'eau frémissante non salée, mais additionnée d'un verre de vinaigre de vin, pendant 3 min, puis les refroidir dans de l'eau glacée. Dans le fond des ramequins, faire un décor avec des lamelles de jambon (préalablement mouillées à la gelée) et 2 feuilles d'estragon. Masquer d'une mince pellicule de gelée froide. Égoutter, puis ébarber les œufs. Les poser dans les ramequins, garnir le tour d'une julienne de jambon de Paris, remplir de gelée. Mettre dans le réfrigérateur. Démouler au moment de servir. »

RECETTE DU RESTAURANT
LA TOUR D'ARGENT, À PARIS

œufs pochés masqués Almaviva
« Cuire 4 fonds d'artichaut à l'eau salée, les égoutter et les faire étuver au beurre. Les garnir d'une noix de foie gras écrasé. Poser sur chacun 1 œuf poché. Napper de sauce Mornay et passer à la salamandre. Parsemer les œufs d'un fin hachis de truffes fraîches. »

œufs pochés Rachel
Préparer d'une part des croûtons de pain de mie ronds, dorés au beurre ou à l'huile, et d'autre part une sauce à la moelle ; faire pocher dans du bouillon des rondelles de moelle de bœuf. Préparer des œufs mollets ou pochés (ébarbés régulièrement). Poser un œuf sur chaque croûton ; napper de sauce et placer une rondelle de moelle sur chaque œuf.

ŒUF POÊLÉ Œuf cuit sur feu moyen en faisant tourner la poêle de façon à faire coaguler et dorer légèrement le blanc et à ne pas cuire le jaune.

œufs poêlés à la catalane
Cuire à l'huile d'olive, séparément, des demi-tomates épépinées et des rondelles d'aubergine. Saler, poivrer, ajouter un peu d'ail écrasé et de persil haché. Masquer un plat avec ces légumes. Cuire des œufs à la poêle et les faire glisser sur les légumes.

ŒUFS DE CENT ANS Œufs de cane que les Chinois enveloppent dans un emplâtre de chaux, de boue, de salpêtre, d'herbes odoriférantes et de paille de riz, qui leur assure une conservation « infinie ». On les consomme à partir du troisième mois, mais leur saveur se bonifie avec l'âge. Une fois débarrassés de leur gangue, les œufs sont noirs et luisants. Ils sont consommés froids, nature ou accompagnés de lamelles de gingembre, de rondelles de concombre ou de fragments de gésiers de poulet confits.

ŒUFS AU LAIT Entremets réalisé en versant du lait bouillant et sucré sur des œufs battus en omelette, diversement aromatisés. Les œufs au lait sont servis froids dans leur plat de cuisson.

œufs au lait
Faire bouillir 1 litre de lait avec 125 g de sucre et 1 gousse de vanille. Battre 4 œufs en omelette dans un saladier. Ôter la gousse de vanille et ajouter peu à peu le lait bouillant, en remuant sans arrêt. Verser dans un plat allant au four ou dans des ramequins, puis cuire 40 min au bain-marie dans le four préchauffé à 220 °C. Servir froid.

ŒUFS À LA NEIGE Entremets froid composé d'une crème anglaise sur laquelle sont posés des blancs d'œuf battus en neige, moulés à la cuillère et pochés à l'eau bouillante ou dans le lait qui servira à faire la crème anglaise (l'entremets donne alors des blancs moins moelleux). Les œufs à la neige (ou en neige) sont servis arrosés de gouttes de caramel blond ou décorés de pralines écrasées (voir ÎLE FLOTTANTE).

►
Œufs à la neige, sauce au caramel
Recette voir page 726.



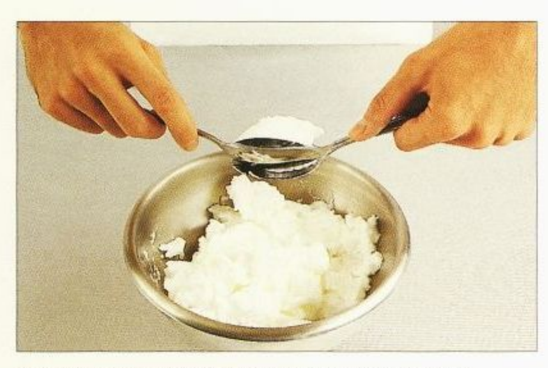
œufs à la neige : cuisson

Faire bouillir 8 dl de lait avec 1 gousse de vanille. Fouetter 8 blancs d'œuf en neige ferme avec une pincée de sel, puis 40 g de sucre. Avec une cuillère à soupe, prélever une portion de blanc d'œuf et la faire tomber dans le lait bouillant. Procéder cuillerée par cuillerée, en retournant les blancs pour qu'ils cuisent sur toutes les faces. Les égoutter sur un linge après 2 min de cuisson. Préparer une crème anglaise avec le même lait, les 8 jaunes d'œuf et 250 g de sucre. Laisser refroidir complètement. Verser la crème dans une coupe, poser les blancs cuits dessus et mettre au frais.

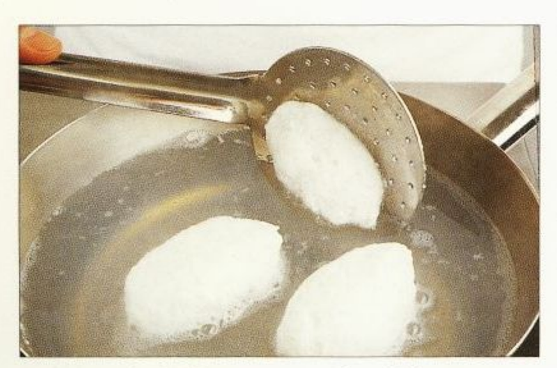
Confectionner des œufs à la neige



1. *Prélever 1 cuillerée de blanc monté et sucré et, avec une autre cuillère, commencer à former une quenelle.*



2. *Façonner la quenelle en la faisant passer d'une cuillère à l'autre, dans un mouvement tournant.*



3. *Faire pocher les blancs par trois dans de l'eau frémissante. Les retourner avec une écumoire lorsqu'ils sont suffisamment coagulés.*

ŒUFS DE POISSON Œufs de poissons de mer ou de rivière, souvent très délicats de goût, et utilisés en cuisine. Les œufs de cabillaud ou de morue, pressés et fumés, permettent de préparer des canapés, des barquettes, des toasts (**voir** TARAMA).

Les œufs de mulet ou de thon donnent lieu à un apprêt traditionnel, la poutargue. Les œufs de saumon, vendus en semi-conserve, s'emploient comme succédané du caviar (œufs d'esturgeon), de même que les œufs de lump.

Les œufs de poisson sont désignés collectivement par le terme de « rogue ».

cornets de saumon fumé aux œufs de poisson → CORNET

œufs de poisson grillés

Saler et poivrer des œufs de poisson. Les huiler, les arroser d'un peu de jus de citron et les laisser reposer 30 min. Les arroser alors de beurre clarifié et les faire griller doucement, ou les poêler au beurre, à feu doux. Servir avec du pain de seigle, du beurre et du citron.

OFFICE Pièce attenante à la cuisine, où l'on dispose tout ce qui est nécessaire au service et où l'on prépare divers plats. On y met également des vins à chambrer.

OIE Palmipède migrateur de la famille des anatidés, qui, en raison de ses passages réguliers au-dessus des régions tempérées, a d'abord été un gibier de choix, puis un oiseau domestique, déjà réputé chez les Égyptiens, les Grecs et les Romains (**voir** tableau des volailles page 1108). L'oie grise, la plus répandue en France, descend de l'oie cendrée (oie sauvage) et peut peser jusqu'à 12 kg après engraissement ; c'est elle qui donne les meilleurs foies gras. Selon la région, elle est dite « de Toulouse », « des Landes », « d'Alsace », etc. Les oies au plumage blanc (du Bourbonnais ou du Poitou), plus légères (5 à 6 kg), sont issues de l'oie des neiges.

■ **Emplois.** Les oies, quand elles sont engraissées, sont bien sûr célèbres pour leur foie (**voir** FOIE GRAS). Les animaux reproducteurs peuvent être gardés jusqu'à cinq ou six ans. Cependant, les oies sont souvent sacrifiées vers trois mois (les filets sont bien développés et la chair est délicate) pour être cuisinées. Tous les morceaux sont utilisés. La carcasse (viande et os), appelée « paletot », est vendue telle quelle ou découpée et préparée en confit ou en rillettes. Gésier, cœur, langue, cou et abattis connaissent des apprêts régionaux savoureux (Landes, Gers). La graisse est utilisée pour de nombreuses préparations et le confit d'oie entre notamment dans la composition du cassoulet. Malgré la concurrence de la dinde dont elle emprunte d'ailleurs les apprêts, l'oie reste le plat typique des fêtes de fin d'année dans de nombreux pays d'Europe du Nord.

confit d'oie, confit d'oie à la landaise → CONFIT
conserve de truffe à la graisse d'oie → TRUFFE

Caractéristiques des différentes variétés d'œufs de poisson

variétés	provenance	aspect	présentation
œufs de cabillaud	Danemark	bruns, fumés ou non	en poche
œufs d'esturgeon, ou caviar *	Russie, Iran	gris foncé à gris-noir, petits à gros	en boîte
œufs de lump	Islande	noirs, rouges ou rose pâle (naturels)	en bocal
œufs de mulet, ou poutargue	Tunisie, Sicile, Grèce	bruns, séchés	en poche sous cire
œufs de saumon	Norvège, Alaska, Russie, Canada, Danemark, France	rouge-orange, assez gros	en bocal
œufs de truite	France	rose-orangé	en bocal

* *Voir aussi tableau des caviars page 222.*

cous d'oie farcis

Désosser complètement des cous d'oie en laissant adhérer une bonne partie de la peau de la poitrine. Hacher grossièrement la chair désossée et l'additionner d'un volume au moins égal de farce fine de porc. Incorporer des dés de foie gras frais avec, éventuellement, de la truffe. Saler, poivrer et ajouter 1 pincée de quatre-épices. Farcir les cous de ce mélange, puis nouer leurs extrémités. Faire fondre de la graisse d'oie dans une cocotte et y mettre les cous 1 heure à cuire, comme pour un confit. Les placer dans des pots de grès et les recouvrir de graisse d'oie fondue. Couler sur le dessus une petite couche de panne de porc, boucher et conserver au frais. Les cous d'oie farcis se consomment froids ou chauds, accommodés comme le confit.

foie gras d'oie et sa gelée au pinot noir → FOIE GRAS
mousse de foie gras de canard ou d'oie → MOUSSE

oie à l'alsacienne

Faire braiser de la choucroute en y ajoutant un morceau de lard maigre. Farcir une oie avec de la chair à saucisse fine, salée, poivrée, poudrée d'une pincée de quatre-épices, puis d'un peu d'oignon et de persil hachés. La brider et la rôtir en l'arrosant souvent. Quand elle est à moitié cuite, ajouter un peu de sa graisse à la choucroute et laisser la cuisson s'achever. Faire pocher doucement des saucisses de Strasbourg. Étaler la choucroute dans un plat long. Déposer l'oie au milieu. Découper le lard en morceaux et le disposer autour de l'oie, en alternant avec les saucisses. Tenir le tout au chaud. Dégraisser le plat de cuisson, le déglacer avec du vin blanc et le même volume de bouillon, et faire réduire le jus ; servir celui-ci à part.

RECETTE DE VIVIANE ET ANTOINE WESTERMANN

oie farcie et rôtie à la façon de ma mère

« À l'aide d'un petit couteau, retirer le fiel du foie d'une oie de 3,5 kg (après avoir réservé le cou et les ailerons) et de 4 foies de volaille. Dans un saladier, faire tremper 180 g de pain sec avec 2 dl de lait. Éplucher et hacher 300 g d'oignons et 2 gousses d'ail. Les dorer de 25 à 30 min dans une poêle avec 30 g de beurre jusqu'à ce qu'ils soient blonds et translucides. Passer au hachoir grosse grille 300 g de collet de porc, les oignons, l'ail, le pain trempé, la graisse et tous les foies. Hacher 20 g de persil plat. Mélanger tous les ingrédients, puis incorporer à la spatule de bois 2 œufs battus et le persil. Saler, poivrer, ajouter 1 cuillerée à moka de quatre-épices et un peu de noix de muscade râpée. Remplir l'oie de cette farce. Coudre les extrémités et la brider. La dorer en cocotte dans un peu de sa graisse de tous les côtés. Ajouter le cou concassé et les ailerons. Cuire 30 min au four préchauffé à 200 °C, en arrosant souvent. Ajouter une garniture aromatique et poursuivre la cuisson 30 min. Déglacer avec 3/4 de litre de fond brun de volaille ou, à défaut, avec de l'eau à mi-hauteur de la volaille. Poursuivre la cuisson 2 h à 150 °C, couvrir l'oie de papier d'aliminium et remettre 1 h 30 au four, en arrosant avec le jus. Sortir l'oie de la cocotte, passer le fond de cuisson au chinois et faire réduire jusqu'à obtenir 2,5 dl de jus. Réserver. Couper la base terreuse de 400 g de champignons des bois et les laver soigneusement. Bien égoutter et réserver. Dans une poêle, dorer 5 min 30 g d'échalote et 1/2 gousse d'ail, épluchées et hachées, avec 40 g de beurre, puis les champignons. Saler et poivrer. Éplucher et tailler en gros dés 400 g de pommes de terre cuites en robe des champs avec une garniture aromatique. Faire revenir à sec 4 fines tranches de lard détaillées en lardons, ajouter 10 g de beurre, puis les pommes de terre et, enfin, les champignons et un peu de persil plat haché. Rectifier l'assaisonnement. Présenter l'oie entière avec la garniture autour et le jus à part en saucière. »

profiteroles de petits-gris à l'oie fumée → ESCARGOT
rillettes d'oie → RILLETTES
truffe en papillote et son foie gras d'oie → TRUFFE

OIGNON Plante potagère de la famille des liliacées, dont le bulbe, formé de feuilles blanches et charnues, recouvertes de fines pelures jaunes, brunes, rouges ou blanches, plus ou moins sèches, se consomme frais, demi-sec ou sec, cru ou cuit, comme légume, ingrédient de cuisson ou condiment. Originaire du nord de l'Asie et de la Palestine, l'oignon est cultivé depuis plus de 5 000 ans. Il joue un rôle très important dans la gastronomie des pays du Nord et de l'Est ; dans les pays méditerranéens, on mange surtout de l'oignon doux, cru.

■ **Variétés.** Les variétés d'oignon (voir tableau) se distinguent principalement par la couleur et l'époque de production. En France, elles sont surtout cultivées en Côte-d'Or, dans le Sud-Est, le Finistère et le Nord. On en importe des Pays-Bas, d'Italie, d'Espagne et d'Égypte.

– Les oignons blancs, qui ne se conservent guère, sont disponibles d'avril à septembre ; ceux d'août, originaires du Midi, sont frais et très croquants.

– Les petits oignons blancs, vendus en bottes avec leurs fanes, se dégustent d'avril à juillet, à la croque-au-sel ou inclus dans une jardinière (les tiges se gardent, car elles s'utilisent également comme aromate) ; ceux vendus au poids, en septembre, se conservent très facilement au vinaigre, se préparent à la grecque ou se font glacés.

– Les oignons jaunes sont disponibles toute l'année. Dans cette variété, on distingue : le gros oignon doux de Valence *(grano de oro),* que l'on peut farcir ; les oignons de garde, dits « forts », qui, récoltés en août, sont conservés entre -3 et 0 °C, équeutés et secs, pour

Caractéristiques des différents types d'oignons*

types	provenance	époque	description
oignons blancs			
barletta, élody, printanier, parisien, de la reine, de Vaugirard	Sud-Est, ceintures vertes	mars-sept.	petits bulbes blancs, feuilles vertes (en botte)
blanc de Naples	Italie (Campanie)	mars-avr.	petits bulbes blancs, feuilles vertes (en botte)
gros de Rebouillon	Sud-Est	avr.-août	gros bulbes aplatis, blancs, feuilles vertes
oignons jaunes			
auxonne, de Mulhouse, sturon, centurion, tuabo	Bourgogne	juill.-oct.	bulbe rond, aplati, jaune cuivré, riche en matières sèches
copra, spirit	Bourgogne, Champagne, Beauce, Gâtinais	sept.-avr.	bulbe rond, cuivré mat
dinaro, hyper, etc.	Pays-Bas, Pologne	sept.-juin	bulbe rond, jaune clair à jaune paille
figaro, fuseor, fabros	Anjou, Poitou	sept.-avr.	bulbe ovale, très allongé, jaune cuivré
de Mazé, mazeor	Anjou	sept.-avr.	bulbe rond, aplati, jaune cuivré, très ferme
top keeper, yellowstone, radar, sonic	Sud-Est	juill.-août	gros bulbes ronds, en général jaune clair
grano de oro	Espagne	août-avr.	gros bulbe rond, jaune paille
liria	Espagne	juill.-août	bulbe rond, aplati, jaune doré, chair jaunâtre
doré de Parme	Italie	sept. avr.	bulbe rond, tronqué, jaune cuivré
oignons rouges			
bronzé d'Amposta	Sud-Est	août-oct.	gros bulbe rond, rouge brillant
rosé de Roscoff	Bretagne	sept.-mars	bulbe rond, rouge-rosé
rouge d'Italie (de Gênes)	Sud-Est	juin-sept.	bulbe rond, aplati, rouge clair
rouge de Simiane (de Florence)	Sud-Est, Sud-Ouest	juill.-oct.	gros bulbe très allongé, rouge foncé
rouge de Tropéa	Italie, Pays-Bas	août-sept	bulbe rond, rouge-violet

** On appelle « grelots » les oignons de petit calibre.*

la consommation hivernale (oignon d'Égypte ou de Pologne, très brun et sphérique, au parfum discret mais affirmé, et surtout le « jaune paille des Vertus », bien brillant, idéal pour les soupes, les tartes, les purées et les plats mijotés).

– Les oignons rouges et rosés, plus rares, sont vendus de juin à mars ; ils se mangent surtout crus ; cuits, ils sont beaucoup plus fades que les autres, avec une saveur un peu sucrée.

■ **Emplois.** Peu énergétique (47 Kcal pour 100 g), l'oignon est riche en soufre et en vitamine C, mais assez indigeste cru. À l'achat, il faut qu'il soit bien ferme ; l'oignon blanc doit être brillant, et le jaune ou le rouge doivent être protégés par une pelure sèche et cassante. Il se conserve au frais, dans un endroit sec et bien ventilé.

Pour éplucher des oignons sans désagrément, il suffit de les laisser séjourner au préalable dix minutes dans le congélateur ou une heure dans le réfrigérateur ; de même, on enlève facilement la peau des petits oignons après les avoir ébouillantés une minute. Cependant, une fois épluché, l'oignon s'oxyde rapidement et devient alors toxique.

Dans la cuisine, l'oignon joue un rôle privilégié. On l'utilise tout d'abord comme condiment et en garniture aromatique dans nombre de plats mijotés.

Il constitue la base d'apprêts typiques, comme le bœuf miroton, la morue à la bretonne, la pissaladière, la soupe gratinée, la tarte à l'oignon alsacienne, le tourin bordelais, les tripes, tous les apprêts à la lyonnaise, etc. ; il accompagne très bien le lapin ou les saucisses au vin blanc, et caractérise tous les mets Soubise. Farci, l'oignon constitue une entrée chaude ou une garniture de viande rôtie ou braisée. On l'utilise frit en anneaux dans la présentation de nombreux mets et haché en « oignonade », pour faire des vinaigrettes, des marinades ou des garnitures froides. Il se marie à la pomme de terre en maintes occasions, ainsi qu'au chou et aux œufs. Quant aux petits oignons glacés à blanc ou à brun, ils sont nécessaires à toute une gamme d'apprêts de viande ou de poisson.

Comme condiment, l'oignon se prépare aussi au vinaigre ; en hors-d'œuvre, il s'accommode à la grecque. On le consomme haché avec le steak tartare et les brochettes de mouton grillées.

chutney aux oignons d'Espagne → CHUTNEY
crème de laitue, fondue aux oignons de printemps → CRÈME-POTAGE
gigot braisé aux petits oignons nouveaux → GIGOT

oignons farcis

Éplucher des oignons de Valence de grosseur moyenne sans déchirer la première couche blanche. Les couper transversalement, du côté de la tige, aux trois quarts de leur hauteur. Les blanchir 10 min à l'eau salée ; les rafraîchir et les égoutter. Les évider en ne gardant tout autour qu'une épaisseur de 2 couches. Réduire en très menus morceaux toute la pulpe et lui ajouter de la

Oignons



rosé de Roscoff
rouge de Tropéa
oignons grelots jaunes
oignon jaune « auxonne »
oignon jaune « doré de Parme »
oignon jaune paille
oignon jaune cuivré
oignon blanc
oignon grelot blanc
oignons blancs frais en botte

viande finement hachée, de porc, de veau, de bœuf ou de mouton. Garnir les oignons de cette viande. Les mettre dans un plat à sauter beurré, les mouiller de quelques cuillerées de jus brun de veau légèrement lié, ou de bouillon. Porter à légère ébullition sur le feu, à couvert, puis poursuivre au four, en arrosant souvent afin de glacer les oignons ; quelques minutes avant la fin de la cuisson, saupoudrer d'un peu de chapelure, de mie de pain blanche ou de parmesan et arroser de beurre fondu. Faire gratiner sous le gril du four.

soupe à l'oignon → SOUPE
tarte à l'oignon → TARTE

OISEAU Volatile sauvage (gibier à plume) ou domestique (volaille) utilisé en cuisine. Tous les petits oiseaux d'une taille inférieure à celle de la grive sont interdits de chasse, sauf, dans certains départements, l'alouette, l'ortolan et le moineau.

Autrefois, le corbeau était très recherché pour confectionner des bouillons (et des pâtés, en Angleterre). Les oiseaux sauvages les plus recherchés étaient alors les hérons rôtis entiers, les macreuses et pluviers en rôt au poivre chaud, les perdrix, tourterelles et gélines lardées, en rôt, à la sauce à la cannelle ou au gingembre, les tourterelles en pâté.

Aujourd'hui, l'élevage et la consommation des oiseaux de basse-cour (poulet, pintade, oie, dinde et canard) connaissent en revanche un développement continu. La réduction du gibier a encouragé par ailleurs l'élevage de la caille.

OISEAU SANS TÊTE Nom donné en cuisine à la paupiette de viande (veau, bœuf, voire mouton), farcie, ficelée, éventuellement bardée et, le plus souvent, cuite en sauce ou braisée.

En Flandre, les *vogels zonder kop* (traduction littérale de l'expression française) sont des paupiettes de bœuf farcies de chair à saucisse (ou d'un seul gros lardon assaisonné de sel épicé) soit mijotées dans un bouillon aromatisé, servies avec une purée de pomme de terre et nappées de la cuisson liée au beurre manié, soit braisées avec des oignons et mouillées de bière, comme une carbonade.

OKROCHKA Potage froid de la cuisine russe, à base de kwas et de légumes, servi avec des œufs durs en quartiers, des fines herbes et des concombres émincés, et accompagné d'une garniture au maigre ou au gras – salpicon de filet de bœuf de desserte, de blanc de volaille, de langue écarlate et de jambon, ou queues d'écrevisse et du saumon en petits dés. L'okrochka est toujours présenté avec de la crème aigre.

OLÉAGINEUX Nom générique des fruits, graines et plantes riches en matières grasses (40 à 60 %) et en protéines végétales : amandes, arachides, noisettes, noix, olives et pistaches, graines de carthame, colza, œillette, sésame, soja, tournesol, etc. Outre leur rôle de matière première pour la fabrication des huiles, les oléagineux tiennent une grande place en cuisine et en gastronomie. On en sert certains crus, grillés ou salés en amuse-gueule avec l'apéritif, et ils interviennent en cuisine, notamment dans les apprêts exotiques. Comme tous les corps gras, les oléagineux, qui se marient bien avec les légumes verts et les salades, sont un élément de base des régimes végétariens. Ils sont souvent employés dans les salades de fruits, compotes, gâteaux, etc.

OLIGOÉLÉMENT Corps chimique simple ne représentant qu'un pourcentage infime des constituants des organismes vivants, mais dont la présence est néanmoins nécessaire à la croissance et au développement. Les oligoéléments les mieux connus et les plus actifs sont le manganèse, le cuivre, le zinc, le cobalt (dont les effets sont accrus lorsqu'ils sont associés entre eux), le fluor, l'aluminium, le lithium et le bismuth.

OLIVE Fruit de l'olivier, arbre de la famille des oléacées. Ovoïde et de petite taille, l'olive (voir tableau) a une peau vert tendre qui devient, en mûrissant, violette, rouge, puis noire. Sa pulpe charnue, autour d'un noyau fusiforme, est utilisée pour la production d'huile, mais le fruit entier, dénoyauté ou farci, est également employé en cuisine comme condiment, ingrédient ou hors-d'œuvre.

Originaire d'Orient, l'olivier est caractérisé par une longévité exceptionnelle, et son histoire est liée à celle du bassin méditerranéen, qui constitue son habitat privilégié depuis les temps bibliques.

Caractéristiques des différentes variétés d'olives

variétés	provenance	époque	aspect
olives vertes			
lucques	Languedoc	sept.	longue, légèrement incurvée, un peu bosselée, charnue, croquante
picholine	Gard, Corse, Bouches-du-Rhône,	oct.	verte, lisse, charnue, croquante
salonenque	Bouches-du-Rhône	sept.	piriforme, bosselée
olives noires			
tanche, ou « olive de Nyons » AOC	Nyonais et Baronnies	déc.-janv.	marron-noir, fripée, moelleuse
cailletier, ou « olive de Nice »	Alpes-Maritimes	juill.	marron-rouge ou noire, petite, allongée, charnue

Actuellement, 93 % de la production mondiale d'olives est utilisée pour les huileries, le reste étant consacré à la préparation des olives de table (surtout en Espagne pour les olives vertes et en Grèce pour les olives noires). Très énergétique (150 à 200 Kcal pour 100 g), l'olive est riche en potassium, en calcium et en vitamines. Les olives de table se répartissent en deux groupes principaux.

– Les olives vertes (picholine du Gard, de Corse, des Bouches-du-Rhône ; lucques de l'Hérault et de l'Aude ; salonenque des Bouches-du-Rhône), récoltées avant maturité (octobre en France), sont désamérisées dans une solution de soude caustique, puis rincées et mises en saumure.

– Les olives noires, récoltées à maturité complète (décembre-janvier en France), non désamérisées, sont mises en saumure, puis éventuellement dans de l'huile ; parmi les meilleures olives françaises, il faut citer la Nyons – ou tanche – de la Drôme et du Vaucluse (AOC), et le cailletier de Nice.

On trouve par ailleurs dans le commerce diverses préparations.

– Les olives cassées (vertes), dites « cachado », sont préparées presque exclusivement dans la vallée des Baux, mais elles ne se conservent que très peu de temps.

– Les olives à l'eau (vertes) sont seulement désamérisées par trempage répété dans de l'eau ; elles gardent un bon goût de fruit, mais restent toujours un peu amères. On trouve par ailleurs des olives vertes diversement farcies toutes prêtes pour l'apéritif. Les olives noires au vinaigre de vin (de Calamata, en Grèce) sont préparées dans une saumure additionnée d'huile et de vinaigre.

– Les olives noires au sel sec sont disposées en couches alternées avec du sel ; elles ont un bon goût de fruit, avec de l'amertume, mais se conservent peu.

– Les olives noires du Maroc, lavées et séchées au soleil, sont légèrement salées au sel sec, puis mises en sachets ou en fûts avec de l'huile.

Les olives de table interviennent dans de nombreux hors-d'œuvre et plats méditerranéens (mézès grecs, tapas espagnoles, apprêts à la niçoise et à la provençale, tapenade, pizza, etc.) ; elles se servent en amuse-gueule, notamment les « picholines », mais jouent également un rôle important en cuisine, qu'elles soient utilisées nature ou farcies.

charlotte de chou aux olives → CHARLOTTE

RECETTE DE L. REY-BILLETON

olives à la picholine

« Choisir des olives vertes charnues. Dans une bassine, mélanger 1 kg de soude avec 10 litres d'eau. Y jeter 5 kg d'olives. Remuer avec une cuillère de bois et laisser tremper quelques heures, jusqu'à ce que le noyau des olives se détache facilement de la chair. Retirer les olives, les dénoyauter, les laver à grande eau et les mettre dans une jarre pleine d'eau claire durant une semaine, en changeant l'eau chaque jour. Égoutter et rincer les olives le neuvième jour et les remettre en jarre. Faire bouillir 10 litres d'eau avec 1 kg de sel, 6 feuilles de laurier, autant de branches de fenouil, 1 écorce d'orange séchée et 50 g de coriandre. Laisser refroidir cette solution, puis la verser sur les olives. Les conserver 8 jours dans la jarre avant de servir. »

sandre grillé aux cardons, filet d'huile d'olive et citron → SANDRE

OLIVE DE MER Petit coquillage de la famille des donacidés, long de 3 à 4 cm, à coquille allongée de teinte pastel, qui vit dans le sable à la limite de l'eau. L'olive de mer, qui porte le nom scientifique de « donax », est appelée aussi « haricot de mer », « flion », « vanneau », etc. Elle a un goût très fin et se mange comme la coque, crue ou cuite après avoir dégorgé dans de l'eau salée pour recracher son sable.

OLIVER (RAYMOND) Cuisinier français (Langon 1909 - Paris 1990). Fils d'un hôtelier du Bordelais, qui fut chef au *Savoy* de Londres, Raymond Oliver commença son apprentissage chez son père, fit son tour de France, puis, en 1948, s'associa avec Louis Vaudable, propriétaire du *Maxim's* (qui avait été fermé à la Libération), pour rouvrir le *Grand Véfour* et redonner à ce restaurant tout son lustre. En 1950, il prit la direction de l'établissement et assura son succès. Colette et Jean Cocteau, suivis du Tout-Paris, consacrèrent la célébrité de ce lieu de haute gastronomie. Raymond Oliver fut l'un des novateurs et rénovateurs de la cuisine française. Son humour et son érudition ont fait beaucoup pour le renom de l'art culinaire français, grâce aux émissions de télévision au cours desquelles il réalisait lui-même ses recettes (formule reprise par son fils Michel), à ses conférences à l'étranger et à ses ouvrages de cuisine, dont *la Gastronomie à travers le monde* (1963), *la Cuisine* (nouvelle édition, 1983), *Cuisine pour mes amis* (1976) et *les Amis du Véfour* (1983).

OLIVET Fromage orléanais de lait de vache (40 % de matières grasses), à pâte molle et à croûte fleurie (voir tableau des fromages français page 494). L'olivet se présente sous la forme d'un disque plat de 12 à 13 cm de diamètre et de 2 à 3 cm d'épaisseur. Il a une saveur fruitée, assez peu relevée. Balzac, quand il vivait en Touraine dans les années 1830, l'appréciait avec des noix et du vin frais.

OLIVET CENDRÉ Fromage de lait de vache (40 % de matières grasses), à pâte molle et à croûte naturelle cendrée après un affinage de trois mois en coffre rempli de cendre de bois. L'olivet cendré a une saveur plus marquée et plus saponifiée que l'olivet.

OLLA PODRIDA Pot-au-feu espagnol, dont le nom signifie littéralement « marmite pourrie ». Cette spécialité originaire de la Castille constitue un repas traditionnel, associant viandes et volailles diverses,

légumes et riz ou lentilles, cuits dans une grande marmite et dressés en plusieurs services, avec des sauces relevées. Le premier service comprend, après le bouillon, la viande de bœuf ou de veau, accompagnée de pois chiches, de navets, de citrouille et de patates douces ; on sert ensuite la perdrix ou la poule avec les lentilles ou le riz ; on poursuit avec le mouton et les abats garnis de tomates, et l'on termine par le saucisson fumé et le jambon, servis avec du chou.

OMBIAUX (MAURICE DES) Écrivain et gastronome belge (Beauraing 1868 - Paris 1943). Surnommé « prince des conteurs wallons » et « cardinal de la gastronomie », rival et ami de Curnonsky, derrière lequel il arriva second lors du référendum qui couronna celui-ci « prince des gastronomes », il écrivit de nombreux ouvrages, dont *le Gotha des vins de France* (1925), *les Fromages* (1926), *le Nobiliaire des eaux-de-vie et liqueurs de France* (1927), *l'Art de manger et son histoire* (1928), *Traité de la table* (1930). On lui doit une réédition du *Pâtissier français*, attribué à La Varenne.

OMBLE CHEVALIER Poisson de la famille des salmonidés, voisin du saumon, vivant dans les lacs froids en France (Alpes, Pyrénées), en Écosse, en Irlande et au Canada, où il se fait de plus en plus rare (voir planche des poissons d'eau douce page 819). Grand et assez trapu, avec une très large bouche, un dos gris-vert piqueté de taches pâles arrondies et un ventre orangé, il pèse jusqu'à 8 kg ; c'est l'un des plus fins poissons d'eau douce. L'omble chevalier reçoit tous les apprêts de la truite saumonée. Les Anglais l'utilisent pour préparer le *potted char*, une conserve de pâte de poisson au beurre en petits pots de grès.

Le « saumon de fontaine » est aussi un omble, importé à la fin du XIXe siècle du Canada, où on l'appelle « truite mouchetée ». Plus petit que l'omble chevalier, entièrement gris-vert, zébré de clair sur le dos et les flancs, il est également très délicat.

RECETTE DE BERNARD RAVET, *L'ERMITAGE*, À VUFFLEUR-LE-CHÂTEAU

omble chevalier aux asperges vertes et aux morilles

« Épluchez 24 asperges vertes et coupez les pointes à 5 cm. Cuisez-les al dente. Coupez le pied de 40 morilles à 5 mm de la tête, puis partagez les champignons en deux verticalement. Lavez-les et égouttez-les. Faites suer dans 50 g de beurre les arêtes et les parures de 2 ombles chevaliers de 500 g et une brunoise composée de 1 cuillerée à soupe d'oignon, 1 cuillerée à soupe de carotte et 1 cuillerée à soupe de céleri-branche ; ajoutez 4 dl de vin blanc, 1 brin de thym, 1 feuille de laurier, les parures de morille et les tiges de 100 g de cerfeuil ; salez légèrement et cuisez 20 min, pour n'avoir plus que 1 dl de fumet. Filtrez-le. Chauffez 30 g de beurre dans une poêle, mettez-y 1 échalote hachée menu, puis les morilles et 5 cl de vin blanc. Cuisez 3 min à couvert, à petit feu, en remuant souvent. Réservez 28 belles demi-morilles et hachez finement les autres. Blanchissez 12 feuilles vertes de poireau, rafraîchissez-les, égouttez et réservez. Coupez-les en minces lanières de 20 cm de long. Mettez les filets d'omble, côté peau en dessous, entre deux couches de film alimentaire et aplatissez-les. Enlevez le film du dessus, salez et poivrez, et répartissez les morilles hachées sur deux des filets. Recouvrez des deux autres filets. Coupez le poisson reconstitué en 6 parts égales. Ficelez chacun des petits paquets avec 2 lanières de poireau. Préparez de la même manière les autres filets. Mettez 5 jaunes d'œuf dans un cul-de-poule, au bain-marie. Versez en fouettant le fumet d'omble tiède et 1 dl de vin blanc ; quand le sabayon est ferme, incorporez-lui 75 g de beurre clarifié et 2 cuillerées à soupe de pluches de cerfeuil, du sel, du poivre et un filet de jus de citron. Réservez au chaud. Mettez dans un plat à rôtir ovale 1 dl de vin blanc, 20 g de beurre, 1 échalote hachée et du thym. Glissez dans le four préchauffé à 225 °C. Salez et poivrez les ombles côté peau. Dorez-les au beurre, puis disposez-les dans le plat, et cuisez-les 2 ou 3 min en arrosant souvent. Partagez les asperges en deux verticalement et réchauffez-les, avec les morilles, à la poêle, dans un peu de beurre. Ajoutez au sabayon le jus de cuisson des ombles. Nappez le fond des assiettes de sabayon au cerfeuil, posez les paquets de poisson au centre et répartissez en étoile les asperges et les morilles. Décorez de pluches fraîches de cerfeuil. »

OMBRE Poisson d'eau douce, de la famille des salmonidés, voisin de la truite, dont il se distingue par sa petite bouche et sa nageoire dorsale. Long de 40 à 50 cm, pesant jusqu'à 1,2 kg, il est savoureux et se cuisine comme la truite.

OMBRINE Poisson de mer de la famille des sciénidés, commun en Méditerranée et dans le golfe de Gascogne. Mesurant jusqu'à 1 m, l'ombrine est argentée, avec des rayures dorées ou gris-bleu sur le dos et une ligne latérale marquée ; sa mâchoire inférieure porte un court barbillon. Sa chair est aussi fine (sinon plus) que celle du bar, dont elle connaît tous les apprêts.

OMELETTE Apprêt sucré ou salé, fait d'œufs entiers, battus et cuits sans coloration à la poêle, et servi nature ou diversement garni. La réussite d'une omelette dépend de la qualité de la poêle, de la quantité et de la répartition du beurre, ainsi que de la cuisson.

Diverses garnitures peuvent être incorporées ou ajoutées lors du dressage. Servie plate ou roulée, l'omelette constitue, selon qu'elle est salée ou sucrée, un plat d'entrée ou un dessert d'entremets, le plus souvent chaud, voire brûlant. Enfin, elle garnit des potages.

– L'omelette salée à garniture incorporée renferme des éléments qui ont été mélangés avec les œufs battus avant cuisson.
– L'omelette salée fourrée est garnie d'éléments chauds après cuisson, puis roulée sur elle-même dans le plat de service.
– L'omelette salée garnie comporte, en plus du fourrage intérieur, une petite proportion de garniture disposée sur le dessus ou dans une fente longitudinale ; la plupart des omelettes garnies sont entourées d'un cordon de sauce.
– L'omelette salée plate se prépare comme l'omelette classique, mais avec moins d'œufs ; elle cuit plus longtemps et est retournée à mi-cuisson ; on obtient une sorte de crêpe épaisse, parfois servie froide, qui s'agrémente des mêmes garnitures que l'omelette classique.
– L'omelette sucrée d'entremets est généralement fourrée à la confiture ou aux fruits pochés parfumés à la liqueur, sucrée et glacée au four, parfois flambée.
– L'omelette soufflée, plutôt qu'une véritable omelette, est une sorte de soufflé cuit dans un plat long, et non dans une timbale à bord haut ; elle est diversement aromatisée, à la liqueur, aux fruits, au café, etc.
– L'omelette norvégienne (voir ce mot) est un entremets glacé à l'intérieur et brûlant à l'extérieur.

OMELETTES SALÉES

omelette nature : cuisson
Battre 8 œufs à la fourchette, mais sans excès ; ajouter du sel fin et, éventuellement, du poivre fraîchement moulu. Chauffer dans une poêle parfaitement propre, de préférence à revêtement antiadhésif, de 25 à 30 g de beurre. Verser les œufs dans la poêle et mettre sur feu vif. Mélanger avec une spatule de bois. Ramener les œufs du bord vers le centre quand ils commencent à prendre. Lorsque l'omelette est cuite, la faire glisser dans le plat de service chauffé, en la repliant en trois pour la rouler. Passer à sa surface un morceau de beurre pour la rendre brillante. On peut ajouter aux œufs battus 2 ou 3 cuillerées à soupe de lait ou 1 cuillerée de crème liquide.

omelette brayaude
Couper en dés des pommes de terre crues et du jambon cru d'Auvergne. Dorer au beurre, dans une poêle, les dés de jambon, les égoutter ; faire bien rissoler les pommes de terre. Remettre le jambon, puis verser les œufs battus en omelette et assaisonner de sel et de poivre. Cuire l'omelette sur une face, puis sur l'autre. Parsemer de tout petits dés de tomme fraîche et arroser de crème fraîche.

omelette Diane
Faire une omelette avec 8 œufs et 200 g de champignons émincés, sautés, salés et poivrés. La fourrer, au moment de la rouler, d'un salpicon de perdreau (ou d'un autre gibier à plume) et de truffe, lié de velouté réduit au fumet de gibier. Garnir le dessus de l'omelette de lames de truffe chauffées au beurre. Entourer d'un cordon de demi-glace au fumet de gibier.

omelette Du Barry
Cuire à la vapeur de petits bouquets de chou-fleur, en les gardant un peu fermes. Les dorer au beurre dans une poêle. Verser dessus les œufs battus avec du sel, du poivre et du cerfeuil haché. Cuire en grosse crêpe.

RECETTE D'ANDRÉ DAGUIN

omelette au foie gras
« Détaillez 200 g de foie gras d'oie mi-cuit en cubes de 0,5 cm de côté. Mettez-les dans une assiette creuse frottée d'ail, puis parsemez de poivre fraîchement écrasé et remuez pour que le poivre adhère au foie. Battez séparément, mais légèrement, les blancs et les jaunes de 9 œufs, en insistant un peu plus pour les blancs. Chauffez du beurre dans la poêle, versez-y les œufs et agitez la poêle par petites secousses. Salez. Quand les œufs commencent à prendre, garnissez-les de cubes de foie gras, puis rabattez et faites dorer l'omelette des deux côtés. Versez dans un plat chaud légèrement beurré. »

omelette garnie aux fines herbes
Couper grossièrement avec des ciseaux du persil, du cerfeuil, de l'estragon et de la ciboulette, pour en avoir 3 cuillerées à soupe. Les mélanger à 8 œufs battus et cuire l'omelette.

omelette mousseline
Battre 6 jaunes d'œuf avec 2 cuillerées à soupe de crème, saler et poivrer. Ajouter les 6 blancs montés en neige très ferme. Mélanger délicatement. Cuire cette préparation en grosse crêpe.

omelette plate à la lorraine
Couper en lardons plats 150 g de lard de poitrine fumée et les dorer au beurre. Tailler en copeaux 60 g de gruyère. Hacher de la ciboulette pour en obtenir 1 cuillerée à soupe. Battre 6 œufs avec tous ces éléments et poivrer. Chauffer 15 g de beurre dans la poêle, y verser l'appareil et cuire sur une face, puis retourner pour cuire l'autre face.

OMELETTES SUCRÉES

omelette flambée
Battre les œufs avec du sucre et une petite pincée de sel, puis faire cuire l'omelette au beurre en la gardant très moelleuse. La poudrer de sucre, l'arroser de rhum chauffé et enflammer au moment de servir. (On peut remplacer le rhum par de l'armagnac, du calvados, du cognac, du whisky ou un alcool de fruit.)

omelette reine Pédauque
Battre 8 œufs avec 1 grosse cuillerée à soupe de sucre fin, 1 cuillerée à soupe de poudre d'amande, 1 cuillerée à soupe de crème et 1 pincée de sel. Confectionner 2 omelettes plates. En placer une dans un plat rond allant au four. Mélanger sur feu doux 6 cuillerées à soupe de compote de pomme avec 2 cuillerées

à soupe de crème épaisse et 1 cuillerée à soupe de rhum. Recouvrir l'omelette de cet appareil, poser la seconde omelette dessus, poudrer de sucre glace et faire dorer vivement sous le gril.

omelette soufflée
Mélanger dans une terrine 250 g de sucre semoule et 6 jaunes d'œuf avec 1 sachet de sucre vanillé ou 1 cuillerée à soupe de zeste d'orange ou de citron râpé ; travailler la préparation jusqu'à ce qu'elle blanchisse et fasse le ruban. Incorporer 8 blancs d'œuf battus en neige très ferme avec une pincée de sel. Mettre les trois quarts de cette composition dans un plat long allant au feu, beurré et poudré de sucre fin ; lisser l'omelette avec la lame d'un couteau en lui donnant la forme d'un monticule ovale. Mettre le quart restant dans une poche munie d'une douille ronde unie et décorer d'entrelacs le dessus de l'omelette. Poudrer de sucre fin. Cuire 25 min au four préchauffé à 200 °C. Poudrer de sucre glace et faire glacer sous le gril du four ou la salamandre.

omelette sucrée à la normande
Peler, épépiner et tailler en tranches 3 pommes reinettes ; les cuire avec 50 g de beurre et du sucre semoule. Ajouter 2 dl de crème fraîche épaisse et faire réduire pour rendre le mélange onctueux, puis parfumer avec 2 ou 3 cuillerées à soupe de calvados. Battre 10 œufs avec 1 pincée de sel, du sucre et 2 cuillerées à soupe de crème fraîche. Cuire l'omelette, la fourrer avec la garniture aux pommes et la passer sous le gril ou la quadriller avec une broche chauffée.

OMELETTE NORVÉGIENNE Entremets dont l'originalité réside dans le contraste entre l'intérieur de crème glacée et la couverture brûlante. L'omelette norvégienne est faite d'une abaisse de génoise sur laquelle repose une glace et que recouvre une couche de meringue ordinaire ou à l'italienne. L'entremets est passé dans le four chaud, de façon que la meringue se colore sans que la glace ne fonde. On sert sans attendre, éventuellement flambé. C'est au physicien américain le comte de Rumford (1753-1814) qu'est attribuée la paternité de cet entremets, basé sur le principe de « l'inconductibilité du blanc d'œuf battu ».

omelette norvégienne
Préparer de la glace à la vanille en faisant prendre dans une sorbetière une crème anglaise confectionnée avec 7 ou 8 jaunes d'œuf, 200 g de sucre semoule, 3/4 de litre de crème fraîche et 1 gousse de vanille ou 1 sachet de sucre vanillé. Quand la glace est prise, la tasser dans un moule à cake et la mettre 1 heure dans le congélateur. Confectionner un biscuit en travaillant au fouet 125 g de sucre semoule avec 4 jaunes d'œuf et en y ajoutant, quand le mélange a blanchi, 125 g de farine tamisée, en pluie, puis 40 g de beurre fondu et 4 blancs d'œuf battus en neige très ferme avec 1 pincée de sel. Verser la pâte dans un moule à cake beurré et cuire 35 min au four préchauffé à 200 °C. Démouler et laisser refroidir. Pousser la température du four à 250 °C. Préparer une meringue en fouettant 4 blancs d'œuf avec 1 petite pincée de sel et 75 g de sucre en poudre ; la mettre dans une grande poche à douille. Couper le biscuit en deux dans l'épaisseur et dresser les 2 morceaux bien rapprochés côte à côte dans un plat allant au four, en taillant les extrémités pour leur donner une forme ovale. Arroser ce biscuit avec 1/3 de verre de sirop, additionné de 1 petit verre à liqueur de Grand Marnier ou de Cointreau. Démouler la glace et la répartir en deux moitiés posées sur le fond de biscuit. Masquer entièrement glace et biscuit avec la moitié de la meringue, lisser avec une spatule métallique ; utiliser le reste de la meringue pour décorer le dessus d'entrelacs. Poudrer de sucre glace. Mettre le plat dans le four chaud pour dorer la meringue, et servir aussitôt.

OMELETTE SURPRISE Entremets réalisé sur le principe de l'omelette norvégienne : biscuit imbibé, glace, puis meringage. Le socle est arrosé de liqueur, recouvert d'une pâte à bombe, d'une glace aux fruits ou d'un appareil à parfait – avec parfois fruits confits, violettes pralinées, etc. –, puis masqué de blancs d'œuf battus en neige et glacé au four. L'omelette surprise est entourée de fruits pochés, de cerises à l'eau-de-vie, etc.

On appelle également « omelette surprise » une omelette soufflée fourrée de glace, sans socle de biscuit.

ONGLET Morceau de bœuf situé à la limite des cavités thoracique et abdominale (voir planche de la découpe du bœuf pages 128 et 129). L'onglet est constitué par deux petits muscles séparés par une épaisseur de tissu conjonctif. Il pèse 1,5 kg environ pour un bœuf fournissant une carcasse de 380 kg. C'est un morceau à fibres longues qu'il faut éplucher avec soin ; il donne une viande tendre et sapide s'il est suffisamment rassis. Il est aujourd'hui très recherché. Grillé ou poêlé, il doit être mangé saignant, sinon il devient dur.

ONO (MASAKICHI) Cuisinier japonais. Il est, à 75 ans, le doyen des chefs japonais pratiquant dans son pays la cuisine française. Fils d'un restaurateur de Yokohama, il est très tôt au contact de la gastronomie occidentale et, tout en apprenant les règles strictes de la tradition nipponne, il devient un disciple d'Escoffier. Après avoir travaillé en cuisine, il prend la direction de l'hôtel *Okura*, où il a aujourd'hui son restaurant, *La Belle Époque*.

OPÉRA Nom d'une garniture pour noisettes d'agneau et tournedos sautés, composée de foies de volaille sautés au madère, dressés en tartelette ou en croustade, et de bottillons de pointes d'asperge. La sauce est un déglaçage au madère et à la demi-glace. On retrouve les asperges et les foies de volaille sautés en garniture des œufs sur le plat Opéra, entourés d'un cordon de fond de veau réduit et beurré.

La charlotte Opéra est formée en moule avec des « Sugar Wafers Palmer's », garnis de moscovite à la vanille additionnée de purée de marron glacé et de salpicon de fruits confits macérés au marasquin.

La crème renversée Opéra se prépare à base de crème pralinée dont le centre est garni de crème Chantilly parfumée aux violettes pralinées ; la bordure est ornée d'une couronne de fraises macérées au kirsch et recouverte d'un voile de sucre filé. La crème froide Opéra est une crème caramel moulée dont le centre est garni d'une crème Caprice ornée sur l'extérieur de grosses fraises macérées au kirsch.

OPÉRA (GÂTEAU) Gâteau composé d'un biscuit Joconde imbibé d'un sirop de café fort et garni de crème au beurre au café et de crème ganache au chocolat. L'opéra, en gâteau individuel ou plus grand, est toujours rectangulaire et épais de 3 cm. Le dessus est recouvert d'un glaçage décoré de feuilles d'or, sur lequel est inscrit le mot « Opéra ».

OR Métal précieux dont les emplois en orfèvrerie de table sont limités à des décors et au placage (vermeil). L'or connaît par ailleurs certains emplois alimentaires. Au Moyen Âge, on enveloppait pâtés et oiseaux rôtis dans de minces feuilles d'or. Aujourd'hui encore, on décore des chocolats d'un mince éclat d'une très fine feuille d'or (palets d'or) ; de minuscules parcelles d'or se trouvent en suspension dans la liqueur de Dantzig, qui parfume notamment le soufflé Rothschild. Par ailleurs, l'or est un additif (E 175) autorisé pour la coloration en surface des confiseries, décors de pâtisserie, pastillages, sucreries et, en charcuterie, pour celle des boyaux, vessies et autres enveloppes.

ORANAIS Viennoiserie en pâte feuilletée composée de deux oreillons d'abricot et de crème pâtissière. Les oreillons sont disposés aux deux angles opposés d'un carré de pâte, sur un lit de crème. Les deux autres angles sont rabattus vers le centre avant cuisson pour donner à l'oranais sa forme hexagonale.

ORANGE Fruit de l'oranger, arbre du groupe des agrumes, rond à peau orange, parfois veinée de rouge, dont la pulpe acidulée, orangée ou rouge foncé, est divisée en quartiers, contenant ou non des pépins.

Caractéristiques des différentes variétés d'oranges*

variétés	provenance	époque	description	saveur
blondes				
blondes fines				
salustiana	Espagne, Maroc	déc.-mars	ronde à aplatie, peau fine	très juteuse
shamouti	Israël	janv.-mars	grosse, ovale, peau rugueuse	parfumée, assez juteuse
valencialate	Israël	mars-juin	ronde, peau lisse, colorée, pulpe blonde	juteuse, acidulée
	Espagne, Maroc	avr.-juill.		
	Uruguay, Argentine, Afrique du Sud	juill.-oct.		
blondes navels				
navelina	Espagne, Maroc	nov.-janv.	grosse, peau rugueuse ou fine	juteuse, sucrée
	Afrique du Sud	mai-juill.		
navelate	Espagne, Maroc	mars-juin	moyenne, peau rugueuse	juteuse, sucrée
	Amérique du Sud, Afrique du Sud	juill.-oct.		
washington navel	Espagne, Maroc	déc.-avr.	grosse, croquante, ombilic très marqué	assez juteuse, agréable
	Uruguay, Argentine, Afrique du Sud	juin-sept.		
sanguines				
double fine	Espagne, Maroc, Italie	févr.-mai	grosse, peau mince, rouge vif	juteuse
maltaise	Tunisie	déc.-fin avr.	sphérique, un peu ovale, peau rouge, pulpe rouge ou marbrée de rouge violacé	très juteuse, acidulée
moro	Italie	déc.-mai	moyenne, ronde un peu ovale, peau rugueuse	très juteuse
tarocco	Italie	déc.-mai	assez grosse, piriforme, peau lisse	charnue, assez juteuse

* *Source Aprifel et INRA CIRAD Corse*

Oranges et mandarines

valencia

shamouti

salustiana

maltaise

naveline

navelate

moro

ortanique

fortuna

ellendale

palazelli

nova

Originaire de Chine, cet agrume était vraisemblablement connu des Anciens ; les mythiques « pommes d'or » du jardin des Hespérides étaient, semble-t-il, des oranges, mais des oranges amères, ou bigarades, que le héros Hercule dut aller cueillir au cours de ses douze travaux.

Les oranges douces furent introduites en Europe au XVe siècle par les marchands génois ou portugais revenant des pays arabes.

Pendant des siècles, l'orange (voir tableau page 735) est restée un fruit très rare, que l'on faisait surtout confire ou qui décorait les tables. Offerte en cadeau, apportée à un malade, elle était synonyme de délicatesse et de luxe.

Aujourd'hui, elle est devenue le deuxième fruit le plus consommé en France, derrière la pomme. Peu énergétique (44 Kcal pour 100 g), l'orange est très riche en vitamines, surtout en vitamine C. À l'achat, elle doit être brillante et lourde.

Peu fragile, elle se conserve plusieurs jours à la température ambiante. Les produits chimiques de traitement doivent être mentionnés. Ils ne pénètrent pas dans la pulpe, mais ne s'éliminent pas au lavage : il faut donc acheter des oranges non traitées quand on veut utiliser le zeste ou l'écorce.

■ **Emplois.** Fruit de dessert, l'orange est largement utilisée en pâtisserie et en confiserie : beignets, biscuits et gimblettes, confitures et marmelades, crèmes d'entremets, fruits givrés, génoises fourrées (dont le type est l'orangine), glaces et sorbets, mousses, salades de fruits, soufflés. L'écorce confite intervient également dans de nombreux entremets et gâteaux, comme ingrédient ou comme décor.

La gamme des boissons est tout aussi variée : jus et orangeades, liqueurs et vins de fruits, punchs, sirops, sodas.

En cuisine, l'orange entre dans la composition de mets que connaissait déjà la cuisine ancienne, mais on utilisait alors des variétés amères. Canard, foie et jarret de veau, langue de mouton, omelette, perdreau, salades, sole et truite s'accommodent avec des oranges.

asperges en buisson au beurre d'orange → ASPERGE
biscuit mousseline à l'orange → BISCUIT
confiture d'orange → CONFITURE

écorces d'orange confites

Choisir des oranges à écorce épaisse. Les peler et retirer la partie blanche amère qui se trouve sous le zeste ; ne conserver que celui-ci et le couper en lamelles. Verser dans une bassine 1/4 de litre d'eau, 125 g de sucre et 1 dl de sirop de grenadine pour chaque orange. Porter à ébullition. Ajouter les zestes, couvrir à moitié, puis faire réduire le sirop des trois quarts, à petits bouillons. Laisser les zestes refroidir complètement dans le sirop, puis les égoutter. Poudrer largement le plan de travail de sucre glace, y déposer les écorces, les rouler dedans et les faire sécher sur une grille.

entremets à l'orange

Confectionner une génoise de 24 cm de diamètre avec 4 œufs, 125 g de sucre semoule et 125 g de farine, et la réserver sur grille. Préparer un sirop avec 30 cl d'eau et 200 g de sucre. Laver, couper en deux et émincer en tranches régulières 2 belles oranges maltaises. Les confire quelques minutes dans le sirop, les égoutter et les réserver. Lever les zestes de 2 oranges maltaises, les blanchir deux fois et les confire 10 min dans le sirop. Partager en 3 parties le sirop restant : en détendre une avec 5 cl de liqueur d'orange pour imbiber la génoise ; détendre la deuxième avec un peu de jus d'orange et lui ajouter 100 g de gelée d'orange pour obtenir la sauce d'accompagnement ; la passer au chinois fin ; détendre la troisième avec 100 g de gelée d'orange et un peu de jus d'orange, et ajouter 1 feuille de gélatine fondue pour réaliser le glaçage final. Faire une crème pâtissière avec 50 cl de lait aromatisé avec 1/2 gousse de vanille, 4 jaunes d'œuf, 100 g de sucre semoule et 60 g de farine. La coller avec 2 feuilles de gélatine fondues et la faire refroidir rapidement. La lisser au fouet ; lui ajouter 5 cl de liqueur d'orange, 150 g de zestes confits détaillés en petits dés puis, très délicatement, 30 cl de crème fouettée pas trop ferme. Séparer la génoise en 3 épaisseurs. Appliquer contre les parois d'un cercle à entremets de 24 cm de diamètre, posé sur un carton glacé un peu plus grand, les demi-lamelles d'orange confite, en les faisant chevaucher légèrement. Placer au fond du cercle un disque de génoise. L'imbiber avec le sirop et le garnir avec la moitié de la crème. Placer le deuxième disque, l'imbiber et le garnir avec le reste de la crème. Poser le dernier disque, côté doré sur le dessus, l'aplatir légèrement et l'imbiber avec le reste de sirop. Mettre quelques heures au réfrigérateur. Lustrer l'entremets avec la gelée et faire prendre de nouveau au froid. Le décercler délicatement, répartir tout autour un fin cordon de sauce et décorer avec des zestes confits et quelques feuilles de menthe. (Voir photographie page 738.)

faisan en filets au jus d'orange → FAISAN
filets de canard rouennais glacés à l'orange, canard à l'orange Lasserre → CANARD
gimblettes à l'orange → GIMBLETTE
homard sauté à l'orange → HOMARD
marmelade d'orange → MARMELADE

oranges givrées

Choisir des oranges très saines, à écorce bien épaisse ; les décalotter du côté du pédoncule. Avec une cuillère à bord tranchant, retirer toute la pulpe, en veillant à ne pas percer l'écorce ; avec une petite douille lisse, retirer le pédoncule de la calotte. Placer écorces et calottes dans le congélateur. Avec la pulpe, confectionner un sorbet à l'orange. Quand il est complètement pris, en garnir les écorces en finissant par un petit monticule Replacer les calottes perforées pardessus et glisser dans le petit trou un morceau d'angélique confite taillé en losange allongé pour figurer une feuille. Remettre dans le congélateur jusqu'au moment de servir.



orangine
Préparer une génoise avec 150 g de sucre semoule, 6 œufs, 150 g de farine, 60 g de beurre et 1 pincée de sel ; la cuire et la laisser refroidir complètement. Confectionner 2,5 dl de crème pâtissière aromatisée au curaçao, y incorporer 2,5 dl de crème fraîche fouettée en chantilly avec 1 sachet de sucre vanillé et 30 g de sucre semoule. Mettre au réfrigérateur. Trancher la génoise en trois abaisses égales. Les imbiber de 2 cuillerées à soupe de sirop aromatisé au curaçao, puis masquer deux des abaisses de crème pâtissière et reconstituer le gâteau. Glacer le dessus et le tour avec du fondant aromatisé au curaçao. Décorer de morceaux d'écorce d'orange confite et d'angélique.

petites galettes orangines → GALETTE

quartiers d'orange glacés
Choisir de grosses oranges, les peler et retirer soigneusement tous les filaments blancs, sans entamer la pellicule qui entoure les quartiers. Séparer ceux-ci et les faire sécher quelques minutes à l'entrée du four. Préparer un sirop cuit au « grand cassé ». Saupoudrer le plan de travail de sucre glace. Piquer les quartiers d'orange séchés avec une aiguille, les plonger dans le sirop et les déposer sur le sucre glace. Quand ils ont complètement refroidi, les mettre dans des caissettes de papier.

salade de carotte à l'orange → SALADE
salade d'oranges maltaises aux zestes confits → SALADE DE FRUITS
sirop d'orange → SIROP
sole à l'orange → SOLE
sucre d'orange → SUCRE

ORANGEADE Boisson rafraîchissante à base de jus d'orange et de sucre, allongée d'eau plate ou gazeuse, éventuellement additionnée d'un peu de jus de citron ou d'un trait de curaçao ou de rhum. L'orangeade est toujours servie très fraîche, avec des glaçons.

ORANGEAT Petit-four en forme de palet plat, fait de pâte d'amande mélangée avec de l'écorce d'orange confite hachée, glacé au fondant blanc et décoré d'écorce d'orange.

L'orangeat perlé est un bonbon fait d'une lamelle d'écorce d'orange confite, séchée, puis recouverte de plusieurs couches de sucre cuit au perlé. On prépare de la même façon l'écorce de citron (citronnat perlé).

OREILLE Abat de boucherie (essentiellement de porc), utilisé en cuisine (voir tableau des abats page 10). Autrefois, les oreilles étaient souvent grillées, sautées ou farcies à la Sainte-Menehould. Aujourd'hui, elles sont encore incorporées à diverses préparations de charcuterie : museau, hure ou fromage de tête.

◄
Entremets à l'orange
Recette voir page 737.

oreilles de porc bouillies
Flamber 4 oreilles bien nettoyées intérieurement ; les mettre à cuire dans de l'eau additionnée de 9 g de sel par litre, avec 2 carottes, 1 oignon piqué de 2 clous de girofle et 1 bouquet garni. Cuire 50 min à petite ébullition. Égoutter les oreilles. On peut alors les accommoder en fritot (détaillées et passées dans une pâte à frire), grillées (panées au beurre et à la mie de pain fraîche) et servies avec une sauce à la moutarde ou au raifort et une purée de pomme de terre ou de céleri-rave, à la lyonnaise (détaillées en grosse julienne et sautées au beurre avec de l'oignon émincé), froides à la vinaigrette, en gratin à la sauce blanche ou Mornay.

oreilles de porc braisées
Flamber et nettoyer intérieurement 4 oreilles de porc. Les blanchir 5 min, les égoutter et les partager chacune en deux dans la longueur. Beurrer une cocotte, la foncer de couennes de lard, ajouter 1 oignon et 1 carotte émincés et y disposer les moitiés d'oreilles bien à plat, en mettant 1 bouquet garni au milieu. Commencer la cuisson à couvert, puis mouiller de 2 dl de vin blanc et faire réduire complètement. Ajouter 4 dl de jus de veau lié ou de bouillon et cuire à couvert 50 min dans le four préchauffé à 180 °C. Égoutter les oreilles et les dresser dans un plat de service. Les garnir de cœurs de céleri braisés ou de chou-fleur à l'étuvée. Les arroser du fond de braisage réduit et passé.

oreilles de porc au gratin
Faire braiser des oreilles entières, les égoutter et les partager en deux dans le sens de la longueur. Les ranger dans un plat beurré allant au four. Les entourer de champignons escalopés. Les napper d'une duxelles allongée du fond de braisage des oreilles. Poudrer de chapelure, arroser de beurre clarifié et faire gratiner doucement au four préchauffé à 220 °C. Servir avec du persil ciselé et quelques gouttes de jus de citron.

oreilles de veau braisées à la mirepoix
Faire blanchir pendant 8 min 4 oreilles de veau bien nettoyées intérieurement. Les rafraîchir, les égoutter, les parer, les éponger. Les mettre dans une cocotte en les recouvrant de 2 dl de mirepoix de légumes ; ajouter un bouquet garni, du sel, du poivre et 1 dl de vin blanc. Faire réduire complètement sur feu vif, puis mouiller avec 3 dl de jus brun de veau et cuire 1 h 30, à couvert, au four préchauffé à 180 °C. Égoutter les oreilles ; retirer la peau qui recouvre l'intérieur et l'extérieur de la partie mince ; rabattre cette partie et la ciseler. Disposer les oreilles dans un plat rond, en les dressant éventuellement sur des croûtons de pain de mie rond, frits au beurre ; les napper de leur fond de braisage dégraissé.

RECETTE D'ALAIN CHAPEL

oreilles de veau farcies du Bugey
« Blanchir, rafraîchir, puis laver soigneusement une oreille de veau par convive. Frotter les oreilles de citron et les coudre en leur donnant la forme d'un cornet. Les mettre dans une cocotte avec 1,5 litre

de bouillon de bœuf corsé, 1 litre de vin blanc sec, les aromates et les légumes du pot-au-feu. Saler et poivrer fortement ; faire cuire doucement pendant 2 h 30 environ. Égoutter les oreilles et les laisser en attente, couvertes d'un linge humide. Couper en dés 1 ris de veau braisé à blanc, 1 aile de volaille rôtie et 1 truffe fraîche. Poêler au beurre 100 g de champignons sauvages grossièrement hachés. Saler et poivrer. À mi-cuisson, ajouter la truffe, le ris de veau et la chair de volaille ; faire cuire doucement. Ajouter 2 dl de crème fraîche, puis, hors du feu, 2 jaunes d'œuf. Bien mélanger et laisser refroidir cet appareil, puis en emplir les oreilles. Les paner à l'anglaise deux fois de suite (farine, œuf battu et chapelure). Poêler alors les oreilles farcies au beurre blond, les égoutter et les servir, dressées dans le plat avec du persil frit. »

oreilles de veau grillées à la diable

Braiser des oreilles de veau avec une mirepoix. Les égoutter, les diviser en deux dans la longueur et les laisser refroidir sous presse. Les enduire largement de moutarde et les arroser de beurre fondu, puis les rouler dans de la chapelure blanche et les faire griller doucement. Les servir avec une sauce diable.

salade d'oreilles de cochon confites → SALADE

OREILLER DE LA BELLE AURORE Pâté en croûte carré, dédié à la mère du gastronome Anthelme Brillat-Savarin (1755-1826), Claudine-Aurore Récamier. L'oreiller de la Belle Aurore est fait de deux farces (l'une de veau et de porc, l'autre de foie de poulet, de perdreau, de champignons et de truffes), auxquelles sont ajoutés des filets de noix de veau marinés, des aiguillettes de perdreau rouge et de canard, un râble de lièvre, des blancs de poulet et des ris de veau blanchis.

OREILLETTES Beignets de pâte languedociens, traditionnels à l'époque du carnaval. Les oreillettes sont faites avec une pâte sucrée, découpée en rectangles allongés, fendus en leur milieu (on passe parfois une extrémité du rectangle de pâte dans l'entaille pratiquée pour obtenir une sorte de nœud), puis frits à l'huile. Celles de Montpellier, parfumées au rhum et au zeste d'orange ou de citron, sont réputées.

oreillettes de Montpellier

Disposer en fontaine 1 kg de farine. Incorporer peu à peu, en les versant au centre, 300 g de beurre fondu, 5 œufs, 2 cuillerées à soupe de sucre semoule, quelques cuillerées de rhum, 1 petit verre de lait et le zeste finement râpé de 2 oranges. Bien pétrir pour obtenir une pâte homogène. Travailler celle-ci pour la rendre élastique, puis la rouler en boule et la laisser reposer 2 heures. L'abaisser ensuite sur 2 mm d'épaisseur environ et la découper en rectangles de 5 × 8 cm avec une roulette à pâtisserie. Entailler l'intérieur de chaque rectangle de deux coups de roulette. Jeter les morceaux de pâte dans de l'huile à 175 °C : les oreillettes gonflent aussitôt et dorent rapidement. Les égoutter, les éponger sur du papier absorbant et les poudrer de sucre glace. Les dresser dans une corbeille garnie d'une serviette blanche.

ORGANOLEPTIQUE Se dit d'une impression que l'on acquiert directement par les organes des sens et qui détermine l'appétence ou le dégoût pour l'aliment. Les qualités organoleptiques d'un aliment (ou d'une boisson), permettent de le définir par sa flaveur (odeur, arômes, saveur), son odeur, sa couleur, son aspect, sa texture (consistance au toucher, à la mastication), etc.

ORGE Céréale cultivée depuis fort longtemps, mais difficilement panifiable, car pauvre en gluten (voir tableau des céréales page 229). Aujourd'hui, l'orge reste, comme elle le fut jadis, la matière première de la fabrication du malt et de la bière. En cuisine, on utilise l'orge « perlé », orge dont les grains ont été mondés et réduits à l'état de petites perles rondes par un passage entre deux meules. Il sert à faire des potages et des bouillies, et s'emploie aussi comme garniture de ragoût ou de soupe (queue de bœuf ou scotch broth anglais).

crème d'orge → CRÈME-POTAGE

RECETTE D'ALAIN SOLIVÉRÈS

orge perlé du pays de Sault

« Faire suer dans 1 dl d'huile d'olive 3 échalotes ciselées et la moelle d'un os de bœuf taillée en petits dés. Incorporer 240 g d'orge perlé. Bien mélanger. Verser 2 dl de vin blanc, réduire à sec et cuire 12 min en mouillant progressivement de 1,5 litre de bouillon de poule. Ajouter 1 cébette ciselée, 20 g de truffe écrasée et 40 g de parmesan fraîchement râpé. Au dernier moment, incorporer hors du feu 1 cuillerée à soupe de crème fouettée. Assaisonner de sel fin de Guérande et de poivre du moulin. On peut ajouter à ce risotto des abattis, des cèpes, des écrevisses, des grenouilles, des seiches… »

ORGEAT Sirop à base de sucre et de lait d'amande, parfumé à la fleur d'oranger, que l'on sert comme rafraîchissement, allongé d'eau. À l'origine, il s'agissait d'une décoction d'orge, d'où son nom.

ORGIE Festin où l'on mange et où l'on boit avec excès, dans la débauche. Ce sens moderne du mot « orgie » (qui appartient au domaine littéraire) a perdu sa dimension religieuse. Chez les Grecs et chez les Romains, les orgies étaient en effet des fêtes en l'honneur du dieu de la Vigne, Dionysos chez les Grecs, Bacchus chez les Romains : les adeptes, comme possédés par le dieu, exaltés par le vin, la danse et la musique, perdaient toute contenance.

ORIENTALE (À L') Se dit de divers apprêts inspirés de la cuisine turque ou balkanique, dans lesquels on retrouve nombre d'ingrédients et d'épices méditerranéens (aubergines, oignons, poivrons, riz, safran, tomates, etc.). La garniture orientale pour grosses et petites pièces de boucherie comprend des petites tomates farcies de riz pilaf, parfois safrané, des gombos étuvés au beurre, des poivrons pelés et étuvés, avec une demi-glace tomatée comme sauce.

▶ Recette : RIZ.

ORIGNAL Élan d'Amérique, de la famille des cervidés. Cet animal robuste, très prolifique, est, avec le cerf, le gibier le plus chassé au Canada, et, bien que sa chair ne soit pas commercialisée, on la trouve souvent sur les tables familiales en automne. Sa viande se cuisine comme celle du cerf ; on l'accompagne d'une sauce corsée et d'une compote de baies sauvages.

ORLÉANAISE (À L') Se dit de grosses pièces de boucherie garnies de chicorée braisée liée aux œufs et de pommes maître d'hôtel, servies à part.

ORLÉANS Nom de divers apprêts d'œufs (pochés, mollets ou sur le plat) dressés en tartelette et garnis soit d'un salpicon de moelle et de truffe lié de sauce madère, soit de petits dés de blanc de volaille à la sauce tomate. L'appellation s'applique aussi à des filets de sole roulés et masqués de farce de merlan, garnis d'un salpicon de crevettes et de champignons, puis nappés de sauce crevette et ornés d'une lame de truffe.

ORLOFF Nom d'un apprêt traditionnel de la selle de veau braisée, tranchée, fourrée de purée de champignons et d'oignons, avec des lames de truffe, puis reconstituée, nappée de sauce Maintenon, poudrée de parmesan et glacée au four. Ce plat fut sans doute mis au point par Urbain Dubois, qui, dans la première moitié du XIXe siècle, resta au service du prince Orloff pendant plus de vingt ans.

La garniture Orloff pour grosses pièces de boucherie comprend du céleri braisé (ou des darioles foncées de branches de céleri braisé et garnies de purée de céleri mousseline), des tomates, des pommes château et des laitues braisées.

▶ Recette : VEAU.

ORLY Nom d'un apprêt de poisson frit. Les poissons, de mer ou de rivière, filetés à cru ou entiers suivant leur taille, sont trempés dans une pâte à frire ou panés à l'anglaise, puis frits, égouttés et servis avec de la sauce tomate. Cet apprêt s'applique aussi à de petites pièces frites de viande ou de volaille.

RECETTE DE PLUMEREY

Orly de filets de saumon sauce tomate

« Parez quatorze filets de saumon (...). Mettez-les dans une terrine avec sel, mignonnette, un peu de muscade râpée, deux échalotes émincées, persil en branches, le jus de deux citrons, un demi-verre d'huile d'olive, un peu de thym et de laurier ; ayez soin de remuer souvent les filets dans cet assaisonnement et d'égoutter l'eau qu'ils pourraient rendre. Une heure avant le service, égouttez-les sur un linge blanc ; retirez tous les ingrédients qui ont servi à leur donner goût, sans excepter la mignonnette ; mettez dessus une poignée de farine, remuez-les pour bien les sécher, reformez-les avec la lame du couteau, trempez-les dans quatre œufs battus pour les paner et pour les faire frire de belle couleur. Au moment du service, dressez-les en couronne et saucez d'une sauce tomate légère. »

ORMEAU Nom usuel de l'haliotide, gastéropode marin de la famille des haliotidés, dont la coquille ourlée, légèrement creuse et arrondie, évoque la forme d'une oreille, d'où son surnom d'« oreille-de-mer » (voir planche des coquillages page 324). Le bord de la coquille porte une série de trous ; l'intérieur est nacré et l'extérieur brun rougeâtre. L'ormeau mesure de 8 à 12 cm. Tout le muscle est consommable : arraché de la coquille, paré et bien battu pour l'attendrir, il possède une chair blanche et savoureuse, qui se cuit à la cocotte, avec des légumes frais, ou à la poêle, comme une escalope de veau.

Il est apprécié aussi bien sur les côtes de la Manche (« ormiers » de Jersey braisés) que sur celles de la Méditerranée (« oreilles de Saint-Pierre » sautées à l'ail) ; sa pêche est aujourd'hui réglementée ; les professionnels, notamment, doivent obtenir une licence. En Amérique du Nord, on ne le trouve que sur la côte occidentale. C'est l'ormeau du Pacifique qui est le plus apprécié, pour sa chair très tendre.

RECETTE D'OLIVIER ROELLINGER,
LES MAISONS DE BRICOURT, À CANCALE

ormeaux à la cancalaise

« Placer 8 gros ormeaux, ou 12 moyens, vivants, 48 h dans le bas du réfrigérateur, afin de les affaiblir. Les décoquiller tant qu'ils sont froids, les ébarber en gardant les barbillons, les frotter sous l'eau courante pour enlever toute trace noirâtre. Les remettre 24 h au réfrigérateur sur un linge humide. Avant de les cuisiner, les masser délicatement. Dorer les barbillons d'ormeaux bien lavés et séchés dans 100 g de beurre. Ajouter 1 échalote épluchée et ciselée, 1 carotte coupée en rondelles, 3 champignons lavés et émincés, 5 cl de coteaux-du-layon, puis 1 gousse d'ail rôtie au four, les queues de la moitié d'une botte de persil plat et l'équivalent de 2 cuillerées à soupe de nori séché ciselé. Mouiller avec 1 dl de bouillon de volaille. Laisser frémir 1 h, puis passer à travers une passoire fine ; ce fumet d'ormeaux est très parfumé. Blanchir à l'eau bouillante salée 4 belles feuilles de chou nouveau ; les égoutter et réserver. Chauffer 25 cl d'huile

dans une casserole et y frire rapidement les feuilles de 20 petites branches de persil plat. Les ressortir, les égoutter sur du papier absorbant et réserver. Réchauffer le fumet d'ormeaux et le monter avec 50 g de beurre. Dorer 2 min sur chaque face les noix d'ormeau. Réserver 15 min afin que la chair se détende. Déglacer la poêle avec le jus et 2 cl de vinaigre de cidre. Filtrer à travers une passoire fine. Réchauffer les feuilles de chou avec une noix de beurre et un peu d'eau. Disposer une belle coquille chaude sur chaque assiette, avec sur le côté une feuille de chou et, à cheval sur celle-ci, 2 ou 3 ormeaux émincés et reconstitués. Parsemer de persil frais haché, napper du jus d'ormeau et décorer de quelques feuilles de persil frites. »

ORONGE Nom usuel de l'amanite des Césars (**voir** ce mot), considérée comme l'un des meilleurs champignons comestibles depuis l'Antiquité, où les empereurs romains en faisaient, dit-on, grand cas. Mais l'oronge est aussi rare que savoureuse. Son chapeau jaune-orangé et, surtout, ses lames et son pied jaune doré permettent de distinguer l'oronge vraie de la fausse oronge à chapeau rouge parsemé d'écailles blanches, qui est vénéneuse.

▶ **Recette** : POTAGE.

ORPHIE Poisson de mer de la famille des bélonidés, très allongé, prolongé par un bec pointu qui lui a valu le surnom de « bécasse de mer » et, en Bretagne, celui d'« aiguillette ». Bleu verdâtre sur le dos, blanchâtre sur le ventre, l'orphie peut atteindre 80 cm pour 1,5 kg. De goût très fin, surtout au printemps, elle s'apprête comme le congre et se mange également en friture.

ORTIE Plante herbacée, de la famille des urticacées, aux poils urticants, dont on méconnaît généralement la valeur alimentaire et les qualités thérapeutiques.

– Les jeunes feuilles hachées de la petite ortie, dite grièche et annuelle, s'utilisent dans des salades.

– Les feuilles de la grande ortie, commune et vivace, se cuisinent dans des soupes vertes, seules ou mélangées avec de l'oseille, du poireau, du cresson ou du chou, épaissies de fèves ou de pommes de terre. On peut aussi accommoder les deux orties à la façon des épinards. L'ortie est d'ailleurs plus riche en fer que ceux-ci et contient également des vitamines A et C.

ORTOLAN Petit gibier à plume, de la famille des embérizidés, considéré depuis l'Antiquité comme le plus fin et le plus délicat des oiseaux. C'est un migrateur dont le vrai nom est bruant ortolan ; devenu rare, l'ortolan est maintenant officiellement protégé, tant en Europe qu'au Canada, où il niche à la lisière des solitudes glacées de l'Arctique.

Néanmoins, une certaine tolérance existe dans le sud-ouest de la France, notamment dans les Landes : s'il est interdit de servir l'ortolan dans les restaurants, les amateurs continuent à le capturer vivant et à l'engraisser. Sa nourriture (baies, bourgeons, grains de raisin, millet et petits insectes) donne à sa chair saveur et délicatesse. Pesant 30 g lors de sa capture, il quadruple son poids en un mois.

Les ortolans sont le plus souvent rôtis en brochettes ou au four, cuits dans leur propre graisse ; celle-ci se recueille sur des « lèches » de pain, que certains recommandent de tartiner de roquefort. On peut aussi farcir ces petits oiseaux à la purée de foie gras truffée et les cuire sous un boyau naturel.

OS Élément solide de la carcasse d'un animal vertébré. Les os sont constitués de matière minérale, d'osséine, de graisse et d'eau. Plongés dans un liquide porté à ébullition, surtout quand ils sont de veau, ils donnent de la gélatine, indispensable pour le moelleux et la sapidité de certains fonds de cuisson. En règle générale, les os, concassés, parfois colorés au four, puis additionnés d'aromates, servent à préparer des fonds de sauce.

Certains os, de bœuf surtout, contiennent de la moelle. Pour les amateurs d'« os à moelle », on inclura dans le pot-au-feu du jarret avec os. Le jarret de veau, lui, fournit l'osso-buco (« os [à] trou »), mijoté en ragoût.

La côte de bœuf « à l'os » est un morceau à cuire avec son os. Le jambon « cuit à l'os » (façon York) est particulièrement savoureux.

OSEILLE Plante potagère de la famille des polygonacées, originaire d'Asie septentrionale et d'Europe, dont on consomme les feuilles vertes au goût acide (à cause de l'acide oxalique qu'elles contiennent). Peu calorique (25 Kcal pour 100 g), l'oseille est riche en potassium, en magnésium et en vitamine C.

Il en existe trois variétés principales : l'oseille commune, à feuilles très larges, dont le cultivar le plus répandu est l'oseille de Chambourcy ; l'oseille épinard, ou patience, originaire d'Orient, à feuilles planes, minces et lancéolées ; l'oseille vierge, à feuilles oblongues, hastées.

■ **Emplois.** À l'achat, l'oseille doit être brillante et ferme ; elle se conserve quelques jours dans le bas du réfrigérateur. Elle se prépare et s'accommode comme les épinards ; en purée ou en chiffonnade, elle est parfois adoucie avec un roux blond ou de la crème. L'oseille accompagne traditionnellement le poisson (alose, brochet) et le veau (fricandeau, tendron). Elle sert aussi à fourrer des omelettes, à accommoder des œufs en cocotte et à préparer un velouté. Lorsque les feuilles sont jeunes et tendres, on peut les manger en salade.

alose grillée à l'oseille → ALOSE
chiffonnade d'oseille → CHIFFONNADE

conserve d'oseille

Nettoyer et cuire au beurre de l'oseille en chiffonnade, en la faisant dessécher parfaitement. La tasser dans un bocal à large orifice. Lorsqu'elle est bien refroidie, fermer le bocal et le stériliser. On peut aussi verser l'oseille dans des barquettes et les congeler.

escalopes de saumon à l'oseille Troisgros → SAUMON
fricandeau de veau à l'oseille → FRICANDEAU
purée d'oseille → PURÉE
sauce à l'oseille → SAUCE

OSEILLE DE GUINÉE Variété d'hibiscus des tropiques, utilisée comme condiment. Les pétales, au goût acide, aromatisent les sauces de poisson et de viande en Inde et à la Jamaïque, tandis que les fruits rouges servent à préparer des confitures et une infusion rafraîchissante et acidulée, le *karkadé*, populaire en Égypte.

OSMAZÔME Nom donné à la sapidité de la viande par le chimiste français Louis Jacques Thenard (1777-1857), inventeur de l'eau oxygénée.

Anthelme Brillat-Savarin, qui employait beaucoup ce terme désuet, aujourd'hui remplacé par celui d'osmose, disait : « L'osmazôme fait le mérite des bons potages ; c'est lui qui, en se caramélisant, forme le roux des viandes ; c'est par lui que se forme le rissolé des rôtis ; enfin, c'est de lui que sort le fumet de la venaison de gibier. [...] À l'osmazôme succède, par le traitement à l'eau bouillante, ce qu'on entend plus spécialement par matière extractive : ce dernier produit, réuni à l'osmazôme, compose le jus de viande. »

OSSAU-IRATY Fromage AOC pyrénéen de lait de brebis (au moins 50 % de matières grasses), à pâte légèrement pressée et à croûte naturelle, jaune-orangé à grise (voir tableau des fromages français page 496). L'ossau-iraty se présente sous la forme d'une meule à talon droit ou convexe de deux formats : 24,5 à 28 cm de diamètre et 12 à 14 cm d'épaisseur (4 à 7 kg), ou 20 cm de diamètre et 10 à 12 cm d'épaisseur (2 à 3 kg). Il a une saveur prononcée et se déguste en fin de repas, sur canapés et en casse-croûte, ainsi que dans des salades mélangées.

OSSO-BUCO Plat de la cuisine italienne, originaire de Milan, dont le nom signifie « os (à) trou ». Il s'agit d'un ragoût de rouelles de jarret de veau non désossé, braisées au vin blanc, à l'oignon et à la tomate. L'osso-buco est souvent servi avec du riz.

La variante traditionnelle dite *alla gremolata*, préparée sans tomate, est agrémentée d'un hachis d'ail et de zestes de citron.

osso-buco à la milanaise

Hacher 1 oignon, 3 branches de céleri et 1 gousse d'ail. Les dorer dans un fait-tout avec 1 dl d'huile d'olive extravierge et 50 g de beurre mélangés. Dans une poêle, dorer 4 tranches d'osso-buco (prises dans un jarret de veau) de 2 cm d'épaisseur, légèrement farinées, avec 2 cuillerées d'huile. Les sortir et les mettre dans le fait-tout avec 1 feuille de laurier. Mouiller petit à petit de 1 verre de vin blanc sec, faire réduire, puis ajouter 500 g de tomates épluchées, épépinées et concassées. Cuire quelques minutes et couvrir avec 2 litres de bouillon du jour. Mettre 1 h 30 au four préchauffé à 200 °C. Dresser les tranches d'osso-buco sur un plat, napper avec le fond de cuisson déglacé et parfumé d'un hachis composé de 50 g de persil plat et 10 g de romarin. Servir avec un risotto au safran.

OUANANICHE Nom d'origine amérindienne, désignant, au Québec, le saumon atlantique dans sa variété d'eau douce. La ouananiche, plus petite que le saumon, vit uniquement dans le lac Saint-Jean et les rivières avoisinantes. Elle s'apprête de la même façon que le saumon ou la truite.

OUASSOU Écrevisse antillaise qui vit en eau douce (« ouassou » signifie en créole « roi des sources ») et qui s'apprête en friture dans les petits restaurants, mais aussi en ragoût, avec de nombreux légumes.

OUBLIE Petit gâteau plat ou roulé en cornet, très apprécié au Moyen Âge, mais probablement beaucoup plus ancien. Les oublies, qui furent peut-être les premiers gâteaux de l'histoire de la cuisine, sont les ancêtres des gaufres. Faites le plus souvent d'une pâte à gaufres un peu épaisse, elles étaient cuites dans des fers plats et ronds, finement sculptés.

Les oublies étaient fabriquées par les oubloyers (ou oublieux), dont la corporation avait été créée en 1270. Ceux-ci préparaient et vendaient leurs gâteaux en pleine rue, s'installant sur la place du marché les jours de foire, sur le parvis de l'église les jours de fête. Ils emboîtaient souvent ces pâtisseries les unes dans les autres et les vendaient par cinq, ce qui formait une « main d'oublies ».

Au XVIe siècle, la majorité des pâtissiers parisiens étaient établis dans la Cité, rue des Oubloyers ; de jour comme de nuit, les apprentis en partaient, chargés de leurs corbeilles, en criant « Voilà le plaisir, mesdames ! », ce qui valut aux oublies le nom populaire de « plaisirs ». Les derniers marchands d'oublies ambulants ont disparu entre les deux guerres.

oublies à la parisienne

Travailler ensemble, dans une terrine, 250 g de farine tamisée, 150 g de sucre, 2 œufs et un peu d'eau de fleur d'oranger ou de jus de citron. Quand le mélange est bien homogène, ajouter petit à petit 6 ou 7 dl de lait, 65 g de beurre fondu et le zeste râpé de 1 citron. Chauffer le fer à oublies et le graisser régulièrement ; faire couler dessus 1 cuillerée à soupe de pâte et cuire à feu vif, en retournant le fer à mi-cuisson. Détacher l'oublie du fer, la laisser plate ou la rouler en cornet autour d'un cône de bois.

OUIDAD Plat traditionnel de la cuisine maghrébine et plus spécialement marocaine. Le ouidad (ou ouided) se compose de semoule de blé dur, comme le couscous, et de poissons, telles la rascasse et la daurade.

OUILLAGE Opération consistant à maintenir les fûts pleins lors de leur séjour en cave, afin d'éviter le développement de ferments nuisibles dans le vin.

OURSIN Invertébré marin hérissé de piquants et communément appelé « châtaigne de mer » ou « hérisson de mer » (voir planche des crustacés pages 368 et 369). Une carapace sphérique, le test, formée de plaques calcaires, porte des piquants mobiles et enferme l'appareil digestif, l'appareil locomoteur (les « pieds » passent à travers le test) et les glandes génitales. Ces dernières, au nombre de cinq, de couleur jaune ou orangée, constituent la partie comestible (le « corail »).

Il existe de nombreuses espèces d'oursins, mais l'oursin que l'on consomme en Europe est relativement aplati et mesure de 6 à 8 cm (de couleur brun verdâtre ou violette). En France, où l'oursin se ramasse plutôt en Méditerranée, mais aussi en Bretagne, la pêche et la vente sont interdites de mai à septembre.

■ **Emplois.** Un oursin frais a des piquants fermes et un orifice buccal très serré. On l'ouvre (avec des gants), à partir de la partie molle qui entoure la bouche, avec des ciseaux pointus ; on découpe tout autour à mi-hauteur et, après avoir retiré la calotte, on élimine l'appareil digestif. La saveur du corail est très iodée. L'oursin se consomme soit cru, soit en coulis, pilé ou réduit en purée, pour parfumer des sauces, des soufflés, des œufs brouillés, fourrer des omelettes, accommoder des poissons ou des fruits de mer, garnir des croûtes, etc. L'oursinade est une sauce épaisse qui, en Provence, accompagne les poissons à la nage ; c'est aussi une soupe de poissons aux oursins.

▶ **Recettes** : CROSNE, LANGOUSTINE, ŒUF À LA COQUE, SAUCE, SOUPE.

OURTETO Hachis d'épinards, d'oseille, de céleri et de poireau, bouilli et condimenté d'ail écrasé, de sel et de poivre, que l'on mange en Provence sur des tranches de pain de campagne humectées d'huile d'olive.

OUTARDE Oiseau migrateur de la famille des otitidés, devenu très rare, appelé bernache au Canada, qui constituait un gibier recherché, mais qui est aujourd'hui interdit de chasse. La grande outarde est encore parfois observée en Champagne, en hiver, lors de sa migration. La petite outarde, ou canepetière, beaucoup plus petite, est strictement protégée. On cuisinait autrefois cet oiseau de la même façon que l'oie et le canard.

OUZO Boisson traditionnelle grecque, à base d'anis et d'alcool blanc, bue en apéritif et tout au long de la journée, pure ou allongée d'eau.

OXTAIL Potage classique de la cuisine anglaise. C'est un consommé clarifié, à base de queue *(tail)* de bœuf *(ox)*, parfumé traditionnellement aux « herbes à tortue » (souvent remplacées par une braisière classique). L'oxtail (ou oxtail soup) est servi garni de petites boules de légumes, ou d'une brunoise, et de viande de queue de bœuf ; on l'aromatise au xérès, au cognac ou au madère.

▶ **Recette** : POTAGE.

OYONNADE Civet bourbonnais de jeune oie au vin de Saint-Pourçain, lié avec le foie et le sang de l'animal délayés avec de l'eau-de-vie. L'oyonnade était traditionnellement préparée pour la Toussaint et s'accompagnait de rutabagas.

oyonnade

Réserver le sang d'une oie et lui ajouter 2 cuillerées à soupe de vinaigre pour l'empêcher de cailler. Découper la volaille en morceaux et les faire rissoler dans une cocotte, sur feu doux, avec 100 g de lard gras émincé. Ajouter 24 petits oignons entiers et les dorer légèrement ; puis incorporer 2 gousses d'ail écrasées, 1 bouquet garni, 1/2 litre de vin rouge et 1/4 de litre d'eau chaude ; saler et poivrer. Couvrir, commencer la cuisson sur le feu, puis mettre 2 heures au four préchauffé à 200 °C. Passer le foie à la moulinette ; y ajouter le sang additionné de vinaigre, 1,5 à 2 dl de crème épaisse et 1 verre à liqueur d'eau-de-vie ou de cognac. Égoutter les morceaux d'oie et les tenir au chaud dans un plat de service creux. Verser la liaison dans la cocotte, fouetter avec la cuisson, réchauffer sans laisser bouillir et verser la sauce sur les morceaux d'oie. Garnir le plat de croûtons frits à la graisse d'oie.

OZANNE (ACHILLE) Cuisinier français (La Chapelle-la-Reine 1846 - Fontainebleau 1896). Chef de cuisine du roi de Grèce, il publia des *Poésies gourmandes*.

P

PACHERENC-DU-VIC-BILH Vin AOC blanc du sud-ouest de la France produit dans la vallée de l'Adour. Le pacherenc-du-vic-bilh est sec, parfumé ou moelleux. Les vignes qui le produisent sont taillées hautes et liées à des piquets alignés, d'où son nom (« piquets en rang », en patois) [**voir** SUD-OUEST].

▶ **Recette** : FOIE GRAS.

PAELLA Plat célèbre de la cuisine espagnole, fait de riz garni d'ingrédients variés (légumes, volaille, crustacés, mollusques, etc.). Son nom vient du récipient dans lequel on le prépare, une grande poêle épaisse et profonde, sans manche et à deux poignées, la *paella.*

La paella est originaire de la région de Valence. Ses trois éléments de base sont le riz, le safran et l'huile d'olive. La garniture, qui cuit dans le riz, au bouillon, s'est considérablement enrichie et diversifiée lorsqu'elle s'est répandue dans toute l'Espagne et même au-delà (**voir** JAMBALAYA). Il en existe de nombreuses variantes (avec lapin, homard, grosses crevettes, calmar, haricots verts, fonds d'artichaut, etc.), mais elles comportent presque toujours au moins haricots, poulet, lapin, moules, langoustines, petits pois, etc.

paella

Découper en 8 morceaux un poulet de 1,5 kg, les saler et les poivrer. Mettre 4 dl d'huile d'olive dans la paellera. Y dorer 12 langoustines, 12 praires et 1 poignée de coques, lavées et brossées. Mettre ensuite le poulet, 500 g de calmars détaillés en lanières, 2 poivrons épépinés et coupés en lanières, 2 oignons hachés, 6 grosses tomates concassées, 2 gousses d'ail. Saupoudrer d'une dose de safran, et ajouter 250 g de petits pois, 250 g de haricots verts et 1 pincée de poivre de Cayenne. Faire ouvrir 12 moules d'Espagne dans de l'eau peu salée. Les retirer, mettre 400 g de riz à grain long dans le jus et le laisser gonfler. Le verser dans la *paella* avec tous les autres ingrédients, couvrir d'un papier d'aluminium, porter à ébullition sur le feu, puis cuire de 25 à 30 min au four préchauffé à 220 °C. Attendre 10 min avant de servir.

PAGEOT Poisson de la famille des sparidés, voisin des dorades, appelé aussi « pageau » et « rousseau », pêché en Méditerranée et dans le golfe de Gascogne (**voir** planche des poissons de mer pages 820 et 821). En forme de fuseau trapu, il se distingue cependant des dorades par son ventre rectiligne. Long de 30 à 50 cm, il a le dos rose plus foncé, et pèse jusqu'à 1 kg. On l'accommode comme la dorade, mais il est un peu moins savoureux.

PAGRE Poisson de la famille des sparidés, vivant en Méditerranée (surtout sur la côte espagnole) et dans l'Atlantique (au sud du golfe de Gascogne), mais qui se raréfie (**voir** planche des poissons de mer pages 820 et 821). Atteignant 0,75 m et 1,2 kg, de forme ovale, à grosses écailles, le pagre a le dos gris rosé, les flancs argentés et les nageoires marquées de brun-rouge. Sa chair, moins fine que celle de la dorade, est néanmoins savoureuse ; elle se cuisine comme cette dernière.

PAILLARD Célèbre restaurateur parisien du XIXe siècle. En 1880, il prit la direction de l'établissement situé à l'angle de la rue de la Chaussée-d'Antin et du boulevard des Italiens, tenu depuis 1850 par les frères Bignon. Fréquenté par tout le gotha d'Europe, *Paillard* devint très en vogue. Son propriétaire ouvrit un autre restaurant de luxe, *le Pavillon de l'Élysée,* surnommé le « petit Paillard ».

Par allusion à l'un des apprêts créés chez Paillard, on appelle « paillarde » une mince escalope de veau (parfois aussi une fine tranche de bœuf), bien aplatie et grillée ou poêlée.

▶ **Recette** : PAUPIETTE.

PAILLE Se dit d'un apprêt de pommes de terre détaillées en longue julienne et frites. Évoquant par leur aspect de la paille dorée, les pommes paille accompagnent surtout les grillades.

PAILLETTE Petit-four sec en pâte feuilletée, souvent épicée ou aromatisée au parmesan, en forme de bâtonnet. Les paillettes se servent à l'apéritif et accompagnent les consommés, les poissons, les fromages.

PAIN Aliment fait de farine pétrie avec de l'eau et du sel, fermentée, diversement façonnée ou moulée, et cuite au four. C'est l'action d'un agent levant qui donne au pain son caractère propre.

■ **Histoire.** On attribue l'invention du pain levé aux Égyptiens, qui confectionnaient des galettes à base de millet et d'orge, cuites sur des pierres chauffées, et qui auraient découvert la fermentation par hasard, avec un morceau de pâte devenue aigre.

Lors de l'Exode hors d'Égypte (vers 1250 av. J.-C.), les Hébreux n'emportèrent pas de levain, d'où la tradition du pain azyme, non levé, pour commémorer le passage de la mer Rouge. Les Grecs faisaient cuire sur un gril ou dans une sorte de poêle des pains de froment, mais surtout de seigle ou d'avoine ; quant aux Romains, ils cuisaient leurs pains dans des fours domestiques, faits de brique et de terre, et les aromatisaient souvent. Les Gaulois faisaient intervenir de la cervoise dans le pétrissage, et obtenaient un pain bien levé de grande réputation. C'est au Moyen Âge que commença à se développer la profession de boulanger ; à partir de cette époque, les pains sont extraordinairement variés. Au XVIIe siècle apparut un nouveau mode de fermentation, avec du lait, du sel et de la levure de bière. On fabriqua dès lors d'autres pains, plus délicats et moulés en long. Pendant longtemps, la qualité du pain fut liée à celle de la farine employée et donc à sa couleur : pain blanc et fin pour les riches, pain noir et grossier pour les pauvres. En 1840, le pain « viennois » fut introduit en France par un certain Zang, secrétaire de l'ambassade d'Autriche à Paris, qui créa la première boulangerie utilisant les procédés viennois.

■ **Pains du monde entier.** Qu'il soit fermenté ou très peu levé, fait de blé, de riz, de maïs ou de seigle, le pain se trouve partout, avec des techniques de cuisson variées : dans l'huile, en terrine, comme certains pains d'Afrique du Nord, au contact de la chaleur sèche (la grande majorité des pains sont cuits au four), mais parfois à la vapeur, comme en Chine.

En Scandinavie, les pains (souvent de seigle) sont très divers. L'Allemagne produit de nombreux petits pains individuels, agrémentés de cumin ou de pavot, parfois salés, comme les bretzels ; les pains noirs sont faits de seigle et de blé mélangés, mais on y déguste aussi le pain Graham (nutritionniste américain de la fin du XIXe siècle, qui lança la production industrielle de pain de farine intégrale) et des pains blancs au babeurre ou aux amandes, quand ils ne sont pas de pur froment, et moulés en forme de salamandre, de tortue, de tresse, de soleil, de violon, etc.

Caractéristiques de différentes recettes de base du pain

recettes	composition	aspect de la croûte	aspect de la mie	saveur
bis	farine, part variable de son	foncée, uniforme	foncée, un peu rugueuse, alvéoles serrées	légère de son
blanc	fleur de froment	craquante, dorée	blanc-crème, alvéoles régulières	non acide
campagne	farine bise, avec parfois farine de seigle	foncée, épaisse, en général farinée	alvéoles grossières, irrégulières	un peu acidulée
aux céréales	blé, orge, sarrasin, millet, maïs, etc., réduits en farine ou pilés	céréales apparentes	serrée, marquée de céréales broyées et son	de céréales
complet ou intégral	tout le grain de blé sauf le germe	épaisse, brun foncé	claire avec particules foncées, ferme au toucher, rugueuse	de froment, de son
de gruau	farine blanche pure	dorée	très blanche, alvéoles plutôt régulières	de froment
au lait	farine, lait, œufs, beurre, sucre, levure	moelleuse, marron clair, brillante	jaune, tendre, moelleuse, régulière	de brioche, non acide
au levain	levain naturel	épaisse	alvéoles irrégulières	typée, acide
de mie	pâte enrichie de lait, beurre, sucre, œufs	fine, lisse, blond foncé	moelleuse, blanche	de brioche
de seigle	farine de seigle (≥ 65 %), farine de froment	lisse, brune, brillante	brune, dense, alvéoles serrées	un peu aigre
de son	farine de son (≥ 20 %) [enveloppe du grain de blé]	tigrée	teintée, son apparent, alvéoles fines, régulières	de son

Caractéristiques des différentes spécialités régionales françaises de pains

spécialités	provenance	recette de base	description
Centre			
cordon	Côte-d'Or	froment bise	double ligne de fracture sur le dessus
pain à tête	Auvergne	pain de campagne	rond coiffé avant fermentation d'une boule de pâte aplatie au rouleau
polka	Centre	pain blanc fermenté au levain	croûte épaisse quadrillée
tourte	Massif central	pain rustique, farine blanche, complète, seigle	rond en boule
Corse			
coupiette	Corse	pain blanc	à deux lobes, croûte épaisse
Est, Centre-Est			
couronne	Ain	pain blanc ou campagne	galette trouée au centre, à croûte très cuite
pistolet	Est	pain de gruau	petit, rond, fendu
tabatière	Doubs, Jura	pain au levain	rond refermé d'une pliure de pâte
Nord			
faluche	Nord	pain blanc	façonné en disque plat, cuit très blanc
régence	Picardie	pain blanc	petites boules juxtaposées en long
Ouest, Centre-Ouest			
brié	Normandie	pain sur levain, à mie serrée	écrasé avec une brie (plateau de bois) pour éviter air et moisissures
fouace	Anjou	pain au levain	palette ajourée, souvent avec lardons
fouée	Touraine	restes de pâtes	ronde, plate
maigret	Mayenne	pain bis	pain à potage, à croûte épaisse
pain mirau	Côtes-d'Armor	recette secrète	boule fendue ou en bande, mie dense, ferme
pain de Morlaix	pays de Léon	pain blanc	dense, aplati, replié en portefeuille
tourton	Vendée	pain fermenté, enrichi de lait, beurre, œufs	boule d'aspect rustique, croûte terne, un peu rouge
Sud			
charleston	Aude, Hérault	pain blanc	fendu en biais
coiffé	Pyrénées-Orientales	pain blanc	rond, peu épais, replié quatre fois sur lui-même vers le centre
couronne bordelaise	Bordeaux	pain blanc au levain	disque percé au centre avant fermentation
fougasse	Provence	pain au levain	épaisse galette entaillée
main provençale	Nice	pain blanc	garni de quatre « doigts »
michette	Midi	pain blanc	à croûte très mate
pain de Lodève	Hérault	pain bis, enrichi avec levain	croûte très grignée en longueur
porte-manteau	Haute-Garonne	pain blanc ou bis	long, aplati aux extrémités, roulé sur lui-même
ravaille	Ariège	pain blanc	pain au fromage
tignolet	Pays basque	pain blanc	plié avec protubérance sur le dessus
tordu	Pyrénées	pain blanc	étiré, fendu, tordu comme un torchon
tresse	Toulouse	pain blanc à l'anis	tresse
toute la France			
benoîton	toute la France	pain au seigle avec raisins de Corinthe	individuel, en général long
empereur	toute la France	pain de gruau	petit, rond, individuel

Dans les pays méditerranéens, les pains ont souvent une pâte compacte, très blanche, parfois pétrie avec de l'huile, comme le pain d'Alger, ovale et à bouts pointus, ou le pain tunisien, plat et rond.

Aux États-Unis comme en Angleterre, on consomme souvent du pain de mie, parfois légèrement brioché ; le *corn bread,* jaune car fait de farine de maïs, est une spécialité américaine.

En Russie, on retrouve les boules de pain de seigle à mie dense et brune, typique des pays de l'Est.

■ **Gastronomie et diététique.** Seul aliment qui, comme le vin, est présent sur la table du début à la fin du repas, le pain constitue l'accompagnement traditionnel de tous les mets.

Mais il intervient également en cuisine et en pâtisserie comme ingrédient. Il joue un rôle important dans de nombreuses soupes ; indispensable pour la fondue savoyarde, il fournit, réduit en poudre ou tamisé, la chapelure et la panure. Imbibé de lait, il s'emploie pour les panades, les farces et divers appareils. Enfin, on le retrouve dans certains entremets (pudding).

Un « bon » pain doit avoir une croûte craquante, bien dorée, relativement épaisse, et une mie fondante. Un rassissement trop rapide est signe de mauvaise qualité, de même que la fadeur.

Le pain se sert frais, mais non chaud, légèrement rassis pour le pain de seigle, de préférence le lendemain de la cuisson pour les gros pains de campagne au levain. On le taille au dernier moment, en tranches pas trop minces pour qu'il conserve toute sa saveur, ou en petits tronçons pour la baguette et autres pains longs.

Une ration quotidienne de 300 g de pain fournit 125 g de glucides à absorption lente, 25 g de protides d'origine végétale, 2 g environ de lipides, des sels minéraux (calcium, magnésium, phosphore, potassium), et donne 750 Kcal (le tiers de la ration quotidienne moyenne), mais l'apport varie selon la nature de la farine.

Les nutritionnistes s'accordent à reconnaître qu'un « bon » pain constitue une base alimentaire indispensable, parfaitement équilibrée.

■ **Fabrication.** La panification comporte trois opérations principales : le pétrissage, la fermentation et la cuisson, après mise en forme.

• PÉTRISSAGE. Il consiste à mélanger de façon homogène l'eau, la levure ou le levain et la farine, avec un peu de sel pour améliorer le goût final. Autrefois, le pétrissage était fait « à bras », ce qui était fatigant et peu hygiénique ; aujourd'hui, le pétrissage mécanique s'est généralisé.

La « pétrie » dure une dizaine de minutes. La pâte douce (pour les pains de fantaisie et parfois les miches) contient 65 % d'eau ; la pâte bâtarde (la plus utilisée) est hydratée à 60 %, et la pâte ferme (petits pains et pains façonnés) contient entre 40 et 55 % d'eau. C'est au cours du pétrissage que la pâte est ensemencée, soit avec du levain de pâte, soit avec de la levure industrielle.

• FERMENTATION. Ce phénomène naturel et spontané se produit à une température favorable quand on mélange un agent levant à la farine pétrie avec de l'eau.

On distingue la fermentation « sauvage », ou « endogène », faite au levain (pâte levée de la fournée précédente, ajoutée à la nouvelle), et la fermentation génétiquement contrôlée, ou « exogène », faite avec de la levure industrielle (obtenue par sélection de souches de ferments cultivés sur des terrains biologiques).

Dans le premier cas, le boulanger prélève dans une fournée du jour le « chef » (dit encore « mère » ou « pied de cuve ») qui assurera la fermentation du lendemain. Celle-ci, qui rend le pain plus léger en y créant des alvéoles, lui confère aussi ses caractères organoleptiques, son odeur et sa personnalité. Les ferments rencontrent dans la pâte humide et chaude des sucres, sur lesquels ils agissent en produisant des bulles gazeuses, qui finissent par soulever la pâte : c'est la phase du « pointage en pâtière », qui a lieu dans le pétrin. Vient ensuite le moment du pesage et du façonnage, c'est-à-dire de la mise en forme de la pâte, suivie de la mise en bannetons, où la pâte poursuit son travail de « pousse » : c'est l'apprêt.

• CUISSON. Elle peut se faire au fuel, au gaz ou à l'électricité, mais la traditionnelle cuisson au feu de bois conserve ses adeptes.

Les pains sont enfournés le plus rapidement possible, à l'aide d'une pelle en bois à très long manche ; une fois cuits, brûlants et bien colorés, ils sont défournés et déposés dans la « pièce à ressuer », aérée mais sans courant d'air, où ils prennent doucement la température ambiante. Le ressuage est l'opération ultime de la panification : le pain perd son humidité avant de passer sur les étagères du magasin. Dans la boulangerie industrielle actuelle, toutes ces opérations sont mécanisées.

La panification dite « fine » concerne l'ensemble des produits spéciaux comme les longuets, les pains de mie, les gressins, les pains grillés, les pains braisés (qu'il ne faut pas confondre avec la biscotterie proprement dite), de fabrication industrielle.

Quant à la néopanification, c'est le secteur de la boulangerie industrielle qui englobe les pains diététiques et les pains pouvant se conserver plusieurs jours, voire plusieurs semaines, généralement prétranchés (pains briochés, pains « de campagne », « aux céréales », de seigle, « goût étranger », enrichis au son, sans sel, au gluten, etc.) et vendus souvent dans les magasins à grande surface (voir BOULANGERIE).

pâte à pain : préparation

Émietter 10 g de levure de boulanger dans une grande terrine et verser dessus 10 cl d'eau à température ambiante. Remuer avec le doigt pour faire fondre la levure, ajouter 125 g de farine (type 55) et mélanger avec la main pour obtenir une pâte très molle, le levain. Couvrir la terrine avec un linge propre et la placer 2 heures dans un endroit chaud. Le levain doit doubler de volume. Ajouter 20 cl d'eau à température ambiante, 10 g de sel et 375 g de farine (type 55). Mélanger avec la main pour obtenir une boule de pâte assez consistante qui colle aux doigts. La poser sur une table légèrement farinée. Prendre avec les mains 1/3 de la pâte et la plaquer énergiquement contre

la boule restante ; recommencer cette opération 8 fois. Plier la pâte en trois, la tourner d'un quart de tour, la taper sur la table, cela 3 fois de suite. La laisser reposer 5 min et reprendre l'opération précédente (3 fois pliée, 3 fois tapée) encore 3 fois, à 5 min d'intervalle. Fariner la pâte, la mettre dans la terrine recouverte d'un linge et la laisser reposer 2 heures dans un endroit tiède (22 °C). Elle doit doubler de volume. Huiler un grand plat ovale. Poser la pâte sur la table farinée, lui donner une forme ovale plus grande que celle du moule et en replier une partie en dessous ; la mettre dans le moule. La pâte doit être à 5 cm des bords du moule ; couvrir d'un linge et laisser reposer encore 2 heures au même endroit. La pâte a doublé de volume et remplit alors le moule ; le dessus doit être légèrement craquelé. Cuire 45 min au four préchauffé à 220 °C.

pain aux lardons
Griller 300 g de lard fumé, coupé en tranches fines, puis le détailler en très petits morceaux. Pétrir 500 g de farine bise de blé avec 150 cl d'eau et 15 g de levure fraîche jusqu'à ce que la pâte soit souple. Ajouter les lardons et laisser fermenter 2 heures à 20-22 °C. Façonner la pâte en masse oblongue et la déposer dans une terrine de 1 kilo. Laisser de nouveau lever 2 heures, toujours à 20 °C. Cuire au four préchauffé à 200-220 °C. Démouler et laisser reposer 2 heures.

panade au pain → PANADE
pudding au pain à la française → PUDDING

PAIN AU CHOCOLAT Petit apprêt de viennoiserie, qui se mange froid, fait d'un rectangle de pâte à croissant replié en portefeuille sur deux barres de chocolat et cuit au four.

PAIN DE CUISINE Apprêt fait d'une farce moulée, généralement cuit au four, au bain-marie. L'élément de base de la farce est de la chair de poisson, de crustacé, de volaille, de viande blanche ou de gibier, voire du foie gras ; les pains de légumes se préparent souvent avec des plantes herbacées, braisées et additionnées d'œufs battus, mais aussi avec des aubergines, du chou-fleur, des carottes, des fonds d'artichaut.

Moulés en rond, en couronne ou en brique (moules à cake, à charlotte, à savarin et même à dariole, s'il s'agit de garniture), les pains de légumes, nappés ou non d'une sauce crème, se servent en entrée ou en accompagnement. Certains pains de poisson, de crustacé ou de volaille sont également moulés en gelée, comme des aspics.

pain d'épinard à la romaine
Cuire à la vapeur 500 g d'épinards en branches, bien les presser, puis les mélanger avec du beurre fondu. Ajouter 4 ou 5 filets d'anchois complètement dessalés et coupés en très petits dés, puis 2 œufs battus. Rectifier l'assaisonnement et cuire 45 min, au bain-marie, au four préchauffé à 200 °C.

pain de poisson
Détailler en dés 500 g de chair épluchée de brochet, de carpe, de saumon ou de turbot. Poudrer avec 6 g de sel, une pincée de poivre blanc et un peu de muscade râpée. Piler finement au mortier ou passer au mixeur. Piler également 250 g de panade à la farine, y ajouter 250 g de beurre et les incorporer à la purée de poisson. Mélanger le tout au mortier ou au mixeur. Ajouter alors, toujours en travaillant, 1 œuf entier et 4 jaunes, un par un. Passer l'appareil au tamis fin ; le mettre dans une terrine et le remettre dans le mixeur pour le rendre bien lisse. Le verser dans un moule rond, uni et beurré. Cuire de 45 à 50 min, au bain-marie, dans le four préchauffé à 200 °C. Démouler sur un plat de service et présenter avec un beurre blanc ou une sauce pour poisson poché chaud.

pain de viande, de gibier ou de volaille
Préparer une farce mousseline avec du veau, de la volaille ou du gibier (bécasse, chevreuil, faisan, levraut ou perdreau). Emplir de cette farce, jusqu'à 1 cm du bord, un moule à savarin beurré. Cuire de 45 min à 1 heure, au bain-marie, dans le four préchauffé à 200 °C. Laisser reposer quelques instants, puis démouler sur un plat rond chauffé. Napper de sauce crème.

PAIN D'ÉPICE Gâteau de pâte levée, à base de farine, de miel et d'aromates. La confection de pains ou de galettes additionnés de miel, seul produit sucrant connu pendant longtemps, est très ancienne.

■ **Histoire.** Il semble que ce soit au XIe siècle, à la faveur des croisades, que l'Europe découvrit le pain d'épice. À Pithiviers, on soutient que celui-ci fut introduit dans la ville par saint Grégoire, un évêque arménien qui s'y serait réfugié à la même époque. Quoi qu'il en soit, c'est à ce moment que la fabrication du pain d'épice se répandit dans les pays correspondant aujourd'hui à la Hollande, l'Angleterre, l'Allemagne, la Belgique, la France et l'Italie.

Fondée à Reims, la corporation des « pain d'épiciers » fut reconnue officiellement par Henri IV en 1596. Cette ville en conserva la primauté jusqu'à la Révolution, puis Dijon, où la production locale donna naissance à un commerce florissant, prit définitivement le relais.

Jadis, le pain d'épice s'imposa surtout comme une friandise de foire. À Paris, la Foire au pain d'épice, qui devint la Foire du Trône au XIXe siècle, se tenait depuis le XIe siècle à l'emplacement de l'actuel hôpital Saint-Antoine, où se trouvait alors une abbaye. Les moines y vendaient leur propre production, en forme de petits cochons et autres animaux, un des multiples aspects que prit le pain d'épice au cours des siècles et dans différents pays, outre le gros pavé classique ou la boule ; on moulait également des scènes de la mythologie ou de la vie quotidienne. Les « épices » restent, avec le miel, la caractéristique du pain d'épice, qui se nomme *Pfefferkuchen* (« gâteau au poivre ») en Allemagne et *gingerbread* (« pain au gingembre ») en Angleterre.

■ **Fabrication**. Aujourd'hui, on distingue en France deux types de pain d'épice : celui de Dijon, à la farine de blé et aux jaunes d'œuf, et la couque, à la farine de

seigle ; la demi-couque, ou couque bâtarde, fabriquée avec un mélange de farines, est surtout employée pour les gros pains d'épice en pavé. Dans les fabrications industrielles, le miel est remplacé, totalement ou en partie, par des matières sucrantes, et les aromates sont souvent des essences artificielles, mais la préparation respecte toujours la méthode traditionnelle : la « pâte mère », obtenue en mélangeant la farine et les matières sucrantes, subit une maturation au frais et au sec pendant un mois environ ; ensuite, elle est additionnée de poudre levante et d'aromates, mise en forme, enduite d'un mélange de lait et d'œuf pour dorer le dessus, et cuite au four. Le pain d'épice courant est conditionné en pavés tranchés, tandis que le pain d'épice fantaisie est découpé en cœurs et sujets divers.

Consommé essentiellement au goûter ou comme friandise, à l'occasion de fêtes (notamment en Belgique et en Allemagne), le pain d'épice connaît aussi quelques emplois en cuisine, pour épaissir une sauce, un ragoût, une carbonade, en particulier lorsqu'il s'agit d'une recette à la bière.

charlotte au pain d'épice et aux fruits secs d'hiver → CHARLOTTE

pain d'épice

Chauffer 500 g de miel jusqu'à ébullition, puis l'écumer. Mettre dans une terrine 500 g de farine tamisée en fontaine, y verser le miel et mélanger avec une cuillère de bois. Ramasser la pâte en boule, l'envelopper dans un linge et la laisser reposer 1 heure. Ajouter alors 12 g de levure chimique, puis pétrir fortement la pâte pour lui donner du corps, tout en ajoutant 10 g de grains d'anis, 1 bonne pincée de cannelle, autant de girofle en poudre et 1/2 cuillerée de zeste de citron ou d'orange râpé. La verser dans un moule à cake ou à manqué beurré. Cuire 30 min au four préchauffé à 190 °C. Badigeonner le dessus du pain d'épice au pinceau avec du lait très sucré ou du sucre cuit au filé, et le placer quelques secondes à l'entrée du four.

PAIN DE GÊNES Grosse pâtisserie en pâte à biscuit, riche en beurre et en amandes pilées, à ne pas confondre avec la génoise. Plus ou moins léger selon que les blancs d'œuf sont ou non incorporés séparément, montés en neige, le pain de Gênes se cuit dans un moule spécial, rond et plat, à bord cannelé.

pain de Gênes

Travailler 125 g de beurre en pommade avec 150 g de sucre semoule. Battre au fouet pour faire blanchir le mélange, puis incorporer 100 g de poudre d'amande. Ajouter 3 œufs, un par un, 40 g de fécule de maïs, puis 1 pincée de sel ; bien travailler. Parfumer avec 1 petit verre de liqueur. Beurrer un moule à pain de Gênes, garnir le fond d'un disque de papier sulfurisé beurré et verser la pâte. Cuire 40 min au four préchauffé à 180 °C. Démouler chaud et retirer le papier.

PAIN AU LAIT Produit de viennoiserie (voir ce mot) en pâte levée, au lait, de forme allongée ou ronde, parfois semé de grains de sucre. On sert le pain au lait au petit déjeuner ou au thé, et on l'utilise aussi pour faire des petits sandwichs (il en existe de format miniature, les navettes, pour les buffets).

pains au lait

Disposer 500 g de farine tamisée en fontaine sur un plan de travail ; ajouter au centre 1 grosse pincée de sel, 20 g de sucre en poudre et 125 g de beurre ramolli. Mêler les éléments, puis mouiller de 2,5 dl de lait bouilli tiède. Pétrir, puis ajouter 200 g de levain de pain ; rassembler la pâte en boule, la couvrir d'un torchon et laisser lever 12 heures à l'abri des courants d'air. Diviser alors la pâte en une vingtaine de boules de 50 g environ, les fendre en croix sur le dessus, les dorer à l'œuf et les cuire 45 min à four chaud.

PAIN DE MIE Pain de section carrée ou ronde, caractérisé par une mie dense et blanche et une croûte presque inexistante, utilisé grillé ou légèrement rassis pour réaliser toasts, sandwichs, canapés et croûtons. Fait de farine, de sel, de sucre, de lait, de beurre et de levure fraîche et cuit en boule, le pain de mie ne doit pas être confondu avec le pain brioché, qui est beaucoup plus riche en beurre.

▶ **Recette** : CROUSTADE.

PAIN DE NANTES Petit gâteau rond, fait d'une pâte aromatisée au citron ou à l'orange et cuit dans un moule tapissé d'amandes effilées ; il est abricoté, puis nappé de fondant et poudré de grains de sucre.

pains de Nantes

Mettre dans une terrine 100 g de beurre ramolli à la cuillère de bois, 100 g de sucre semoule, 1 pincée de sel, 1/2 cuillerée à café de bicarbonate de soude et le zeste de 1 citron ou de 1 orange frotté sur du sucre ou râpé. Bien travailler ces éléments jusqu'à consistance de crème. Incorporer alors 2 œufs entiers et 125 g de farine tamisée en battant vivement la pâte. En garnir des moules à tartelette beurrés et parsemés d'amandes effilées bien sèches. Cuire 20 min au four préchauffé à 190 °C. Démouler les gâteaux sur une grille. Les masquer de marmelade d'abricot, puis les napper de fondant parfumé au marasquin. Poudrer de sucre en grains rose.

PAIN PERDU Entremets réalisé avec des tranches de pain (ou de brioche, ou de pain au lait) rassis, trempées dans du lait, passées dans des œufs battus avec du sucre, puis poêlées au beurre. Le pain perdu se sert chaud et croustillant.

▶
Pain perdu brioché
Recette voir page 752.



Autrefois conçu pour ne pas laisser perdre de pain, le pain perdu se faisait avec les croûtes et les morceaux laissés sur la table ; aujourd'hui, on utilise souvent du pain brioché. On peut l'accompagner d'une crème anglaise, de confiture, de compote ou de fruits poêlés.

pain perdu brioché

Faire bouillir 1/2 litre de lait avec 1/2 gousse de vanille et 100 g de sucre, puis le laisser refroidir. Couper 250 g de brioche rassise en tranches assez épaisses et de même dimension. Les faire tremper dans le lait refroidi, sans les laisser se défaire, puis les passer une à une dans 2 œufs battus en omelette avec du sucre semoule ; les dorer dans une poêle avec 100 g de beurre. Quand les tranches sont bien dorées d'un côté, les retourner pour faire dorer l'autre face. Les dresser sur un plat rond, les poudrer de sucre fin et décorer de fraises. (Voir photographie page 751.)

PAIN DE POIRES Pâtisserie suisse consistante, composée d'une pâte brisée au beurre, fourrée généralement de poires séchées, cuites et réduites en purée.

PAIN AUX RAISINS Boudin de pâte levée enrichie aux raisins secs, enroulé en spirale, doré à l'œuf et cuit sur plaque. Le pain aux raisins est aussi appelé « escargot » ; quand il est recouvert de fondant blanc, il est appelé « brioche suisse ».

Dans le nord de la France, on prépare un « carré raisins », produit de viennoiserie fabriqué en pâte feuilletée agrémentée de raisins secs et débitée en carrés de 9 × 9 cm.

pains aux raisins

Délayer 15 g de levure de boulanger avec 3 cuillerées à soupe de lait et 3 cuillerées à soupe de farine ; poudrer avec 3 cuillerées à soupe de farine et laisser lever 30 min dans un endroit tiède. Mettre 300 g de farine dans une terrine, ajouter le levain, puis 30 g de sucre en poudre, 3 œufs et 6 g de sel fin ; pétrir 5 min en tapant la pâte sur la table pour la rendre élastique ; l'arroser ensuite avec 3 cuillerées de lait et bien mélanger. Ramollir 150 g de beurre à la spatule, l'incorporer à la pâte, puis ajouter 100 g de raisins de Corinthe, préalablement gonflés à l'eau tiède et égouttés. Pétrir encore un peu et laisser reposer 1 heure dans un endroit tiède. Rouler la pâte en boudins, enrouler ceux-ci en spirale et les laisser lever 30 min sur une tôle à pâtisserie, à l'abri des courants d'air. Dorer les pains à l'œuf, les poudrer de sucre en grains, et cuire 20 min au four préchauffé à 210 °C. Servir tiède ou froid.

PALAIS Membrane charnue de la partie supérieure de la cavité buccale des animaux de boucherie, classée dans les abats rouges. Très estimé jusqu'au XIXe siècle, le palais de bœuf (et parfois aussi de mouton) était dégorgé, blanchi et rafraîchi, détaillé puis accommodé en fritots, en gratin, à la lyonnaise, etc. Aujourd'hui, on l'utilise parfois comme complément dans la préparation du museau de bœuf.

PALAY (MAXIMIN, DIT SIMIN) Écrivain régionaliste français (Casteide-Doat 1874 - Gelos 1965). « Majoral » du félibrige (école littéraire), ce Béarnais rassembla dans un *Dictionnaire du béarnais* (1932) de nombreuses traditions culinaires du Sud-Ouest ; il réunit aussi, sous le titre *la Cuisine du pays* (1936), les recettes typiques de l'Armagnac, du Pays basque, du Béarn, de la Bigorre et des Landes, émaillées de dictons, de tours de main et d'indications sur les ustensiles et les ingrédients utilisés dans ces régions.

PALÉE Poisson de la famille des salmonidés, cousin de la féra. Cette variété de corégone, qui peut atteindre 60 cm de long, se pêche en Suisse, dans les lacs Léman et de Neuchâtel. Elle se prépare généralement pochée au vin blanc.

PALERON Terme de boucherie désignant, dans l'ancienne découpe parisienne, le morceau de gros du bœuf comprenant l'épaule avec le collier attenant (voir planche de la découpe du bœuf pages 128 et 129).

Le mot s'applique aussi à un morceau de viande de bœuf composé des muscles situés sur la face externe de l'omoplate, à l'exclusion du jumeau à pot-au-feu. De consistance gélatineuse, le paleron est parfait pour les braisés ou le pot-au-feu ; paré, il peut être aussi utilisé en biftecks. Parfois, les professionnels l'appellent encore, comme autrefois, « macreuse gélatineuse », « palette de macreuse » ou « macreuse à braiser ».

PALET Petit-four sec, plat et rond, fait d'une pâte à biscuit plus ou moins riche en beurre, aromatisée de différentes façons (rhum, anis, vanille, cassonade, etc.), additionnée d'amandes en poudre, de zeste confit, etc. Les palets de dames comportent traditionnellement des raisins de Corinthe.

palets de dames

Laver 80 g de raisins de Corinthe et les faire macérer dans 1 petit verre de rhum. Mélanger 125 g de beurre ramolli et 125 g de sucre semoule ; travailler la pâte au fouet, puis incorporer 2 œufs, un par un, et mélanger intimement. Ajouter ensuite 150 g de farine, les raisins avec leur rhum et 1 pincée de sel. Bien mélanger. Beurrer une tôle à pâtisserie, la poudrer légèrement de farine et y déposer des petites masses de pâte bien séparées les unes des autres. Cuire 25 min au four préchauffé à 240 °C.

PALETOT Carcasse de palmipède (oie grasse ou canard), partiellement désossée. Après séparation du cou et des ailerons, le désossage s'effectue à partir du dos, de l'intérieur, pour prélever les os de la cage thoracique, de la colonne vertébrale, du bassin et du bréchet. La pièce a alors un aspect caractéristique qui la fait ressembler à un vêtement. La peau,

grasse, est découpée en petits morceaux et cuite ; elle fournit la graisse qui recouvre les morceaux de confit. Hachée très fin, elle est parfois utilisée dans certains produits de charcuterie pour en rehausser la saveur.

PALETTE Ustensile formé d'une lame large et souple en acier inoxydable, non coupante, de forme carrée, rectangulaire ou légèrement trapézoïdale à bout arrondi. Montée sur un manche court, la palette sert à décoller les pâtisseries de la tôle du four, à retourner certains apprêts en cours de cuisson ou à les faire passer sur le plat de service sans les briser. La palette en caoutchouc, à spatule courte aux bords amincis, sert à racler sur les parois d'un récipient de préparation la totalité d'un appareil (crème, farce, pâte, sauce) que l'on transvase dans un moule, un compotier, une coupe, etc.

PALETTE (VIANDE) Partie de l'épaule du porc comportant l'omoplate (**voir** planche de la découpe du porc page 839). La palette s'utilise crue, rôtie ou à la casserole, en demi-sel ou fumée. Elle accompagne certains légumes secs, la choucroute et la potée. La « palette à la diable » est une spécialité alsacienne, chaude ou froide : le morceau légèrement saumuré est recouvert de moutarde mélangée à du persil et à des oignons hachés, le tout entouré d'une crépine.
▶ **Recette** : PORC.

PALMIER Arbre tropical de la famille des palmacées, dont les nombreuses espèces fournissent des produits alimentaires variés. On mange les fruits du palmier (dattes, noix de coco) et ses bourgeons (chou palmiste ou « cœur de palmier »). La fécule extraite du tronc donne le sagou. De la sève, on tire le vin de palme. Certaines espèces de palmier donnent également du sucre, de l'huile et un « beurre » végétal.

cœurs de palmier aux crevettes
Bien égoutter des cœurs de palmier en conserve, les rafraîchir sous l'eau froide, les éponger et les détailler en une grosse julienne. Préparer une mayonnaise légère assez relevée et colorée soit avec du ketchup, soit avec une fondue de tomate très réduite et tamisée. Décortiquer des queues de crevettes cuites à l'eau salée. Ébouillanter des germes de soja, puis les rafraîchir à l'eau froide et les essorer. Mélanger tous les éléments et mettre au frais. Tapisser des coupes individuelles d'une chiffonnade de laitue, répartir le mélange dedans et réserver au réfrigérateur jusqu'au moment de servir.

RECETTE DE MESH BOYJOONAUTH

mille-feuille de cœurs de palmier au marlin fumé
« Préparer au mixeur une vinaigrette avec 20 cl d'huile d'arachide, 10 cl de vinaigre d'alcool, 1 cuillerée à café de moutarde en pâte et 1 œuf cru. Détailler 250 g de marlin fumé en 12 rondelles. Monder 200 g de tomates et les couper en petits dés. Faire des roses avec 4 tomates cerises. Couper 4 olives noires en éventail (trois par olive). Presser le jus de 1 citron. Émincer finement un cœur de palmier de 300 g et l'enrober de vinaigrette et de citron pour lui éviter de noircir. Saler et poivrer. Placer au centre d'une assiette un cercle de 7 cm de diamètre sur 4 cm de hauteur. Placer au fond une rondelle de marlin. Ajouter une légère couche d'émincé de cœur de palmier. Mettre au-dessus une autre tranche de marlin et recouvrir d'une légère couche de cœur de palmier. Terminer par une tranche de marlin. Placer une rose de tomate au centre et disposer 3 éventails d'olive. Placer tout autour de l'assiette quelques dés de tomate et décorer d'une brisure de persil. »

PALMIER (GÂTEAU) Petit gâteau de pâte feuilletée, tourée au sucre glace ou semoule, fait d'une double roulade de pâte détaillée en tranches, dont la forme caractéristique évoque le feuillage d'un palmier. Le palmier est soit un gâteau individuel, soit un petit-four sec (pour accompagner les glaces et les entremets).

palmiers
Prendre du feuilletage à 4 tours et lui donner 2 nouveaux tours en poudrant copieusement de sucre glace. Étendre la pâte en une abaisse rectangulaire de 20 cm de large sur 1 cm d'épaisseur. Poudrer encore de sucre glace. Replier chacun des grands côtés du rectangle sur lui-même en trois fois, puis plier la bande obtenue en portefeuille, ce qui donne une sorte de boudin. Diviser ce boudin en tronçons de 1 cm d'épaisseur, puis mettre ceux-ci à plat sur une plaque, en les espaçant pour qu'ils ne collent pas les uns aux autres, car la pâte s'étale à la cuisson. Cuire 10 min au four préchauffé à 240 °C, en retournant les palmiers à mi-cuisson pour qu'ils dorent sur les deux faces.

PALOISE (À LA) Se dit de petites pièces de boucherie grillées, garnies de haricots verts à la crème et de pommes noisettes (éventuellement dressées en nids) ; la garniture paloise pour grosses pièces grillées, plus rare, comprend des carottes et des navets glacés, des haricots verts au beurre, des bouquets de chou-fleur nappés de sauce hollandaise et des pommes croquettes. La sauce paloise proprement dite est une béarnaise à la menthe et non à l'estragon.

PALOMBE Pigeon ramier, ainsi appelé dans le Sud-Ouest, dont les passages migratoires par les cols pyrénéens donnent lieu à une chasse traditionnelle au filet (**voir** tableau des gibiers page 523). La palombe s'apprête comme le pigeon d'élevage, mais sa chair, plus savoureuse, est très tendre quand l'animal est jeune. On l'apprécie en salmis ou rôtie, grillée, saignante, ou bien en confit.

En Amérique du Nord, la palombe, ou « tourte », a été totalement exterminée ; certains affirment qu'elle est à l'origine de la tourtière, un plat québécois typique.

RECETTE D'ANDRÉ DAGUIN

palombe sautée aux deux sauces

« Désosser une palombe, séparer les cuisses de la poitrine. Cuire dans deux sautoirs, avec 2 cuillerées à soupe de graisse d'oie, d'une part la poitrine, en la gardant saignante, d'autre part les cuisses, en les tenant rosées. Retirer les morceaux et l'excès de graisse. Faire suer 1 cuillerée à café d'échalotes hachées, puis ajouter 1 verre de madère. Laisser réduire et ajouter 1 verre de bouillon de palombe et 1 cuillerée à café de jus de truffe. Faire deux parts de cette préparation et incorporer à l'une d'elles 1 cuillerée de crème fraîche ; en napper la poitrine. Verser le reste de sauce sur les cuisses. »

PALOURDE Coquillage de la famille des vénéridés (voir planche des coquillages page 324), qui vit surtout sur le littoral atlantique et dans la Manche, mais aussi en Méditerranée (où on l'appelle « clovisse »). Il en existe plusieurs variétés au Canada, dont la plupart proviennent du Pacifique. La palourde a une coquille mince, de 3 à 5 cm de long, bombée au centre, jaune clair à gris foncé, avec des taches brunes, qui porte deux séries de stries très fines, les unes rayonnantes, les autres concentriques et parallèles aux bords, bien marquées et formant un treillis visible à l'œil nu. Les palourdes se mangent crues sur le plateau de fruits de mer, ou farcies, comme les moules.

PAMPLEMOUSSE ET **POMELO** Agrumes, dont l'un est légèrement piriforme et l'autre rond.

– Le pamplemousse a de 11 à 17 cm de diamètre et une peau jaune, parfois verdâtre ; sa pulpe est acidulée. Originaire d'Asie, il s'utilise confit, en marmelade ou en jus. Les fruits communément appelés « pamplemousses », consommés en hors-d'œuvre, en dessert ou comme garniture de plat salé, sont en réalité des pomelos, agrumes d'une variété voisine.

– Le pomelo a de 9 à 13 cm de diamètre et une peau jaune ou marbrée de rose ; sa pulpe est sucrée, jaune ou rose plus ou moins foncé, acidulée ou douce. Il s'agit d'un hybride du véritable pamplemousse et d'une orange de Chine, créé au XIX[e] siècle en Amérique. Vendu toute l'année en France, le pomelo (ou grapefruit) est peu énergétique (43 Kcal pour 100 g), moins riche en sucre que l'orange, mais bien pourvu en vitamines C, B, PP et A, ainsi qu'en potassium. On distingue les variétés à pulpe blonde des variétés à pulpe rose ou rouge, plus douces.

■ **Emplois.** Le pomelo se sert en hors-d'œuvre, coupé en deux (chaque demi-fruit étant préalablement détaché de la peau à l'aide d'un couteau-scie spécial à lame recourbée), soit nature et très frais, soit grillé à feu vif après avoir été badigeonné de beurre fondu. On le consomme aussi en cocktail, garni ou en salade. Le pomelo accompagne également le poulet et le porc, au même titre que l'ananas.

En dessert, le pomelo se sert divisé par moitié, poudré de sucre et orné d'une cerise confite, ou caramélisé sous la salamandre ; il entre dans la confection de glaces, de salades de fruits, de gâteaux et d'entremets divers. Enfin, il joue un rôle important dans les boissons aux fruits.

pamplemousses aux crevettes

Préparer une vinaigrette avec 1 cuillerée à soupe de vinaigre, 3 cuillerées à soupe d'huile d'arachide, du poivre, 1/2 cuillerée à café de sucre, 1 cuillerée à soupe de sauce soja, 1 cuillerée à café rase de gingembre en poudre, 1 cuillerée à soupe de ketchup et 1 cuillerée à soupe de miel. Bien mélanger le tout. Décortiquer 150 g de queues de crevettes roses. Éplucher un petit concombre, l'épépiner et le couper en lamelles. Peler à vif 2 pamplemousses et prélever la pulpe des quartiers. Incorporer la sauce aux crevettes et au concombre ; rectifier l'assaisonnement. Ajouter les pamplemousses, remuer très délicatement, dresser dans des coupes et réserver au frais.

Caractéristiques des différentes variétés de pamplemousses et pomelos

variétés	provenance	époque	aspect de la peau	saveur
à pulpe blonde				
marsh seedless	Israël	nov.-mai	peau jaune, chair jaune clai, sans pépins	un peu amère, assez parfumée
	Afrique du Sud, Argentine	mai-sept.		
à pulpe rose				
thompson ou pink marsh	États-Unis (Floride)	déc.-mai	peau jaune, chair rose pâle, pulpe rose pâle	parfumée
ruby red	Floride, Israël	nov.-mai	peau jaune à plages roses, chair rose	parfumée
	hémisphère Sud	mai-sept.		
à pulpe rouge				
star ruby	Floride, Texas, Israël	déc.-mai	peau jaune à plages rose foncé, chair rouge intense	très parfumée

pamplemousses glacés
Décalotter des pamplemousses, les évider avec une cuillère à bord tranchant en veillant à ne pas percer l'écorce, et séparer la pulpe des membranes blanches. Presser cette pulpe. Avec le jus recueilli, préparer un sorbet au pamplemousse de la même façon qu'un sorbet au citron. Mettre les calottes de pamplemousse dans le congélateur. Quand la glace a commencé à prendre, mais qu'elle est encore souple, en garnir les pamplemousses ; poser les calottes sur les fruits et remettre ceux-ci dans le congélateur. Les en retirer 40 min avant de servir et les placer dans le réfrigérateur.

PANACHÉ Mélange de deux boissons en quantités à peu près égales. Il s'agit la plupart du temps de bière et de limonade, mais le terme peut, éventuellement, s'appliquer à d'autres boissons.

En cuisine et en pâtisserie, le panaché est aussi un mélange de deux ou plusieurs ingrédients de couleur, de saveur ou de forme différentes.

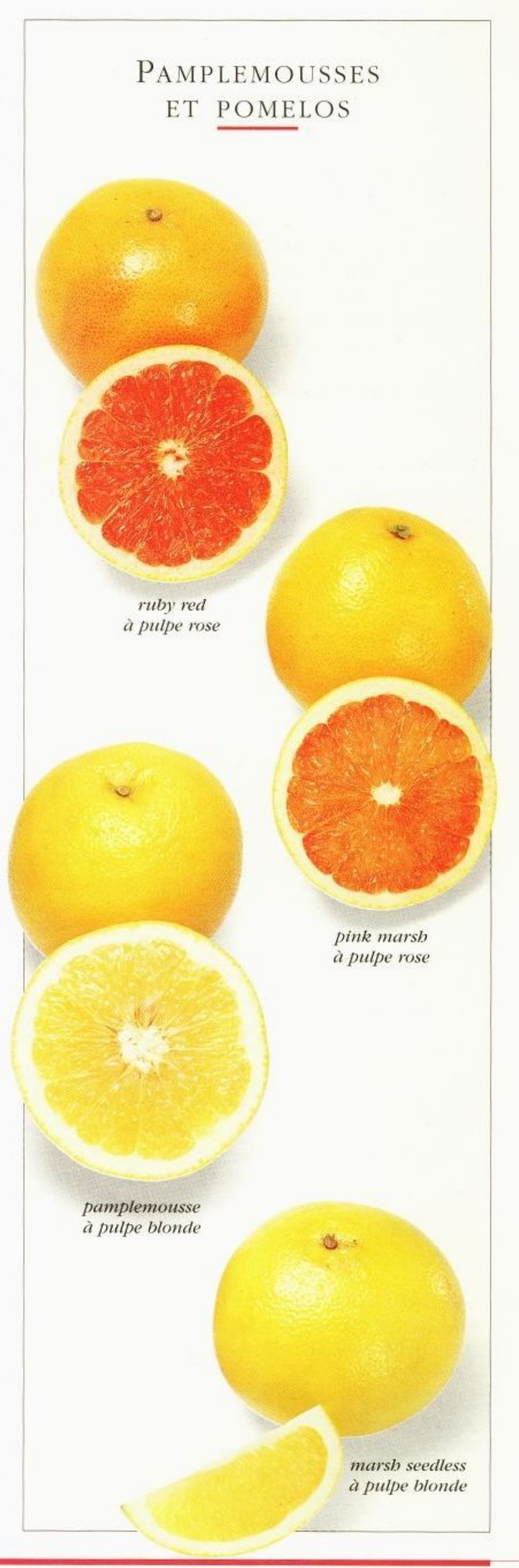
RECETTE DE GEORGES BLANC

panaché de homard et d'écrevisses au caviar
« Préparer un court-bouillon bien aromatisé. Y faire cuire 12 min un homard de 800 g, à petits frémissements. Retirer le homard, l'inciser sous le coffre, entre les antennes, et le réserver. Mettre les écrevisses (compter environ 1 kg, soit une vingtaine d'écrevisses) dans la même nage, laisser bouillir 2 min et les laisser refroidir dans la nage. Décortiquer la queue et les pinces du homard ; tronçonner la queue en une douzaine de rouelles régulières. Égoutter les écrevisses et les décortiquer (ne pas oublier d'ôter l'intestin). Réserver le tout. Préparer un beurre blanc nantais. Au moment de servir, mettre un peu de beurre dans une sauteuse et y faire raidir les pinces et les rouelles de homard avec les queues d'écrevisse. Ajouter un peu du court-bouillon et 3 cuillerées de crème double. Laisser chauffer sans ébullition. Pour servir, répartir dans des assiettes creuses homard et écrevisses. Tenir ces assiettes au chaud à l'entrée du four. Ajouter à la sauce quelques cuillerées de beurre nantais et, au dernier moment, 4 petites cuillerées de caviar. En napper les crustacés. »

PANACHER Mélanger deux ou plusieurs ingrédients de couleur, de saveur ou de forme différentes. Ainsi, les haricots panachés associent à parts égales des haricots verts et des flageolets.

Le panachage est une technique de préparation très courante pour les glaces et les bombes glacées, où l'alternance des couleurs et des parfums joue un rôle important.

Pamplemousses et pomelos



ruby red à pulpe rose

pink marsh à pulpe rose

pamplemousse à pulpe blonde

marsh seedless à pulpe blonde

PANADE Appareil à base de farine, utilisé pour lier les farces à quenelles, grasses ou maigres. Comme pour une pâte à choux, la farine est versée en une seule fois dans de l'eau bouillante, salée et beurrée ; la préparation est ensuite desséchée sur le feu. D'autres appareils à panade utilisent comme base, outre la farine, des jaunes d'œuf, du pain, de la pulpe de pomme de terre ou du riz.

La panade est aussi une sorte de soupe ou de bouillie faite de pain, de bouillon, de lait (ou d'eau) et de beurre ; elle doit mitonner un certain temps et se sert bouillante, parfois enrichie d'œufs (entiers, ou jaunes) ou de crème fraîche.

panade à la farine
Mettre dans une casserole 3 dl d'eau, 50 g de beurre et 2 g de sel. Porter à ébullition. Ajouter 150 g de farine tamisée, bien mélanger sur le feu en remuant avec une cuillère de bois et faire dessécher. Verser dans un plat beurré en formant une couche bien lisse, couvrir d'un papier beurré et laisser refroidir.

panade au pain
Laisser s'imbiber complètement 250 g de mie de pain blanc de 3 dl de lait bouilli. Verser cette préparation dans une casserole et la faire dessécher sur le feu, en la travaillant, jusqu'à ce qu'elle se détache de la casserole. Verser dans un plat beurré et laisser refroidir.

panade à la pomme de terre
Faire bouillir 3 dl de lait avec 2 g de sel, 1 g de poivre et une pincée de muscade râpée jusqu'à ce qu'il ait réduit d'un sixième. Y mettre alors 20 g de beurre et 250 g (poids net) de pommes de terre émincées bouillies. Cuire doucement 15 min. Bien mélanger pour obtenir une purée homogène. Employer encore tiède.

soupe panade au gras, soupe panade au lait → SOUPE

PANAIS Plante potagère de la famille des ombellifères, dont la racine jaunâtre, conique, tendre et sucrée, se consomme comme légume. Le panais était déjà cultivé par les Grecs anciens, et il fut très apprécié au Moyen Âge et sous la Renaissance. Récolté en automne et en hiver, assez énergétique (74 Kcal pour 100 g), riche en potassium et en vitamine C, il connaît tous les emplois du navet et il est même souvent plus savoureux ; on peut aussi le cuisiner comme la carotte.

PAN-BAGNAT Spécialité niçoise, dont le nom signifie « pain baigné » (d'huile d'olive), qui est une sorte de sandwich garni d'ingrédients méridionaux.

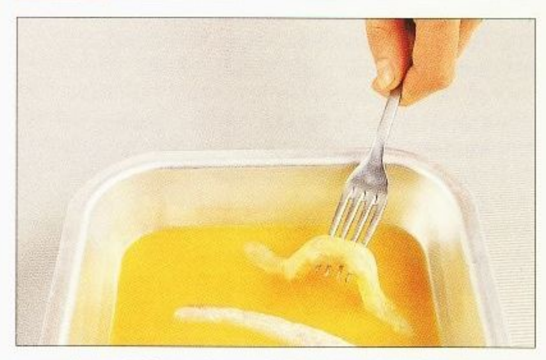
pan-bagnat
Fendre en deux et ouvrir un petit pain rond sans séparer les deux moitiés. Retirer les deux tiers de la mie. Frotter d'ail la mie restante et l'arroser d'un peu d'huile d'olive. Garnir de rondelles de tomate, d'oignon et d'œuf dur, de lanières de poivron, d'olives noires dénoyautées et de filets d'anchois à l'huile. Arroser le tout de vinaigrette à l'huile d'olive et refermer le pain.

PANCAKE Petite crêpe nord-américaine, un peu épaisse, qui se mange très beurrée et nappée de sirop d'érable, ou fourrée aux airelles, à la banane, au babeurre, aux fraises ou à la marmelade de pomme. On la prépare parfois avec de la farine de maïs.

PANCETTA Spécialité de charcuterie italienne, à base de poitrine maigre de porc désossée, découennée, salée en cuve pendant une dizaine de jours, étuvée avant d'être roulée et saupoudrée de poivre concassé et moulu. Embossée en boyau cellulosique, la pancetta est à nouveau étuvée et séchée durant trois semaines. Elle se consomme crue, en tranches minces, et entre dans la composition de différents plats de pâtes.

PANER Enrober un mets de chapelure ou de panure avant de le faire frire, sauter ou griller. Les articles panés « à l'anglaise » sont d'abord passés dans de la farine, puis enrobés de panure anglaise et enfin recouverts de panure ou de chapelure. Ceux qui sont panés « à la milanaise » sont passés dans de la mie de pain additionnée d'un tiers de son volume de fromage râpé,

Paner à l'anglaise



1. *Après avoir fariné la goujonnette en la roulant avec les mains, la passer dans la panure anglaise, mélange d'œuf battu, d'huile, de sel et de poivre moulu.*



2. *Égoutter la goujonnette et la rouler dans la mie de pain fraîche passée au tamis. La rouler de nouveau entre les mains pour enlever l'excédent de mie de pain.*

éventuellement après avoir été enrobés de panure anglaise. Enfin, les viandes « panées au beurre », ou « à la française », destinées à être grillées, sont badigeonnées de beurre clarifié, puis roulées dans de la mie de pain fraîchement tamisée (voir PANURE).

PANETERIE Office important du service de la « bouche du roi », chargé essentiellement, sous l'Ancien Régime, de l'approvisionnement en pain. Au début du XVe siècle, la paneterie comprenait : un grand panetier et six panetiers, six valets tranchants (pour préparer les « tranchoirs »), trois « sommeliers » (pour le transport des meubles, du linge et du couvert de table), trois porte-chapes (chargés de surveiller les coffres à pain, de « chapeler » [couper] le pain et de mettre une partie du couvert), un oubloyer (pour préparer les oublies), un baschonier (pour guider les chevaux chargés de pain) et un lavandier (pour laver les nappes), ainsi que cinq valets de nappes (pour la surveillance du linge). Le grand panetier exerçait aussi certains droits de justice sur la corporation des boulangers ; ainsi, il vendait la maîtrise aux apprentis et, comme le prix de celle-ci n'était pas fixé, il l'estimait à sa convenance. Les droits du panetier, qui dataient de Philippe Auguste (début du XIIIe siècle), furent supprimés en 1711.

PANETIÈRE Petite armoire à claire-voie, suspendue au mur ou au plafond, qui servait autrefois, notamment en Bretagne et en Provence, à conserver le pain. La panetière est aujourd'hui un coffre, un tiroir, une boîte à abattant ou un sac où l'on range le pain.

PANETIÈRE (À LA) Se dit d'articles divers qui, après cuisson, sont dressés dans un pain rond évidé en croustade et doré au four. L'apprêt peut être individuel ou réalisé en une seule grosse pièce.

▶ **Recette** : SOLE.

PANETTONE Gros gâteau brioché italien, spécialité de la ville de Milan, qui connaît de nombreuses variantes régionales. Traditionnelle pour Noël, cette pâtisserie se mange aussi au petit déjeuner et on la sert parfois en dessert, accompagnée d'un vin de liqueur.

panettone

Mélanger dans une casserole, sur feu modéré, 3 cuillerées d'eau, 50 g de beurre et 70 g de cassonade, en veillant à ne pas atteindre l'ébullition. Passer quatre fois au tamis 300 g de farine et 20 g de levure chimique. Les mettre dans une terrine. Ajouter 75 g de raisins secs et 50 g de dés de cédrat confit. Bien mélanger et incorporer 2 jaunes d'œuf. Verser petit à petit le mélange beurre-cassonade. Bien travailler la pâte à la cuillère de bois jusqu'à ce qu'elle se détache des parois de la terrine. La poser alors sur un plan de travail légèrement fariné et la pétrir encore de 1 à 2 min. Lui donner la forme en dôme du gâteau en traçant au sommet une incision en forme de carré et une croix au centre. Laisser reposer 30 min dans un endroit chaud. Cuire 45 min au four préchauffé à 180 °C, en entourant au début la brioche d'une bande de papier d'aluminium pour qu'elle ne s'étale pas. Quelques minutes avant la fin de la cuisson, retirer du four le panettone et pulvériser un peu d'eau à l'intérieur, ce qui donnera un aspect brillant au gâteau.

PANIER Récipient muni d'une anse ou de poignées, utilisé pour transporter ou conserver des provisions, ou pour préparer divers aliments.

– Le panier de vannerie, d'osier ou de jonc tressé, est destiné aux fruits et aux légumes, voire aux coquillages (bourriche).
– Le panier à bouteilles est un casier à compartiments, en métal ou en plastique, utilisé pour transporter des bouteilles à la verticale.
– Le panier à friture, en fil métallique, est un accessoire de la bassine à frire ou de la friteuse électrique.
– Le panier à légumes, grillagé, cylindrique, en fil de fer, est utilisé en restauration pour cuire certains légumes « à l'anglaise » et les sortir de l'eau sans les abîmer.
– Le panier à nids est une sorte de louche grillagée à double paroi, en fil de fer étamé, servant à réaliser les nids de pommes de terre frites.
– Le panier à salade, en fil de fer étamé ou en matière plastique, rigide ou pliant, sert à secouer la salade verte lavée.

PANINI Sandwich chaud italien. Son pain très blanc, dont la pâte est souvent aromatisée d'un trait d'huile d'olive, est garni de crudités, de charcuterie, de tapenade ou de crème d'olive, de petits oignons blancs ou d'aromates. Le panini est ensuite légèrement grillé.

PANNE Amas de graisse qui se trouve dans l'abdomen du porc et qui recouvre les rognons. Fondue, la panne donne un excellent saindoux. Elle est aussi utilisée dans la préparation des boudins et des rillettes.

En Lorraine, les petits résidus secs (les « chons ») obtenus en faisant fondre doucement de la panne dans une cocotte servent à garnir une pâte, avec laquelle on prépare une grosse galette croustillante, servie avec une salade de pissenlit et du vin gris.

PANNEQUET Apprêt salé ou sucré, fait d'une crêpe fourrée d'un hachis, d'une purée ou d'une crème. Le pannequet est servi en entrée ou en hors-d'œuvre chaud, en garniture de potage ou en entremets sucré. Masquée sur toute sa surface de l'appareil choisi, la crêpe est roulée en paupiette ou pliée en quatre, puis gratinée ou glacée sous le gril, parfois panée et frite.

PANNEQUETS SALÉS

pannequets aux anchois

Préparer 8 crêpes salées et 3 dl de béchamel sans sel assez épaisse. Dessaler 8 anchois, lever les filets et les réduire en purée. Couper en petits morceaux 8 filets d'anchois à l'huile. Mélanger la béchamel et la purée d'anchois. Masquer chaque crêpe de béchamel à l'anchois et parsemer de petits morceaux de filets. Replier les crêpes en quatre et les ranger dans un plat beurré

allant au four. Parsemer de chapelure fraîche frite au beurre et passer 3 ou 4 min sous le gril ou 10 min dans le four préchauffé à 250 °C.

pannequets au fromage
Préparer 8 crêpes salées et 3 dl de béchamel épaisse, additionnée de 100 g de gruyère ou de parmesan râpé. Cuire comme les pannequets aux anchois, mais en ajoutant du fromage râpé à la chapelure frite.

pannequets panés et frits
Farcir des crêpes, les rouler en cigare et les détailler en tronçons de 3 cm environ. Paner ceux-ci à l'anglaise et les frire au dernier moment. Les servir garnis de persil frit. Les pannequets frits peuvent être farcis comme les autres pannequets, ou encore à la brunoise, à la hongroise (avec un salpicon d'oignons et de champignons fondus au beurre, additionné de béchamel au paprika), à la grecque (avec un salpicon de mouton braisé haché et d'aubergine sautée, lié de sauce tomate très épaisse), à l'italienne (garnis de duxelles de champignon, de jambon maigre coupé en petits dés et de sauce tomate), à la Saint-Hubert (garnis de purée de chevreuil liée au fumet de gibier) ou à la strasbourgeoise (garnis de purée de foie gras et de truffes hachées).

pannequets à potage
Préparer des crêpes salées et une brunoise, une béchamel au fromage ou une duxelles de champignon bien sèche. Masquer une moitié de chaque crêpe avec la garniture choisie et recouvrir avec l'autre moitié. Appuyer un peu pour bien souder l'ensemble, puis découper à l'emporte-pièce rond cannelé. Placer ces pannequets dans un consommé bouillant.

PANNEQUETS SUCRÉS

pannequets aux abricots
Préparer 8 crêpes sucrées et 12 cuillerées à soupe de crème pâtissière aromatisée au rhum. Additionner celle-ci de 12 abricots bien mûrs (ou au sirop, égouttés), dénoyautés et coupés en dés, et de 75 g d'amandes effilées, grossièrement hachées. Masquer les crêpes de cette préparation et les rouler. Les disposer dans un plat beurré allant au four, bien les poudrer de sucre glace et les passer de 8 à 10 min dans le four préchauffé à 275 °C. Servir brûlant.

pannequets à la cévenole
Préparer 8 crêpes sucrées. Mélanger 16 cuillerées à soupe de purée de marron sucrée, aromatisée au kirsch, 3 cuillerées à soupe de crème fraîche et 3 cuillerées à soupe de débris de marron glacé. Garnir les crêpes et cuire comme les pannequets aux abricots.

pannequets à la créole
Préparer 8 crêpes sucrées. Mélanger 3 dl de crème pâtissière légèrement aromatisée au rhum avec 4 tranches d'ananas au sirop coupées en salpicon. Garnir les crêpes de cet appareil et cuire comme les pannequets aux abricots.

PANOUFLE Morceau constitué de graisse et de muscle qui recouvre les côtes flottantes des animaux de boucherie.

PANSE Première poche de l'estomac des ruminants, les trois autres étant moins volumineuses (voir tableau des abats page 10). Avant toute utilisation, la panse est vidée, échaudée dans de l'eau à 70 °C, puis grattée pour la débarrasser des particules alimentaires qui adhèrent à sa paroi. Elle est ensuite « raidie » dans de l'eau bouillante : on obtient ainsi le « bœuf blanc ».

Celui-ci entre dans la fabrication des tripes ou sert à la préparation du gras-double « à la lyonnaise », « à la florentine », ou encore du « tablier de sapeur ».

Avec la panse d'agneau et les autres viscères, on prépare les tripous auvergnats.

PANURE Mie de pain fraîche finement émiettée, faite avec du pain de mie écroûté et passé au tamis fin, que l'on utilise seule ou mélangée soit avec du fromage (apprêts à la milanaise), soit avec de l'ail et du persil hachés (persillade).

La panure est employée, comme la chapelure, pour les préparations panées, ainsi que pour parsemer le dessus des gratins. Elle entre également dans la composition de certaines farces.

anglaise pour panure
Battre des œufs avec un filet d'huile, du sel fin, du poivre moulu et, éventuellement, un peu d'eau pour les rendre plus fluides. En enduire les aliments (croquettes, escalopes, légumes, filets de poisson, etc.) que l'on veut faire sauter ou frire « à l'anglaise », après les avoir passés dans la farine et avant de les enrober de chapelure.

panure à la milanaise
Saler et poivrer l'aliment à paner. Le passer dans de la farine, puis dans de l'œuf battu et enfin dans de la mie de pain fraîche finement tamisée et additionnée du tiers de son volume de parmesan râpé. Faire sauter au beurre clarifié.

PAPAYE Gros fruit d'un arbre tropical de la famille des passifloracées, allongé et globuleux, dont la peau côtelée, jaunâtre, recouvre une chair orangée ; le centre du fruit est occupé par une cavité remplie de grains noirs (voir planche des fruits exotiques pages 502 et 503). Originaire de Malaisie, la papaye est maintenant cultivée en Amérique du Sud, en Asie et en Afrique. Peu énergétique (44 Kcal pour 100 g), elle est riche en vitamines C, B et PP. Elle se consomme verte, comme légume, ou mûre, comme fruit. En Europe, on la consomme surtout sous forme de confiture ou de jus et dans des salades exotiques.

La papaye verte, une fois « saignée » (pour laisser s'écouler le suc blanc et acide qu'elle renferme) et débarrassée de ses pépins, peut se râper comme une carotte crue ; on la cuisine comme la courge, en gratin, en bouillie ou frite, en tranches (comme au Viêt Nam).

Bien mûre, la papaye se sert en hors-d'œuvre comme le melon, en salade ou en dessert avec du sucre et de la crème. Sa pulpe juteuse et rafraîchissante gagne à être relevée d'un peu de rhum.

PAPET Potée traditionnelle suisse (canton de Vaud). Le papet, composé de poireaux et de pommes de terre, et souvent accompagné d'un morceau de viande de porc fumé, est généralement servi avec une boucle de saucisse au chou.

papet vaudois aux poireaux

Détailler 1,2 kg de poireaux pas trop verts en petits tronçons de 1 cm de large. Les faire suer dans 50 g de beurre avec 80 g d'oignons émincés. Ajouter 3 dl de vin blanc sec et 3 dl de bouillon. Cuire 15 min, puis ajouter 600 g de pommes de terre épluchées et émincées. Poser sur le tout un saucisson vaudois et éventuellement une saucisse au chou ou au foie. Cuire à feu doux 50 min, en ajoutant un peu de liquide si nécessaire. Retirer la charcuterie et brasser pour que les légumes se défassent. Servir la viande découpée sur la potée.

PAPETON Spécialité avignonnaise à base d'aubergines en purée et d'œufs, cuite dans un moule dont la forme rappelait, à l'origine, celle de la tiare papale, et dont on dit que certains souverains pontifes étaient friands.

papeton d'aubergine

Préparer 1/2 litre de fondue de tomate très réduite. Éplucher 2 kg d'aubergines, les tailler en cubes, les poudrer de sel fin et les laisser dégorger 1 heure pour qu'elles perdent leur eau de végétation. Les laver à l'eau froide, les éponger à fond, puis les fariner légèrement et les faire fondre très doucement dans 1/2 verre d'huile d'olive ; les saler, les laisser refroidir et les passer au mixeur. Mélanger 7 gros œufs battus en omelette avec 1 dl de lait, 2 gousses d'ail finement écrasées, du sel, du poivre et un soupçon de poivre de Cayenne ; ajouter la purée d'aubergine et verser le tout dans un moule à manqué beurré. Placer ce moule dans un bain-marie, commencer l'ébullition sur le feu, puis cuire 1 heure au four préchauffé à 180 °C. Réchauffer la fondue de tomate. Démouler sur un plat de service chaud et napper de fondue bouillante.

PAPIER Matériau employé en cuisine pour la préparation, la cuisson, le service ou la conservation des aliments et des mets.

On utilise du papier dit « d'office » (assez consistant et résistant) ou du papier sulfurisé (imperméabilisé, supportant une certaine chaleur et assurant une forme d'isolation) pour enfermer certains mets à cuire en papillote, pour couvrir des apprêts durant leur cuisson au four (afin qu'ils ne se colorent pas trop vite) ou pour couvrir les confitures lors de la mise en pots.

On se sert également d'un papier spécial comme filtre, et on emballe les aliments dans une feuille d'aluminium ou de film alimentaire.

Le papier à friture, à bord gaufré, est destiné à dresser les aliments frits, alors que le papier dentelle, de format variable, rond ou ovale, avec des bords dentelés, est utilisé pour présenter entremets et gâteaux ; les petits-fours glacés et les bouchées sont rangés dans des caissettes en papier plissé.

Quant au papier absorbant, il intervient pour nettoyer certains éléments, éponger des denrées délicates et égoutter les mets frits.

PAPILLOTE Petite garniture en papier blanc découpé, dont on coiffe l'os d'une côte d'agneau ou de veau, le pilon d'une volaille, l'extrémité d'une croquette façonnée en côtelette, etc.

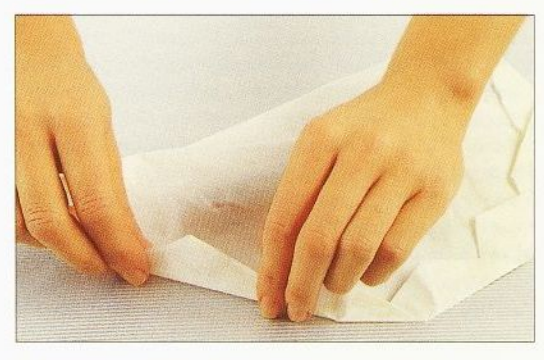
En cuisine, la papillote est un mets cuit et servi dans une enveloppe de papier sulfurisé ou de papier d'aluminium. L'apprêt « en papillote » concerne un élément cru ou déjà cuit, souvent accompagné d'une garniture aromatique, d'une sauce, d'un hachis de légumes, etc.

Le papier est beurré ou huilé, puis, une fois garni, replié en plissant le bord comme un ourlet, de façon à obtenir une enveloppe bien fermée. La papillote gonfle à la chaleur du four, et on la sert brûlante, avant qu'elle ne « retombe ».

Faire une papillote



1. *Placer la garniture sur l'une des moitiés d'un cercle de papier sulfurisé beurré. Rabattre l'autre moitié. Marquer avec l'ongle un premier pli sur le bord.*



2. *Marquer avec l'ongle une série de petits plis en suivant l'arrondi du cercle de papier sulfurisé. Terminer en rabattant l'extrémité du dernier pli sous la papillote.*

RECETTE DE MAURICE COSCUELLA

papillotes de cœurs d'oie

« Découper 4 carrés de 70 x 35 cm de papier d'aluminium. Les plier en deux. Poser au tiers de chacun d'eux 3 cœurs d'oie bien nettoyés, ouverts en deux, sur un lit de cèpes émincés et sautés avec une pointe de persillade, saler au gros sel et poivrer avec le moulin. Refermer les papillotes en retournant 1/2 cm sur toute la partie extérieure. Appuyer très fort pour empêcher les sucs de s'échapper. Placer sur un gril ou dans un four très chaud de 6 à 7 min. »

RECETTE D'ANDRÉ DAGUIN

papillotes de homard et de coquilles Saint-Jacques

« Détacher la queue d'un homard et la réserver ; ouvrir le coffre et retirer l'estomac. Concasser la carcasse, puis faire chauffer les morceaux à sec, dans une casserole épaisse, avec de l'échalote hachée. Ajouter 1/4 de litre de vermouth et laisser réduire de moitié, puis ajouter 100 g de crème fleurette, laisser réduire à nouveau de moitié et ajouter la queue de homard ; la laisser 4 min, puis retirer du feu. La décortiquer et la détailler en 8 lamelles. Détailler 1 truffe également en 8 lamelles. Ouvrir 8 coquilles Saint-Jacques et prélever la noix et le corail. Passer la sauce au chinois. Déposer sur un morceau de papier sulfurisé huilé 2 rondelles de homard et les surmonter de 2 coquilles Saint-Jacques et de 2 lamelles de truffe ; napper de sauce au vermouth et parsemer de toutes les herbes fraîches ciselées à disposition. Bien fermer les papillotes en ourlant les bords et les enfourner à 300 °C ; laisser cuire 5 min au maximum. Servir dans un plat d'acier inoxydable très chaud pour que les papillotes ne se dégonflent pas. »

rougets en papillote → ROUGET-BARBET
truffe en papillote et son foie gras d'oie → TRUFFE
turbot en papillote aux légumes croquants, sauce champagne → TURBOT

PAPILLOTE (BONBON) Friandise enveloppée d'un papier brillant de couleur vive, aux extrémités frangées. Les papillotes peuvent contenir des fondants, des pâtes de fruits, des chocolats fourrés, des pralines, des nougats, etc.

Le « cosaque » est une papillote enveloppée de deux papiers de couleur différente, dont un doré, et contient en outre un petit pétard.

PAPIN (DENIS) Physicien et inventeur français (Chitenay, près de Blois, 1647 - Londres 1714). Célèbre pour ses travaux sur la vapeur, il donna son nom à la « marmite » à soupape de sûreté, ancêtre de l'autoclave, qui est à l'origine de l'autocuiseur, comme en témoigne son traité publié en 1682 à Paris : *la Manière d'accommoder les os et de faire cuire toutes sortes de viandes en fort peu de temps et peu de frais, avec une description de la machine dont il faut se servir.*

PAPRIKA Variété de piment doux (*paprika* en hongrois), qui est réduit en poudre après dessiccation, et utilisé pour condimenter des ragoûts, des farces, des plats en sauce et des soupes, ainsi que pour aromatiser des fromages frais.

Le paprika caractérise surtout la cuisine hongroise (dans laquelle il n'a été introduit qu'au XIXe siècle bien qu'il soit connu en Europe depuis Christophe Colomb), mais il relève aussi nombre d'apprêts français qui en sont plus ou moins inspirés.

L'arbuste qui fournit ce piment doux est originaire d'Amérique. Ses gousses, longues de 7 à 13 cm et larges de 3 cm, sont récoltées à la fin de l'été, quand elles sont rouges, puis mises à sécher et broyées. Szeged, dans le sud de la Hongrie, est la capitale du paprika, dont la meilleure variété est le « rose », ou « doux », à saveur piquante, mais sans arrière-goût âcre, et très riche en vitamine C.

C'est dans les cuissons à l'oignon et au saindoux (de préférence au beurre) que le paprika développe le mieux son arôme. Il est cependant préférable de l'incorporer hors du feu ou dans un mouillement, sinon le sucre qu'il contient risque de caraméliser et de compromettre la saveur et la couleur du plat.

PAPRIKACHE Ragoût hongrois au paprika et à la crème aigre, fait avec de la viande blanche ou du poisson (alors que le goulache est fait avec du bœuf), cuisiné avec des oignons hachés ou émincés et garni de tomates, de poivrons ou de pommes de terre.

PÂQUES Fête chrétienne qui célèbre la résurrection du Christ. Elle est en fait le prolongement de la fête annuelle célébrée par les juifs en mémoire de la sortie d'Égypte du peuple hébreu. La religion hébraïque prescrit que, pendant la semaine du 14 au 21 du mois de nisan (début du printemps), les fidèles doivent s'abstenir de tout aliment fermenté ; le jour de la Pâque, le repas comporte un agneau rôti, immolé suivant la pratique kasher.

Le jour de Pâques, fixé au premier dimanche après la première lune qui suit l'équinoxe de printemps, tombe entre le 22 mars et le 22 avril : c'est la pleine époque du renouveau de la nature et, comme Pâques succède également à l'abstinence du carême, de nombreuses traditions culinaires marquent cette fête.

■ **Des plats traditionnels.** Née en Alsace, l'habitude d'offrir des œufs peints ou décorés ne remonte, en France, qu'au XVe siècle. L'omelette pascale, parfois faite avec des œufs « quêtés » ou avec ceux pondus le vendredi saint, est souvent agrémentée de lard ou de saucisson, pour bien marquer la fin de la période maigre. À l'omelette succède un plat de viande, le plus souvent d'agneau ou de chevreau, mais on consomme aussi du porc (cochon de lait grillé à Metz, jambon de Pâques persillé en Côte-d'Or). La Charente, le Poitou, la Touraine, le Berry et la Bresse inscrivent ce jour-là

à leur menu un pâté en croûte garni d'un hachis de viandes diverses et d'œufs durs. Les petites nouilles en vinaigrette (totelots) sont caractéristiques en Lorraine, et les beignets dans le Roussillon ; en Auvergne, on sert des pachades, grosses crêpes épaisses. Le pain que l'on mangeait le jour de Pâques était plus blanc que le pain de ménage quotidien et faisait figure de friandise. Quant à la pâtisserie, elle est présente par toutes sortes de gâteaux spécifiques.

La cuisine russe, elle aussi, conserve, outre les œufs multicolores, plusieurs recettes traditionnelles du jour de Pâques, comme le koulitch et la paskha.

En Allemagne, l'*Ostertorte* est un gâteau fait d'une pâte à biscuit fourrée de crème au beurre au moka et décoré d'œufs en chocolat.

PARAFFINE Mélange d'hydrocarbures solides, caractérisés par leur neutralité. Blanche, translucide, insipide, inodore, fondant facilement, la paraffine est employée pour l'enrobage des fruits et des légumes, et pour le glaçage de la croûte des fromages. On l'utilise aussi pour boucher les pots de confiture.

L'huile de paraffine, également composée d'hydrocarbures, de consistance onctueuse, n'est pas un corps gras, malgré son nom. N'apportant ni lipides ni calories, elle est surtout employée dans les régimes hypocaloriques : débarrassée de son arrière-goût, parfois parfumée à l'estragon, c'est un ersatz d'huile alimentaire. Il ne faut la consommer qu'en petites quantités, car elle a un effet laxatif ; par ailleurs, elle entrave l'assimilation de la vitamine C. Elle est réservée exclusivement aux emplois crus (vinaigrette, mayonnaise) et ne doit ni chauffer ni servir à graisser un ustensile de cuisson.

PARAGUAY ET **URUGUAY** Les cuisines du Paraguay et de l'Uruguay sont très proches de celle de l'Argentine. On y retrouve la même préférence pour la viande de bœuf grillée.

Comme dans toute l'Amérique du Sud, on utilise aussi le maïs, le riz, les haricots (noirs et rouges), cuisinés la plupart du temps en potées qui rassemblent légumes, céréales, viandes et multiples épices. Ainsi, le *bori bori*, très courant dans les deux pays, associe boulettes de viande hachée et épicée, légumes, morceaux de fromage frais et maïs.

L'abondance des poissons d'eau douce et du gibier permet quelque variété dans les menus. Le poisson est souvent grillé, mais il peut aussi être cuit dans sa marinade à base de citron. Outre les traditionnels poivrons et tomates, les cœurs de palmier sont très appréciés. Les fruits tropicaux, consommés frais ou en entremets, offrent une grande variété de desserts.

PARER Supprimer les parties non utilisables d'une viande, d'une volaille, d'un poisson ou d'un légume au moment de sa préparation. Le parage facilite les opérations ultérieures : celui des légumes permet de les tailler en bâtonnets, en brunoise, de les tourner, etc. Le parage d'une volaille, deuxième opération de l'habillage, prépare au vidage. Le parage d'une viande à rôtir consiste à enlever les nerfs et l'excédent de graisse, mais également de la ficeler et de la décorer. Il permet aussi de détailler certains morceaux : le tournedos, par exemple, est prélevé dans le filet « paré à vif ». Enfin, le parage favorise la présentation de certains apprêts.

Parer une tarte, c'est égaliser ses extrémités ou son pourtour ; parer des œufs pochés, c'est les ébarber pour qu'ils soient bien ronds avant de les dresser.

PARFAIT Entremets glacé, caractérisé par une proportion importante de crème fraîche qui lui donne son onctuosité et sa tenue : il ne fond pas trop vite et peut être détaillé en tranches. Le parfait se sert tel quel ou s'emploie comme base pour préparer un biscuit glacé, un soufflé glacé ou un vacherin.

parfait glacé

Mélanger 8 cl d'eau et 200 g de sucre semoule et cuire au filé (110 °C). Casser 8 gros œufs en séparant les blancs des jaunes ; mettre ces derniers dans un saladier et verser dessus le sucre bouillant, petit à petit, en fouettant ; continuer à fouetter jusqu'à ce que le mélange ait refroidi. Ajouter alors le parfum choisi : de 6 à 8 cl d'eau-de-vie ou de liqueur ; de 7 à 10 cl d'extrait de café ; 200 g de chocolat à croquer fondu au bain-marie ; 150 g de pralin en poudre ; une dizaine de gouttes d'extrait de vanille. Fouetter fermement 2 dl de crème épaisse avec 1 dl de lait, tous deux très froids. Incorporer cette crème fouettée à la préparation aux œufs. Verser dans un moule à parfait et mettre 6 heures dans le congélateur.

PARFAIT AMOUR Liqueur d'origine hollandaise, à base de citron (ou de cédrat), de girofle, de cannelle et de coriandre macérés dans de l'alcool et additionnés de sirop. Datant du XVIIIe siècle, elle fut très populaire dans les années 1930. L'alcoolat était édulcoré, coloré en rouge ou en violet et parfumé à la violette.

PARFUMER Donner à un aliment ou à une préparation cuisinée un parfum supplémentaire, en accord avec son arôme naturel, par l'adjonction d'un condiment, d'une épice, d'un aromate, d'un vin, d'un alcool, etc. Jusqu'au XVIIIe siècle, on employait non seulement des plantes aromatiques « simples », mais aussi des essences de rose et d'autres fleurs, du benjoin, de l'ambre, du musc, etc. L'eau de fleur d'oranger et l'essence d'amande amère, la vanille, les zestes d'agrume et les extraits interviennent essentiellement en pâtisserie et en confiserie.

La cuisine classique utilise comme parfums nombre de vins de liqueur ainsi que des alcools et des eaux-de-vie, sans parler des vins, pour parfumer sauces et coulis, pour rehausser la saveur d'un civet, d'un salmis, de crustacés, de viandes et de volailles. Extraits, essences et fumets fournissent toutes les possibilités de parfum. On peut aussi conférer un parfum particulier à un apprêt en le faisant cuire à la vapeur avec des aromates, en le fumant avec des essences de bois particulières, en le faisant macérer avec des épices, etc.

PARIS-BREST Gâteau en forme de couronne, fait de pâte à choux, fourré de crème pralinée et parsemé d'amandes effilées. Il fut créé en 1891 par un boulanger dont la boutique se trouvait sur le parcours de la course cycliste entre Paris et Brest ; cet artisan imagina de créer des éclairs circulaires évoquant des roues de bicyclette.

RECETTE DE PIERRE HERMÉ

paris-brest

« Préparer une pâte à choux avec 150 g de farine, 2 cuillerées à soupe de sucre semoule, 100 g de beurre, 6 œufs, 2,5 g de sel fin, 90 g de lait et 150 g d'eau. La coucher à la douille de 7 en faisant un double cercle de 8 cm de diamètre, puis un autre au centre, dessus, avec une douille de 10. Parsemer de 150 g d'amandes effilées et de 100 g de sucre cristallisé. Cuire 30 min au four préchauffé à 190 °C, système de buée fermé, puis à 150 °C, système de buée ouvert. Réaliser une crème pâtissière avec 250 g de lait entier, 60 g de sucre, 60 g de jaune d'œuf et 25 g de poudre à crème. Mélanger 250 g de beurre en pommade avec 500 g de pralin et y incorporer 350 g de crème pâtissière. Faire un caramel à sec avec 50 g de sucre semoule, y mettre les amandes hachées et mélanger. Verser sur une feuille Silpat, puis broyer à froid. Couper le chou en deux dans le sens de l'épaisseur. Garnir le fond de crème à l'aide d'une douille cannelée de 11. Parsemer de craquelin (nougatine concassée), poser le couvercle et saupoudrer de sucre glace. »

PARISIEN Entremets de pâtisserie classique, fait d'un biscuit au citron fourré de frangipane et de fruits confits, masqué de meringue italienne et doré à four doux.

parisien

Râper le zeste de 1 citron ; battre 3 jaunes d'œuf avec 110 g de sucre semoule ; ajouter sans remuer 30 g de farine, 30 g de fécule, 1/2 cuillerée à café de vanille en poudre et le zeste râpé. Battre 3 blancs d'œuf en neige ferme et les incorporer aux autres éléments. Verser cette pâte dans un moule à manqué beurré de 22 cm de diamètre et cuire 35 min au four préchauffé à 180 °C. Préparer une frangipane en chauffant sur feu très doux 4 dl de lait avec 1 gousse de vanille ouverte ; battre 3 jaunes d'œuf dans une jatte avec 80 g de sucre semoule, ajouter 30 g de fécule de maïs, bien remuer et arroser petit à petit avec le lait bouillant, en mélangeant. Remettre le tout dans la casserole, porter à ébullition en fouettant, puis laisser tiédir la crème ; incorporer 80 g de poudre d'amande et bien mélanger. Laisser refroidir le gâteau, puis le couper en abaisses de 1 cm et les recouvrir d'une couche de frangipane. Hacher 100 g de fruits confits, en parsemer les abaisses et superposer celles-ci. Emplir une poche à douille cannelée de meringue italienne et recouvrir tout le gâteau. Poudrer de sucre glace et dorer au four à 180 °C. Servir froid.

PARISIENNE (À LA) Se dit d'apprêts très divers, représentatifs de la restauration classique parisienne, notamment de petites et grosses pièces de boucherie ou de volaille dont la garniture comprend des pommes parisiennes (noisettes, avec des fines herbes), accompagnées de laitues braisées ou de fonds d'artichaut.

L'appellation concerne aussi nombre d'apprêts froids de poissons ou de crustacés où intervient de la mayonnaise collée (fonds d'artichaut garnis de macédoine à la mayonnaise ou œufs durs diversement garnis), ainsi que des petits pâtés ronds en feuilletage garnis de godiveau truffé. Divers apprêts « à la parisienne » comportent du blanc de volaille, des champignons de Paris, de la langue écarlate ou de la macédoine de légumes. Enfin, le potage « à la parisienne » est à base de poireau et de pomme de terre, fini au lait et garni de pluches de cerfeuil.

► **Recettes** : BRIOCHE, CANAPÉ, CHARTREUSE, CROISSANT, GNOCCHIS, OUBLIE, PETITE MARMITE, POULARDE, SAUMON.

PARMENTIER (ANTOINE AUGUSTIN) Pharmacien militaire et agronome français (Montdidier 1737 - Paris 1813). Contrairement à la légende, Parmentier n'a pas « inventé » la pomme de terre, connue et cultivée en France depuis l'agronome Olivier de Serres (1539-1619) mais que les Français considéraient comme un aliment pour le bétail ou pour les indigents. Il en fut le propagateur convaincu. Pourtant, ailleurs en Europe, la pomme de terre était très répandue. En 1772, l'académie de Besançon fonde un prix pour la découverte de végétaux susceptibles de compléter l'alimentation des populations en cas de disette. Parmentier fait partie des sept concurrents qui préconisent l'emploi de la pomme de terre. Il est lauréat en 1773. Cinq ans plus tard, il publie son *Examen chimique de la pomme de terre ;* bientôt, Louis XVI lui-même encouragea les efforts du savant.

En 1786, après un an de famine, un terrain lui est concédé à Neuilly, dans la plaine des Sablons, près de Paris ; plus tard, il obtient aussi de faire planter des pommes de terre dans la plaine de Grenelle, l'actuel Champ-de-Mars. Durant la journée, les cultures sont gardées par des militaires, ce qui est bien la preuve pour les Parisiens que l'on fait pousser là quelque précieuse denrée ; la nuit, des chapardeurs viennent clandestinement s'approvisionner, devenant ainsi les propagandistes les plus efficaces du nouveau légume.

Antoine Parmentier, expert en meunerie, créa aussi une école de boulangerie à Paris ; il fit paraître de nombreux mémoires sur le topinambour, le maïs, la châtaigne, les vins, les sirops, les conserves, l'hygiène alimentaire en général. Son nom est depuis lors associé à la pomme de terre, à plusieurs apprêts à base de chair de ce tubercule et, en particulier, à un hachis de viande de bœuf dressé entre deux couches (ou recouvert d'une seule couche) de purée et gratiné, appelé « hachis Parmentier ».

► **Recettes** : HACHIS, MORUE.

►
Paris-brest
Recette de Pierre Hermé



PARMIGIANO REGGIANO Fromage italien AOC de lait de vache partiellement écrémé (32 % de matières grasses), à pâte pressée cuite et à croûte naturelle graissée (voir tableau des fromages étrangers page 498). Le « roi des fromages italiens », très ancien puisqu'il est né en Toscane au XI[e] siècle, se présente sous la forme d'un gros cylindre de 35 à 40 cm de diamètre et de 18 à 25 cm d'épaisseur, pesant de 24 à 40 kg. Qualifié de *vecchio* après 1 an d'affinage, de *stravecchio* après 3 ans (certains amateurs le préfèrent quand il a 10 ans), il a une saveur lactique boucanée, fruitée, salée, parfois piquante. Il se sert en fin de repas, mais aussi fraîchement râpé dans de nombreuses préparations culinaires ou en accompagnement de pâtes.

▶ **Recette** : POLENTA.

PARTIR (FAIRE) Commencer la cuisson d'une préparation relativement longue, en la faisant débuter sur le feu avant de mettre le plat dans le four. On fait aussi partir sur le feu la cuisson d'un apprêt au bain-marie (jusqu'à ce que l'eau commence à bouillir), puis on met le tout à four doux pour entretenir le pochage du mets.

PARURES Parties d'un légume, d'une viande, d'un poisson, d'une volaille ou d'un gibier non utilisées lors de la préparation d'un apprêt et parfois réservées pour un emploi ultérieur. Il peut s'agir de déchets non consommables ou d'éléments peu « nobles », qui interviennent comme ingrédients soit dans la cuisson de l'apprêt principal (parures de poisson et de gibier pour les fumets), soit dans une autre préparation.

PASCALINE Apprêt de l'agneau, jadis réservé au jour de Pâques, dont les écrivains Alexandre Dumas et Charles Monselet donnent au XIX[e] siècle la même recette. Simon Arbellot, pour sa part, cite une pascaline d'agneau bien différente, réalisée plus tard par Prosper Montagné, qui en avait trouvé la recette « dans les papiers de Talleyrand et de Carême » : il s'agit cette fois de têtes d'agneau farcies de foie, de lard et de fines herbes, poêlées au gras, puis dressées dans un plat rond avec des pieds d'agneau cuits au blanc, des ris d'agneau piqués, des croquettes de langue et de cervelle et des croûtons frits, le tout nappé d'une sauce veloutée additionnée de champignons émincés.

RECETTE D'ALEXANDRE DUMAS

pascaline

« On désossait le collet d'un agneau de six mois ; on brisait la poitrine dans laquelle on ajoutait les épaules bridées avec des ficelles, on brisait les deux manches des gigots, qu'on assujettissait de même. On le remplissait d'une farce de chair d'agneau pilée, de jaunes d'œuf dur, de mie de pain rassis, de fines herbes hachées et assaisonnées de quatre-épices. On bardait finement la chair de l'agneau, on le faisait rôtir à grand feu et on le servait tout entier, pour gros plat, en relevé de potage, soit avec une sauce verte, soit sur un ragoût de truffe au coulis de jambon. »

PASCALISATION Technique de conservation des aliments par traitement sous hautes pressions. On parle de pascalisation lorsqu'il y a au préalable pasteurisation (voir ce mot). Jus de fruits, confitures et yaourts sont déjà traités par ce procédé, qui augmente la saveur et diminue la flore microbienne, mais ces produits ne sont pas encore commercialisés en France.

PASKHA Gâteau de Pâques traditionnel en Russie, fait de fromage blanc, de sucre, de crème aigre et de beurre, fourré de raisins secs, de fruits confits et de noix ou d'amandes, et moulé en pyramide. Le moule de la paskha était jadis en bois ; ses faces sculptées en creux représentaient les attributs de la Passion. Aujourd'hui, les fruits confits servent toujours à dessiner, au moment du dressage du gâteau, les deux lettres X et B (initiales, dans l'alphabet cyrillique, des mots *Khristos Voskress*, « Christ est ressuscité »).

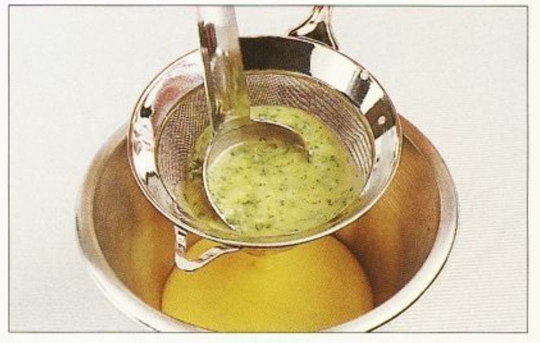
PASSER Mettre dans un chinois ou une étamine, pour les filtrer, un bouillon, une sauce, une crème fine, un sirop ou une gelée qui demandent à être très lisses ; pour passer les sauces épaisses, on les foule dans un chinois métallique à l'aide d'un pilon, pour éliminer les éventuels grumeaux.

Le terme « passer » s'emploie aussi au sens d'égoutter des ingrédients après lavage ou après cuisson.

Passer à l'étamine et au chinois



Passer à l'étamine. *Mettre la sauce, le coulis ou la gelée au centre de l'étamine et tordre celle-ci au-dessus d'un récipient en la tenant par ses extrémités.*



Passer au chinois. *Poser le chinois sur le récipient et verser doucement le bouillon, la sauce ou la crème pour en éliminer les petits morceaux.*

PASSOIRE Ustensile conique, hémisphérique ou évasé, servant à filtrer des boissons, des liquides, des sauces, ou à égoutter des aliments crus ou cuits pour les séparer de leur liquide de rinçage, de trempage ou de cuisson. La petite passoire est généralement munie d'une queue ou de deux branches souples qui permettent de l'introduire dans le bec verseur : passoire à thé ou à tisane, en Inox ou en aluminium, percée de petits trous (certains modèles sont en vannerie) ; passoire à lait en fin treillis métallique, pour retenir la « peau ». La passoire la plus fine, utilisée pour fouler les sauces, passer les bouillons, les crèmes, etc., est le chinois. La passoire à légumes, beaucoup plus grande, est en treillis métallique avec une queue, en aluminium, en matière plastique ou en fer étamé avec deux poignées latérales et parfois trois pieds.

PASTÈQUE Gros fruit d'une plante de la famille des cucurbitacées. Sphérique ou ovale, à peau vert foncé, la pastèque pèse de 3 à 5 kg et a une chair rose, plus ou moins teintée, très rafraîchissante et légèrement sucrée, mais sans beaucoup de goût ; la pulpe est semée de grosses graines noires aplaties. Il existe une variété sphérique à confire, produite en assez grande quantité dans le Vaucluse, à chair blanche et très ferme.

D'origine tropicale, connue depuis l'Antiquité, la pastèque, ou melon d'eau, peu cultivée en France, est surtout importée d'Espagne. Riche en eau (92 %), peu nutritive (30 Kcal pour 100 g), elle apporte des vitamines C et B. À l'achat, elle doit être lourde et ne pas sonner creux.

■ **Emplois.** On la découpe généralement en tranches que l'on croque nature, pour se désaltérer (elle est vendue en pleine rue dans les pays méditerranéens). Une fois épépinée, la pulpe peut aussi s'associer à des salades de fruits. Dans certains pays, on cueille la pastèque verte pour la préparer comme la courge. Enfin, on en fait une confiture (à raison de 750 g de sucre par kilo de pastèque épluchée).

pastèque à la provençale

Faire une incision circulaire autour de la queue d'une pastèque mûre à point. La décalotter, la secouer pour faire tomber les graines trop mûres. La remplir de vin de Tavel, reboucher avec la calotte et souder à la cire. Placer dans le réfrigérateur 2 heures au moins. Au moment de servir, ôter la calotte, passer le liquide, couper la pastèque en tranches et la servir avec le vin.

PASTERMA Viande d'agneau, de chèvre ou de bœuf macérée avec des épices et de l'ail, puis séchée. De saveur très relevée, la pasterma fait partie des mézès turcs, grecs et moyen-orientaux, et se déguste comme du jambon sec.

PASTEUR (LOUIS) Chimiste et biologiste français (Dole 1822 - Villeneuve-l'Étang 1895). On connaît surtout l'ampleur de ses travaux de microbiologie ; cependant – et bien qu'il se souciât peu de gastronomie –, il fit aussi progresser l'hygiène alimentaire. Ses études sur les fermentations lactique, alcoolique et butyrique lui permirent en effet de mettre au point une méthode de conservation du lait, de la bière, du vin et du cidre. La pasteurisation (voir ce mot) concerne surtout l'industrie laitière, mais elle s'applique aussi à la bière en tonneau et au cidre, plus rarement au vin. On pasteurise en outre des denrées déjà emballées, comme les bouteilles de bière et les pots d'aliments pour enfants.

PASTEURISATION Traitement thermique de conservation des aliments, au cours duquel ceux-ci sont chauffés à 65-85 °C, de quelques minutes à une heure. La pasteurisation permet de détruire les micro-organismes pathogènes ou responsables de certaines altérations, sans modifier vraiment le goût ni la valeur nutritionnelle des produits : lait, fromages (quand le lait est pasteurisé), cornichons, jambon, foie gras, jus de fruits…

PASTEURISÉ Qualificatif appliqué à un aliment traité par la technique de la pasteurisation. Les produits pasteurisés doivent être maintenus au froid (entre 3 et 6 °C), même s'ils ne sont pas ouverts ; après ouverture, ils doivent être consommés dans les deux ou trois jours.

PASTILLA Sorte de tourte feuilletée marocaine, fourrée de volaille (pigeon surtout), de fruits de mer ou de légumes, qui se mange chaude, en entrée. La pastilla se compose de feuilles de pâte d'une très grande finesse (qui servent aussi à préparer les briks), disposées dans un moule rond beurré, en couches superposées alternant avec la garniture choisie. Cette farce, toujours très épicée et condimentée, est faite soit de morceaux de poulet et d'œufs durs, soit de cailles et de champignons, ou bien de bœuf haché et d'épinards, etc.

La pastilla est dorée à l'œuf et cuite traditionnellement sur de la braise de charbon de bois ; on retourne le moule à mi-cuisson sur un plat de même dimension, pour dorer l'autre face ; on peut aussi la cuire au four, sans la retourner, arrosée de beurre fondu. Elle se sert poudrée de sucre et de cannelle.

On réalise également des pastillas de dessert, fourrées avec des amandes, à la crème pâtissière ou aux vermicelles cuits au lait avec du sucre et de la cannelle.

RECETTE DE *WALLY LE SAHARIEN* À PARIS

pastilla au pigeon

« Cuire 4 pigeons à l'étouffée, puis les désosser. Y ajouter 50 g d'amandes amères, 50 g de pignons de pin, 50 g de raisins secs, du sel, du poivre, 10 g de gingembre, 5 g de safran en poudre, 5 g de muscade râpée, 1 botte de menthe fraîche et 1 botte de coriandre fraîche, hachées, 4 cuillerées à soupe de cannelle en poudre et 12 œufs. Faire revenir le tout dans de l'huile d'olive très chaude, éventuellement en plusieurs fois. Laisser s'égoutter toute une nuit. Disposer des feuilles de brik sur une assiette, en posant la première au centre et en disposant les autres en rosace, en les faisant se chevaucher légèrement. Verser

dessus la préparation au pigeon, l'aplatir et bien la répartir. Rabattre les feuilles de brik et les coller à l'aide de jaune d'œuf de façon à obtenir une tourte. Chauffer un peu d'huile dans une poêle de même taille. Y cuire la pastilla 10 min de chaque côté. Laisser égoutter. Décorer de sucre glace et de filets de cannelle. Servir chaud. »

PASTILLAGE Préparation faite d'un mélange de sucre glace et d'eau, additionné de gélatine, d'amidon, de fécule ou de gomme adragante, parfois coloré et pétri à la main ou au crochet électrique.

Les pièces moulées ou découpées dans les abaisses de pastillage sont, après séchage à l'air, assemblées avec de la glace royale ou du pastillage ramolli. Le pastillage permet d'effectuer des pièces décoratives proches de la sculpture. Certains pâtissiers, véritables artistes, pratiquent même la peinture sur pastillage.

PASTILLE Petit bonbon rond et plat, qui se prépare de diverses façons.
– Le sucre est cuit avec du sucre glace, un arôme et un colorant, puis divisé « à la goutte » (aujourd'hui automatiquement) à l'aide d'un entonnoir ; on prépare ainsi les *drops* anglais (littéralement « gouttes »), diversement parfumés, parfois enrobés de chocolat.
– Le sucre glace est additionné de gomme adragante ou arabique, puis laminé et divisé par timbrage ; les pastilles obtenues, rarement colorées, sont parfumées à la menthe, au citron, à l'anis ou avec des sels extraits d'une eau minérale (pastilles de Vichy).
– Le sirop de sucre est transformé en granulés qui sont ensuite comprimés et généralement gardés nature.

PASTIS Boisson spiritueuse à l'anis et à la réglisse, devenue en France le plus populaire des apéritifs. Le pastis est un mélange d'alcool pur et d'essence d'anis (anéthole), mis à macérer un jour ou deux avec de la réglisse, puis filtré et sucré ; il titre entre 40 et 45 % Vol. Le pastis se boit toujours allongé d'eau, qui le rend laiteux. Apparu vers 1938 dans la région de Marseille, où le commerce des plantes aromatiques a toujours été actif, il succédait aux absinthes (voir ce mot) et connut un succès immédiat, nullement enrayé, deux ans plus tard, par l'interdiction du gouvernement de Vichy de fabriquer et de vendre des alcools anisés : il était très facile, en effet, d'acheter de l'alcool, de l'anéthole et de la réglisse. De nouveau autorisée en 1951, la vente du pastis n'a cessé de croître. En cuisine, on l'utilise pour donner à des apprêts (souvent de poisson) un goût d'anis.

PASTIS (GÂTEAU) Nom de diverses pâtisseries du Sud-Ouest. Dans le « pastis gascon », la pâte est mise à sécher une heure sur la surface d'une table (recouverte d'un grand linge) ; elle est ensuite imbibée de graisse d'oie et découpée en disques ; la moitié de ces disques sont garnis de lamelles de pomme macérées à l'armagnac, recouverts des autres ronds de pâte et cuits au four, puis arrosés d'armagnac à la sortie du four.

RECETTE DE E. ET J. DE RIVOYRE,
LA CUISINE LANDAISE (ÉD. DENOËL)

pastis bourrit

« Faire un petit levain avec un peu de farine, 10 g de levure de boulanger et un demi-verre d'eau. Laisser monter. D'autre part, faire une fontaine avec 1 kg de farine dans un saladier très profond. Y mettre 150 g de beurre fondu, avec 1 pincée de sel, 250 g de sucre, 6 jaunes d'œuf, 4 sachets de sucre vanillé, 1 verre à porto de rhum ou d'anisette. Remuer et ajouter 10 g de levure de boulanger et le levain déjà préparé. Bien battre le tout ; monter 6 blancs en neige et les joindre à la pâte. Laisser lever. Quand la pâte a doublé de volume, beurrer des moules et les garnir à moitié (la quantité de pâte convient pour 2 ou 3 pastis). Laisser monter jusqu'en haut. Enfourner à four chaud et faire cuire 45 min : les pastis doivent être bien dorés. Ce gâteau accompagne toujours la crème caramel ou l'entremets des noces. Coupé en tranches et grillé, il peut également accompagner le foie gras. »

PATATE DOUCE Tubercule comestible originaire d'Amérique du Sud (voir planche des légumes exotiques page 615), importé en Afrique par les Portugais. Sa peau rougeâtre, violette ou grise recouvre une chair sucrée et farineuse, jaune-orangé, rose ou violette. Assez énergétique (110 Kcal pour 100 g), riche en chlore, en potassium et en vitamines C, B et PP, la patate douce doit être bien ferme, sans meurtrissures et sans odeur.

■ **Emplois.** Les différentes variétés de patates douces sont plus ou moins fines de goût ; celle dite « Virginie », à chair jaune, et la « rose de Málaga » sont les plus savoureuses ; avec cette dernière, on fait aussi une confiture délicate. Les jeunes feuilles des patates s'apprêtent comme les épinards. Les patates douces se préparent comme les pommes de terre, mais elles ont un goût nettement plus sucré. Elles se cuisent en robe des champs, se cuisinent à la crème, en croquette, au four, en gratin, en purée ou en soufflé. C'est la cuisine créole qui offre les recettes les plus originales.

▶ **Recette** : GÂTEAU.

PÂTÉ Préparation cuite de cuisine ou de charcuterie, chaude ou froide, aussi variée que les régions : pâté de Chartres (au gibier), d'Amiens (au canard), de Pithiviers (aux alouettes), de Pézenas (au mouton, aux épices et au sucre), de Brantôme (à la bécasse), de Périgueux (au foie gras truffé) ; pâtés de merle corse, de sole à la dieppoise, pâté lorrain ou bourbonnais, de grive, de lièvre, de pomme de terre à la crème, d'épinards à la poitevine, sans oublier l'oreiller de la Belle Aurore ou le pâté Contade (foie gras en croûte).

En principe, on distingue le pâté proprement dit, qui est une farce enfermée dans une croûte de pâte et cuite dans un moule en métal, de la terrine, où la farce cuit dans un moule en terre, en porcelaine ou en métal,

Caractéristiques des différentes variétés de pâtés

variétés	provenance	composition
à trancher		
pâté d'abats	toute la France	viandes avec ensemble des abats comestibles
pâté d'Amiens	Picardie	sorte de galantine avec 25-30 % de canard, farce de gras et maigre de porc, truffée ; parfois pistachée, parfois en croûte
pâté des Ardennes	Ardennes	pâte fine avec morceaux de foie, gras, souvent tête et cœur de porc
pâté breton	toute la France	campagne avec oignons crus, couennes ou parures de tête, cuit au four
pâté de campagne	toute la France	pur porc : maigre, gras, abats (cœur, foie, tête)
pâté de campagne au foie	Sud-Ouest	pâté de campagne avec ≥ 30 % de foie
pâté de Chartres	Chartres	≥ 20 % de chair de gibier, viande de porc et/ou de veau, parfois en croûte, en brioche ou en boîte (conserve)
pâté en croûte	toute la France	maigre de viande (porc, veau, volaille, gibier) inclus dans une farce fine, cuit dans une pâte, parfois en portions individuelles
pâté forestier	toute la France	pâté de campagne avec ≥ 1 % de champignons sylvestres (trompette-de-la-mort, cèpe, morille, lactaire, etc.)
pâté de gibier	toute la France	≥ 20 % maigre de gibier, souvent foie, cœur, poumon, rognon, tranche brun foncé (pour le lièvre) à brun clair (pour le perdreau)
pâté de Périgueux	Dordogne	truffé (3 %), avec 30-40 % de foie d'oie ou de canard, farce de porc (maigre et gras), parfois en boîte
pâté rennais	Bretagne	1/3 de foie et cœur, 1/3 de gras, 1/3 de gorge et parures ; couenne cuite, persil, épices
pâté de volaille, de lapin	toute la France	maigre (poulet, canard, dinde, lapin) ≥ 15 % ou ≥ 20 % (pâté « supérieur »)
purée, mousse ou crème		
pâté de foie	toute la France	confit de foie (40-60 %) de porc, ou pâté « à base de foie » (campagne, avec morceaux de foie), ou pâté à tartiner de structure fine
en boulettes		
attignole	Normandie	hachis grossier de viande, gras, couenne ; en boulettes de 25-30 g ; cuites au four, en gelée
attriau	Savoie	poumon, cœur, foie, gras hachés ; en boulettes de 100 g ; sous crépine
caillette de l'Ardèche	Ardèche	moitié bettes, moitié porc haché ; sous crépine ; cuite au four
caillette varoise	Provence	foie (40 %), gorge (40 %), maigre (20 %) de porc ; cuite au four
fricandeau	Sud-Ouest	gorge, foie, rognon (porc, bœuf ou veau) ; sous crépine ; boulette en gelée avec saindoux, cuite au four
pâté de Bourgogne	Bourgogne	hachis de viande, foie, rognon, gras de porc ; en crépine ; en grosses boulettes
pâté charentais	Charentes	lamelles de foie de porc, gras, sous crépine, ficelées et revenues ; en petites boulettes
pâté de Gascogne	Sud-Ouest	foie de volaille partiellement en morceaux, foie de porc ; mousse fine

chemisé de bardes de lard. Mais, en fait, le terme « pâté » peut désigner les deux apprêts : pâté en croûte, chaud ou froid, et pâté à trancher, en terrine, froid.

■ **Histoire.** Le pâté était déjà connu des Romains, qui le faisaient surtout avec du porc, mais aussi avec toutes sortes d'ingrédients macérés et épicés (langues d'oiseau notamment). Au Moyen Âge, les recettes de « pâtisseries » (viandes cuites en pâte) étaient très nombreuses, et elles le restèrent. Alexandre Dumas, dans son *Grand Dictionnaire de cuisine* (1872), en propose une douzaine, avec de nombreuses variantes.

■ **Préparation.** En charcuterie, la composition des pâtés (en réalité, des terrines) est en partie réglementée. Parmi ces préparations à base de viande et d'abats de porc en morceaux ou hachés, liées avec des œufs, du lait, de la gelée, etc., on distingue le pâté de campagne – notamment le pâté de campagne breton, sous label rouge (pâté classique pur porc, additionné d'abats, de couennes, d'oignons, d'épices et d'aromates) –, les pâtés de volaille (15 % de l'animal) et de gibier (20 %), le pâté de foie (25 % à 50 % de foie) et le pâté de tête (tête cuite désossée, additionnée de viande salée cuite, non découennée). Les farces sont hachées plus ou moins finement, avec parfois des élements entiers sous forme d'aiguillettes, de petites lanières, de dés, etc.

En cuisine, les pâtés sont le plus souvent des pâtés en croûte. La pâte la plus courante est la pâte à pâté, mais on utilise aussi une pâte dite « fine », au beurre, ainsi que la pâte feuilletée et la pâte à brioche non sucrée. Le couvercle de pâte, soudé au bord pour bien enfermer la farce, est doré et souvent décoré de détails ; son centre est percé d'une « cheminée », pour permettre à la vapeur de cuisson de s'échapper.

Il faut, par ailleurs, ranger parmi les pâtés en croûte certains apprêts qui ne sont pas moulés, mais cuits dans une enveloppe de pâte (koulibiac en pâté pantin).

pâte à pâté : préparation

Disposer 500 g de farine tamisée en fontaine sur un plan de travail. Mettre au milieu 12 g de sel, 125 g de beurre, 2 œufs entiers et 1/2 dl d'eau. Rassembler la pâte, puis la fraiser deux fois. La rouler en boule, la couvrir et la réserver au frais 2 heures avant l'emploi.

marinade crue pour éléments de pâté et de terrine → MARINADE

pâte à pâté au saindoux

Disposer 500 g de farine tamisée en fontaine sur un plan de travail. Mettre au milieu 125 g de saindoux juste fondu, 1 œuf entier, 2 dl d'eau et 15 g de sel, comme la pâte à foncer ordinaire.

pâté d'alouette en terrine

Plumer 8 alouettes, les flamber et éliminer becs et pattes. Les vider en ne laissant que le foie et le gésier. Sans les désosser, les passer au hachoir, d'abord à grille moyenne, puis une seconde fois à grille fine. Mettre la purée obtenue dans une jatte avec 40 g de graisse de foie gras et 40 g de graisse d'oie ; ajouter 1 cuillerée à café de sel, une grosse pincée de poivre en grains fraîchement moulu et 6 baies de genièvre finement concassées ; bien mélanger l'ensemble, puis le verser dans une terrine ; couvrir celle-ci et la mettre 1 h 30 au bain-marie dans le four préchauffé à 180 °C. Passer le pâté encore chaud au tamis pour obtenir une mousse très fine ; mélanger cette dernière avec 80 g de saindoux et 80 g de graisse de foie gras. Verser dans une petite terrine, bien tasser et laisser tiédir. Liquéfier 40 g de saindoux sur feu très doux, le laisser tiédir, puis le verser dessus. Couvrir et laisser refroidir.

pâté d'anguille ou eel pie

Désosser une anguille et détailler les filets en escalopes de 5 à 6 cm. Blanchir à l'eau salée. Faire durcir des œufs. Égoutter les escalopes, laisser refroidir. Couper les œufs durs en rondelles. Assaisonner poisson et œufs de sel, de poivre et de muscade râpée ; les parsemer de persil ciselé. Ranger ces escalopes dans un plat creux, ovale, en les séparant par des couches de rondelles d'œuf dur. Mouiller presque à hauteur de vin blanc et parsemer de petits morceaux de beurre. Placer sur le plat une abaisse de feuilletage, ouvrir une cheminée, dorer à l'œuf, puis rayer. Cuire 1 h 30 au four préchauffé à 200 °C. Au moment de servir, verser par la cheminée quelques cuillerées de demi-glace maigre.

pâté chaud de bécassine Lucullus

Désosser 8 bécassines et les mettre à plat sur un plan de travail. Les garnir d'une farce fine à la crème, additionnée d'un tiers de son volume de foie gras et des entrailles hachées des bécassines, en plaçant au milieu un morceau de foie gras et un morceau de truffe. Reformer les bécassines et les arroser d'un filet de cognac. Foncer de pâte fine un moule ovale à charnières. Le tapisser d'une couche de farce fine à la crème, enrichie de la moitié de son volume de farce à gratin. Placer les bécassines dans le moule, en les serrant bien les unes contre les autres et en comblant les vides avec de la farce. Terminer par une couche de farce et recouvrir celle-ci d'une barde de lard, puis d'une abaisse de pâte. Souder et pincer les bords. Décorer avec quelques motifs de pâte. Ouvrir une cheminée au centre du pâté. Dorer à l'œuf. Mettre le moule au bain-marie dans la plaque du four et porter à ébullition sur le feu. Enfourner ensuite à 185 °C et cuire 1 heure environ. Enlever le couvercle du pâté en l'incisant sur le pourtour. Retirer la barde de lard et ôter le moule. Verser dans le pâté un ragoût de truffe lié de quelques cuillerées de fond de gibier parfumé au madère. Remettre le couvercle sur le pâté et réchauffer quelques instants au four. Servir aussitôt.

RECETTE DE JEAN DUCLOUX

pâté en croûte « pavé du roy »

« Coupez 300 g de noix de veau et 300 g de noix de porc en petits carrés et faites-les mariner 12 heures avec 1 verre de vin blanc et 1 verre à digestif de cognac, du sel, du poivre et une pincée de quatre-épices. Passez 500 g de gorge de porc au hachoir et assaisonnez-la. Mélangez-la à la viande marinée et à 100 g de foie gras coupé en petits dés. Faites une pâte

brisée salée avec 500 g de farine, 300 g de beurre et 2 œufs. Foncez avec cette pâte un moule à pâté. Mettez une barde de lard au fond et remplissez avec la moitié de la farce. Répartissez 6 truffes en morceaux, puis ajoutez le reste de farce. Recouvrez d'une barde de lard et fermez avec le reste de pâte. Ouvrir deux cheminées dans ce couvercle et dorez-le à l'œuf avec un pinceau. Cuire 1 heure au four préchauffé à 250 °C. Laissez refroidir et coulez de la gelée froide par les cheminées. Mettez 12 heures au réfrigérateur. »

pâté de foie gras truffé

Parer et dénerver 2 foies gras bien fermes. Clouter les lobes de truffe pelée, coupée en bâtonnets, relevée de sel épicé et arrosée de cognac. Assaisonner les foies de sel épicé et les faire macérer 2 heures avec du cognac et du madère. Foncer un moule à charnières (rond ou ovale) de pâte à pâté ayant reposé 12 heures. Tapisser le fond et les parois avec de la farce de porc et de foie. Mettre au milieu les lobes de foie gras, en les serrant bien les uns contre les autres. Recouvrir, en dôme, d'une couche de farce (il en faut 1 kg en tout), puis d'une barde de lard gras. Déposer sur la barde une demi-feuille de laurier et 1 brindille de thym. Fermer le pâté d'une abaisse de pâte et souder le couvercle et les bords en les pinçant. Lever à l'emporte-pièce des fleurons de pâte restante et en décorer le dessus du pâté. Ouvrir une cheminée dans le couvercle pour permettre à la vapeur de s'échapper. Dorer à l'œuf battu. Cuire de 30 à 35 min par kilo au four préchauffé à 190 °C. Laisser refroidir. Lorsque le pâté est tiède, le remplir par la cheminée de saindoux fondu (s'il doit être conservé quelque temps) ou de gelée liquide (s'il doit être consommé rapidement).

RECETTE DE JEAN DUCLOUX

pâté de foie de volaille

« Préparez une marinade avec 6 cuillerées à soupe de cognac, 3 cuillerées à soupe d'huile et 1 échalote hachée. Mettez-y 500 g de noix de veau et 500 g de filet de porc coupés en petits carrés, et 600 g de gorge de porc passée au hachoir. Salez, poivrez et ajoutez une pincée de quatre-épices. Laissez macérer 12 heures au moins. Faites revenir au beurre 6 foies de volaille avec 100 g de lard gras coupé en dés, et passez le tout au hachoir grille moyenne. Incorporez 2 œufs entiers, 2 cuillerées à soupe de farine, 1 cuillerée à soupe de crème fraîche et le jus de la marinade. Tapissez le fond d'une terrine de 200 g de barde de lard gras, versez-y la farce et recouvrez complètement de 100 g de barde. Cuire 1 h 30 au bain-marie dans le four préchauffé à 200 °C. »

pâté de lamproie à la bordelaise

Le préparer avec des filets de lamproie, de la farce de poisson aux herbes et des couches de poireaux fondus au beurre pour séparer les couches de poisson.

pâté de lièvre

Désosser un lièvre, réserver les filets, y compris les filets mignons et les noix des cuisses. Dénerver ces parties et les piquer de lard fin ; les saler, les poivrer et les poudrer d'un peu de quatre-épices, puis les faire mariner dans du cognac en y ajoutant un poids égal d'aiguillettes minces de jambon maigre, non fumé, et de lard gras frais, ainsi que des truffes coupées en quartiers. Avec le restant des chairs de l'animal, préparer une farce de gibier ; la lier, une fois passée au tamis, avec le sang du lièvre. Garnir de pâte à foncer un moule ovale à charnières, beurré. Recouvrir la pâte de bardes de lard très minces. Étaler une couche de farce au fond et sur les parois. Disposer sur cette farce les filets de lièvre marinés en les alternant. Recouvrir d'une couche de farce. Continuer d'emplir le moule, en terminant par une couche de farce. Recouvrir d'une barde très fine, puis d'une abaisse de pâte. Bien souder celle-ci sur les bords. Former la crête du pâté au pince-pâte. Décorer le dessus de petits motifs découpés dans la pâte. Introduire une petite douille métallique au centre du pâté pour permettre l'échappement de la vapeur en cours de cuisson. Dorer le pâté à l'œuf battu, le faire cuire dans le four préchauffé à 190 °C, en comptant 35 min par kilo. Faire refroidir le pâté sans le sortir du moule. Lorsqu'il est froid, couler par l'ouverture quelques cuillerées de gelée au madère.

pâté de porc à la hongroise

Couper en languettes 300 g d'échine de porc, assaisonner et laisser reposer 5 ou 6 heures. Éplucher et couper en dés 150 g d'oignons, laver et émincer 200 g de champignons ; les faire étuver ensemble au beurre avec du sel, du poivre et du paprika. Les lier de 2 ou 3 cuillerées de velouté. Foncer de pâte ordinaire un moule à pâté. Tapisser le fond de 200 g de godiveau à la crème, additionné de ciboulette hachée et de paprika. Ajouter les légumes, en tassant. Égoutter les aiguillettes de porc, les faire raidir légèrement au beurre et les ranger sur les légumes. Recouvrir de 200 g de godiveau, puis d'une abaisse de pâte à foncer ou de pâte feuilletée. Terminer comme pour le pâté de lièvre, et cuire 1 h 30 au four préchauffé à 180 °C. Verser par la cheminée de la sauce hongroise.

pâté de ris de veau

Braiser à moitié, à blanc, 2 belles noix de ris de veau préalablement blanchies. Nettoyer et émincer 300 g de champignons et les passer au beurre. Foncer de pâte fine un moule à pâté ovale ; tapisser le fond et les parois de 250 g de godiveau à la crème. Verser la moitié du mélange de champignons ; recouvrir avec les ris, puis ajouter le reste des champignons. Arroser de beurre fondu. Recouvrir d'une abaisse de pâte et terminer comme pour le pâté de lièvre. Cuire 1 h 30 au four préchauffé à 190 °C.

pâté de saumon

Préparer 600 g de farce de brochet et l'additionner d'une truffe hachée. Escaloper finement 600 g de chair de saumon frais, la faire macérer 1 heure dans un peu d'huile avec du sel, du poivre et des fines herbes

hachées. Foncer de pâte fine un moule à pâté ovale. Garnir le fond de la moitié de la farce de brochet, puis recouvrir avec les escalopes de saumon égouttées et le reste de la farce. Recouvrir d'une abaisse de pâte. Terminer comme pour le pâté de lièvre. Cuire 1 h 15 au four préchauffé à 190 °C.

pâté de veau et de jambon en croûte
Dénerver 300 g de noix de veau et la détailler en aiguillettes de 10 cm environ ; préparer de la même façon 300 g de maigre de porc et 200 g de jambon ; mettre toutes ces viandes dans une terrine, poudrer de 20 g de sel épicé, arroser de 1 dl de madère et laisser mariner de 6 à 12 heures. Foncer de pâte fine un moule rond ou ovale. Masquer le fond et les parois de ce moule de bardes très minces de lard gras (200 g) et tapisser celles-ci d'une couche de 250 g de farce fine. Garnir le moule avec les aiguillettes de veau, de porc et de jambon en alternant les différentes couches et en les jointoyant avec de la farce fine étalée en couches pas trop épaisses. Disposer éventuellement une ou deux truffes coupées en quartiers ou quelques pistaches. Terminer par une couche de 200 g de farce. Placer une abaisse de pâte en couvercle et la souder à l'aide du pouce et de l'index. Pincer tout le tour du pâté à l'aide d'un pince-pâte. Dorer le couvercle à l'œuf battu et le décorer de quelques motifs faits avec les rognures de pâte (abaissée sur une faible épaisseur). Faire une cheminée au milieu et y placer un morceau de carton roulé ou une petite douille lisse. Dorer encore une fois le couvercle. Enfourner le pâté à 190 °C et le laisser cuire pendant 1 h 10 environ. Le laisser refroidir complètement. Verser par la cheminée quelques cuillerées de beurre fondu, de saindoux (ou de gelée, si le pâté est consommé tout de suite). Démouler le pâté lorsqu'il a totalement refroidi.

PÂTE D'AMANDE Préparation de confiserie à base d'amandes douces échaudées, mondées et séchées, puis finement broyées et mélangées avec leur poids de sucre glace et un peu de sirop de glucose.

■ **Emplois.** La pâte d'amande s'utilise le plus souvent aromatisée avec un alcool blanc, pour fourrer des bonbons ou des bouchées au chocolat. C'est la matière première du calisson, de l'aboukir, du touron et du massepain.

En pâtisserie, ses emplois sont très variés, en particulier pour décorer ou recouvrir nombre de gâteaux (bûche, génoise, gâteau individuel, entremets) ; la pâte d'amande fondante (où la proportion de sucre est moindre) se parfume à la vanille, au citron, à l'orange, à la fraise, à la pistache, au café ou au chocolat et se décline en blanc, en rose, en vert pâle, en brun ou en jaune ; on prépare aussi de la pâte d'amande granulée pour masquer gâteaux et petits-fours ; elle sert enfin à farcir des fruits secs servis en petits-fours (datte, pruneau). La pâte d'amande la plus prisée est celle qui est dite « de Lübeck ».

cerises confites fourrées à la pâte d'amande → CERISE

pâte d'amande
Monder et broyer très finement 250 g d'amandes douces, en procédant par petites quantités pour qu'elles ne tournent pas en huile. Cuire 500 g de sucre semoule et 50 g de glucose dans 1,5 dl d'eau, jusqu'au « petit boulé ». Retirer la casserole du feu, y verser les amandes broyées et remuer énergiquement à la cuillère de bois jusqu'à ce que la préparation soit granuleuse. Laisser refroidir, puis travailler la pâte à la main par petites quantités, jusqu'à ce qu'elle soit souple.

PÂTE DE FRUITS Confiserie à base de pulpe de fruit, de sucre et de pectine. Sa confection est assez voisine de celle d'une confiture, mais donne une préparation beaucoup plus sèche.

La pulpe de fruit représente 50 % du produit fini (40 % pour les coings et les agrumes).

■ **Fabrication.** Dans les pâtes de fruits industrielles, cette pulpe est habituellement composée d'un tiers de pulpe d'abricot, d'un tiers de pulpe de pomme et d'un tiers de pulpe du fruit qui donne son appellation à la pâte, avec, en plus, un arôme et parfois un colorant. La pulpe est mise à cuire avec du sucre, du sirop de glucose et de la pectine, puis parfumée, colorée et coulée dans des moules d'amidon ou sur des plaques, pour être ensuite découpée. Après avoir refroidi pendant 12 à 24 heures, les pâtes sont démoulées, brossées, ventilées, puis roulées dans du sucre cristallisé, du sucre glace ou de la glace royale. Elles se conservent à température moyenne, en atmosphère légèrement humide.

L'appellation « pâte de (nom du fruit) » signifie qu'on a utilisé la pulpe d'un seul fruit, tandis que « pâte de fruits à (nom du fruit) » indique que la pulpe du fruit mentionné prédomine ; enfin, les « pâtes de fruits, arôme (nom du fruit) » sont des pâtes où le fruit mentionné n'est employé qu'en petite quantité, voire seulement sous forme d'arôme.

pâte de coing → COTIGNAC

pâte d'abricot
Choisir des abricots bien mûrs, les dénoyauter, les mettre dans une bassine, les mouiller juste à hauteur d'eau et porter à ébullition. Les égoutter, les peler, puis les passer au moulin à légumes. Peser la pulpe obtenue. Pour 1 kg de pulpe, peser de 1,1 à 1,2 kg de sucre semoule. Mélanger 100 g de sucre semoule et 60 g de gélifiant en poudre. Verser la pulpe dans une bassine à fond épais, et porter à ébullition. Ajouter le mélange sucre-gélifiant et rétablir l'ébullition en tournant à la spatule de bois. Mettre la moitié du sucre restant, puis, à la reprise de l'ébullition, le reste du sucre, en tournant toujours à la spatule de bois ; maintenir à gros bouillons de 6 à 7 min. Poser 1 feuille de papier sulfurisé très légèrement huilé sur un marbre et placer dessus un cadre rectangulaire en bois. Verser la pâte à l'intérieur de ce cadre, égaliser la surface et laisser refroidir 2 heures. Découper alors la pâte en carrés ou en rectangles et les rouler dans du sucre cristallisé.

pâte de cerise
Équeuter les cerises, les dénoyauter et les passer au moulin à légumes. Compter un poids de sucre égal au poids de pulpe et 70 g de gélifiant par kilo de pulpe. Procéder à la cuisson et au moulage comme pour la pâte d'abricot.

RECETTE DE *LA CHOCOLATERIE ROYALE*, À ORLÉANS

pâte de coing
« Cuire dans une bassine, avec 15 cl d'eau, 1 kg de coings épluchés, épépinés et coupés en morceaux, jusqu'à ce qu'ils soient réduits en compote. Les passer au moulin à légumes grille moyenne. Ajouter 1,2 kg de sucre, et cuire longtemps, jusqu'à ce que le mélange se décolle du fond du récipient, en remuant souvent pour qu'il n'attache pas. Couler dans un cadre posé sur un marbre saupoudré de sucre cristal. Le lendemain, quand la pâte de coing est bien froide, la détailler en morceaux, passer ceux-ci dans du sucre cristal et laisser sécher. »

pâte de fraise
Laver les fraises, les équeuter et les passer au moulin à légumes. Compter un poids de sucre égal au poids de pulpe et 70 g de gélifiant par kilo de pulpe. Procéder à la cuisson et au moulage comme pour la pâte d'abricot (l'ébullition vive ne doit durer que 5 min).

RECETTE DU *CONFISEUR MODERNE*

pâte de pomme
« Choisissez de belles pommes reinettes ; vous les pelez et enlevez les parties fibreuses et les pépins ; vous les mettez dans une bassine avec de l'eau (7 dl pour 1 kg de pommes environ), les retournant de temps en temps avec une spatule, jusqu'à ce qu'elles soient bien attendries par la cuisson. Alors, vous les retirez et les jetez dans un tamis, sur une terrine ; quand elles sont refroidies, vous les écrasez et les réduisez en pulpe, que vous faites réduire de moitié sur le feu. Vous la retirez et la versez dans un vase de terre vernissée ou dans une terrine, précaution sur laquelle on ne peut trop insister. Vous clarifiez même quantité de sucre ; vous le faites cuire au petit cassé et, retirant votre bassine du feu, vous y faites tomber votre marmelade ; vous remuez bien le mélange avec la spatule et le posez sur feu doux ; vous lui faites frissonner quelques bouillons et remuez toujours, jusqu'à ce que vous voyiez le fond de la bassine ; alors vous mettez le tout en moule (comme pour la pâte d'abricot). »

PÂTÉ IMPÉRIAL Mets chinois et (apprêté un peu différemment) vietnamien. Le pâté impérial chinois est fait d'un carré de pâte aux œufs et à la farine de blé, dans lequel on enroule une farce composée de porc, d'oignons, de queues de crevette, de pousses de bambou ou de germes de soja, de champignons parfumés, de ciboulette et parfois de châtaignes d'eau, liée avec des œufs et un assaisonnement à base de sauce soja, de gingembre et de poivre, relevé d'alcool de riz.

Les rouleaux sont frits et accompagnés d'une sauce soja à l'ail et au citron ; ils sont servis avec des feuilles de laitue, des germes de soja crus, des feuilles de menthe, du persil ou de la coriandre.

La version vietnamienne est appelée « nem ». On peut remplacer le porc par du poulet et les crevettes par du crabe ; la farce, qui est assaisonnée avec du nuoc-mâm, est enveloppée dans une fine galette de riz.

Les pâtés impériaux sont frits ou poêlés et servis avec du nuoc-mâm légèrement pimenté, des feuilles de menthe et de la laitue ; lorsqu'ils sont très petits, on les appelle *cha gio*.

PÂTÉ PANTIN Variété de pâté en croûte confectionnée sans moule. La farce (de viande, de volaille, de gibier ou de poisson) est cuite dans une abaisse de pâte qui l'enferme entièrement, et qui est posée à même la plaque du four. Le pâté pantin, rectangulaire ou oblong, se sert chaud ou froid, en entrée.

pâté pantin de volaille
Préparer la volaille comme pour une ballottine. La cuire, à moitié, dans un fond blanc de volaille, l'égoutter et la laisser refroidir. Étendre 600 g de pâte à brioche commune sur un plan de travail et la diviser en deux parties égales. Masquer l'une des parties de bardes de lard très fines, poser la ballottine au milieu et remonter la pâte tapissée de bardes tout autour. Disposer également des bardes fines sur le dessus, puis recouvrir avec la seconde moitié de la pâte. Souder les bords. Strier le dessus de la pâte, le dorer à l'œuf et y ouvrir une cheminée. Cuire 1 h 30 au four préchauffé à 190 °C. Servir tiède.

PÂTÉ DE PÉZENAS Petit pâté en croûte rond, farci d'un hachis de viande de mouton (gigot de préférence) et de graisse de rognon de mouton, additionné de cassonade, de zeste de citron et d'écorce d'orange confite, qui se sert très chaud, en entrée ou même en dessert, comme le conseillait Prosper Montagné au début du XXe siècle. La recette de ces pâtés languedociens est revendiquée par Béziers, où l'on vendait déjà dans les rues, au XVIIe siècle, des « petits pâtés à la viande ». Mais les pâtés de Pézenas semblent avoir une origine plus précise : lord Clive, vice-roi et gouverneur des Indes, passa l'hiver de 1766 à Pézenas ; son cuisinier indien lui préparait alors des pâtés à la viande de mouton épicés et sucrés (dont les Anglais ont toujours été friands), que les pâtissiers de la ville diffusèrent ensuite dans toute la région.

PÂTES ALIMENTAIRES Farinage non fermenté à base de semoule de blé et d'eau, comportant souvent des œufs. Les pâtes sont diversement façonnées, laminées ou tréfilées, parfois aromatisées, puis séchées pour assurer leur longue conservation (contrairement

aux pâtes dites « fraîches »). Elles sont vendues prêtes à cuire à l'eau, à garnir un potage ou à gratiner, ou bien farcies et à réchauffer.

Les pâtes étaient fabriquées depuis l'Antiquité en Chine, où, dit-on, Marco Polo les découvrit à la fin du XIIIe siècle. Il semble cependant qu'elles étaient déjà connues à cette époque en Italie et même en France, où Catherine de Médicis les introduisit au XVIe siècle. Devenant très vite populaires en Provence et en Alsace, après avoir gagné l'Europe centrale et l'Allemagne, les pâtes ne furent pourtant de consommation courante dans tout le pays que sous l'Empire, au début du XIXe siècle, mais, pendant des décennies encore, elles se limitèrent aux macaronis et aux vermicelles.

■ **Fabrication.** La fabrication des pâtes alimentaires se fonde sur un principe simple. La semoule est extraite des grains de blé dur, puis hydratée avec de l'eau potable de façon à atteindre 32 % d'humidité ; une partie de l'eau est éventuellement remplacée par des œufs frais. Le produit obtenu, mélange de grumeaux plus ou moins gros, passe à travers une vis sans fin qui force la pâte à travers une filière sous pression (de forme variable en fonction du résultat escompté), au sortir de laquelle elle est découpée. Le séchage consiste à obtenir une humidité qui ne dépasse pas 12,5 %. Les pâtes sont ensuite conditionnées en boîte de carton ou sous sachets de pellicule transparente.

Des pâtes de bonne qualité doivent être bien sèches, lisses et régulières, sans traînée blanchâtre, translucides et d'une teinte ivoire tirant sur le jaune ; à la cuisson, elles quadruplent normalement de volume.

Une portion moyenne de pâtes (60 g sèches ou 180 g cuites) fournit, sans assaisonnement, 230 Kcal et un apport en protéines végétales intéressant ; avec du beurre frais, de la sauce tomate et du fromage (c'est-à-dire des glucides, des lipides et des vitamines), les pâtes constituent un plat parfaitement équilibré.

■ **Pâtes classiques et spécialités.** Les pâtes se distinguent par la proportion de leurs composants.

• PÂTES CLASSIQUES. Elles ne comportent que de la semoule de blé dur et de l'eau. Il vaut mieux les choisir de qualité supérieure ; elles ont alors un aspect translucide et ambré. Leur goût varie avec leur format : coudes, coquillettes, macaronis ou tagliatelles, fabriqués avec la même semoule, n'ont pas la même saveur, indépendamment de l'assaisonnement. Parmi les pâtes classiques, on distingue généralement les pâtes à potage, les pâtes longues et les pâtes courtes.

• PÂTES AUX ŒUFS. Elles contiennent de trois à huit œufs par kilo de semoule et sont surtout appréciées à Paris et en Alsace.

• PÂTES AU GLUTEN. Elles comportent au moins 20 % de matières azotées provenant du gluten et ont une teneur réduite en glucides (56,5 %, contre 75).

• PÂTES AU LAIT. Elles renferment au moins 1,5 g d'extrait sec provenant du lait pour 100 g de pâtes.

• PÂTES AUX LÉGUMES OU AROMATISÉES. Elles sont additionnées, lors de leur fabrication, d'un légume haché (souvent des épinards), d'un aromate ou d'un suc (tomate, par exemple). Tout colorant artificiel est interdit.

• PÂTES FARCIES. Elles sont vendues en conserve, en paquet sous vide, surgelées ou en semi-conserve.

■ **Des dizaines de variétés.** On peut classer les pâtes alimentaires, dont la plupart sont originaires d'Italie, en quatre grandes familles.

• PÂTES À POTAGE. Très petites et de formes variées, elles regroupent les anellinis (petits anneaux, parfois dentelés), conchigliettes (petites coquilles), linguines (petits grains), penninis (plumes), risonis (grains de riz), stellines (étoiles), ainsi que les petites pâtes alphabétiques, les cheveux d'ange et les vermicelles.

• PÂTES À CUIRE. Ce sont les plus nombreuses. Les unes sont plates, plus ou moins larges (tagliatelles, fettucines), les autres sont rondes (spaghettis, spaghettinis et fedelinis, ces dernières étant les plus fines) ; d'autres encore sont soit creuses, soit droites (macaronis, rigatonis, pennes), ou courbes (coquillettes), ou encore présentées en nid (pappardelles), en papillon (farfalles), en hélice (eliches).

• PÂTES À GRATINER OU À CUIRE AU FOUR. Préalablement cuites à l'eau, elles comprennent les lasagnes (lisses ou à bords ondulés), mais aussi les tortiglionis (coudes striés), les gros macaronis (bucatinis), les conchiglies et les cravattines (nœuds de cravate), etc.

• PÂTES À FARCIR. Les plus courantes sont les cannellonis et les raviolis, mais les Italiens ont fait connaître également les agnolottis (petits chaussons), les cappellettis (petits chapeaux), les lumaches (grosses coquilles), les manicottis (gros cannellonis striés à extrémités biseautées), les tortellinis et tortellonis (plus ou moins gros), etc.

■ **Service des pâtes.** L'éventail des sauces pour pâtes est très varié, avec des apprêts plus ou moins épais, souvent à base de tomates, parfois additionnés de jambon, de viande hachée, de fruits de mer, de fromage, d'anchois, de blanc de volaille, de champignons, de légumes émincés, de langue écarlate, etc. Les sauces bolognaise et milanaise sont les plus traditionnelles. Les pâtes peuvent aussi être servies en timbale, en gratin, en salade, aux œufs brouillés, aux moules, en couronne, aux petits pois, etc. Les farces, elles, font intervenir la viande hachée, les épinards à la béchamel, les foies de volaille, le fromage et les fines herbes, la chair à saucisse, les champignons, etc. En Italie, le plat de pâtes se sert en entrée, alors que, en France, il constitue un accompagnement ou le plat principal.

pâtes : cuisson

Plonger les pâtes dans une grande quantité d'eau bouillante (2 litres pour 250 g de pâtes) contenant 1 cuillerée à soupe de sel par litre et, le cas échéant, une cuillerée d'huile ou de vinaigre cristal ; entretenir une bonne ébullition en remuant doucement. Les goûter de temps en temps pour qu'elles ne soient pas trop cuites. Les égoutter dès qu'elles sont al dente et les assaisonner aussitôt. Si elles doivent « attendre », les égoutter et les réserver au chaud avec 1 cuillerée à soupe d'huile ; au moment de l'emploi, les plonger 2 min dans de l'eau bouillante, les égoutter à nouveau et les accommoder.

civet de râble de lièvre aux pâtes fraîches → CIVET
timbale de pâtes à la bolognaise → TIMBALE

PÂTES DE CUISINE ET DE PÂTISSERIE

Mélanges à base de farine et d'eau avec lesquels on obtient soit du pain azyme et des pâtes alimentaires (en y ajoutant un peu de sel), soit de la pâte à pain (en y ajoutant du levain). En cuisine, et surtout en pâtisserie, les pâtes (dont certaines sont également levées) sont enrichies d'un corps gras, d'œufs, de lait, parfois de sucre, et de divers ingrédients complémentaires.

Une pâte peut constituer un fond, une croûte à garnir, une enveloppe qui se ferme, une poche qui se replie, un apprêt à farcir ou à fourrer, un enrobage plus ou moins fluide, un support de gâteau moelleux, ferme, sec ou léger. Selon son emploi, sa consistance est plus ou moins malléable ou fluide, en fonction de la proportion de liquide qu'elle contient.

■ **Composition.** Toutes les pâtes comportent du sel fin, même les pâtes sucrées de pâtisserie ; en revanche, celles des apprêts salés ne sont jamais sucrées.

– La farine, base de toute pâte, contient du gluten chargé d'amidon, lequel assure la cohésion du produit final. L'eau (ou le lait) délaie l'amidon, dissout le sel et le sucre, et permet aux levures de se développer (on obtient parfois l'effet levant en employant de la bière). La matière grasse, variable en quantité et diversement incorporée, donne à la pâte sa texture ; battu avec du sucre, le corps gras s'allège.

– Les œufs facilitent l'émulsion des corps gras et augmentent la résistance de la pâte après cuisson ; les blancs battus leur donnent une grande légèreté ; le jaune intervient aussi pour le dorage.

– Le beurre, tout en étant de consistance assez ferme, doit être malléable pour s'amalgamer à la farine ou pour s'incorporer au pâton.

– La levure chimique et la farine seront tamisées en même temps pour bien se mélanger. La levure sèche doit être délayée avec de l'eau.

Selon la manipulation (pétrissage, fraisage, tourage, fouettage, desséchage, foulage, temps de repos, ou « pousse »), on obtient les pâtes levées, les pâtes sèches ou les pâtes molles (ou coulées). La mise au point rigoureuse des recettes de base ainsi que leur exécution précise assurent la réussite des pâtes.

■ **Cuisson.** La plupart des pâtes se préparent à froid, en mélangeant plus ou moins rapidement les éléments (parfois sans homogénéisation, comme pour la pâte sablée), mais certaines se font en plusieurs temps, avec apport de chaleur : d'abord à l'eau bouillante sur le feu, puis au four à l'eau ou dans la friture pour la pâte à choux. Selon son utilisation finale, une même pâte peut se cuire différemment : brioche cuite au four ou dans un bain de friture ; pâte à choux pochée à l'eau, cuite au four ou frite ; feuilletage cuit au four ou en friture.

La cuisson a une importance capitale. Le four doit être chauffé à l'avance afin d'atteindre la température souhaitée au moment de l'enfournement.

• PÂTES LEVÉES. Les pâtes à baba, à brioche, à kouglof, à pain, à savarin, auxquelles on a incorporé du levain ou de la levure, également dites « pâtes poussées », lèvent par dégagement de gaz ; les pâtes à biscuit, la génoise et la meringue, elles, lèvent sous la seule action de la chaleur sur l'air emmagasiné soit dans les jaunes d'œuf travaillés avec le sucre, soit dans les blancs battus en neige ; on classe aussi dans les pâtes levées la pâte à choux, qui gonfle au four, dans un bain de friture ou par pochage ; les pâtes à frire et à beignets sont également additionnées de substance levante ou de blancs d'œuf battus, qui donnent à l'apprêt un aspect gonflé et moelleux.

• PÂTES SÈCHES. Elles sont composées de farine, de corps gras, de sel et d'un liant. La pâte brisée (ou à foncer), sèche et légère, faite rapidement et mise à reposer avant l'emploi, est la base classique des croûtes, pâtés, tartes, tourtes, etc. La pâte sablée, réservée à la pâtisserie fine, est très friable ; elle permet de réaliser gâteaux secs ou fonds de longue conservation, à garnir au dernier moment. Enfin, la pâte feuilletée, plus riche en matière grasse, est plus longue à travailler, mais peut se préparer à l'avance. Ses emplois sont très variés, tant en cuisine qu'en pâtisserie.

• PÂTES MOLLES. Elles sont dérivées des pâtes sèches ou des pâtes levées, en fonction des ingrédients qu'elles contiennent ; les biscuits de Savoie, les cakes et les madeleines comportent œufs battus ou levure : la pâte doit cuire et monter régulièrement. Les pâtes à biscuits et à gâteaux secs relèvent aussi de cette catégorie, de même que les pâtes à gaufres et à crêpes.

Pour toutes les pâtes, c'est l'action de la chaleur qui, après l'évaporation de l'élément liquide, donne la texture : sèche pour une croûte, moelleuse pour une génoise, croustillante pour un feuilletage, souple pour une crêpe, aérée pour un chou ou une brioche, etc.

Aujourd'hui, on trouve dans le commerce des pâtes surgelées en pâtons ou en abaisses, essentiellement pour les pâtes feuilletée et brisée.

coq en pâte → COQ
jambon poché en pâte à l'ancienne → JAMBON
pâte à baba → BABA
pâte à beignet → BEIGNET
pâte à biscuit → BISCUIT
pâte à brioche → BRIOCHE

pâte brisée

Tamiser 250 g de farine ; ajouter 1 pincée de sel, 20 g de sucre (selon le besoin) et disposer en fontaine. Mettre au centre 125 g de beurre, 1 œuf battu et pétrir ces éléments le plus rapidement possible en ajoutant 2 cuillerées à soupe d'eau très froide. Rassembler la pâte en boule, même s'il reste quelques parcelles de beurre mal incorporées. L'envelopper dans du papier d'aluminium et la laisser reposer 1 heure dans le réfrigérateur. La fraiser, puis l'abaisser sur un plan de travail légèrement fariné, selon une épaisseur variable suivant l'emploi. On peut aussi préparer la pâte brisée dans un appareil électrique avec les mêmes ingrédients ; elle est alors plus facile à abaisser.

pate à cannellonis → CANNELLONIS
pâte à choux → CHOU
pâte à crêpes → CRÊPE
pâte feuilletée → FEUILLETAGE

pâte à foncer
Disposer en fontaine 250 g de farine tamisée. Y mettre 5 g de sel et 125 g de beurre, ramolli et coupé en morceaux. Commencer à rassembler ces éléments, puis ajouter 2 cuillerées à soupe d'eau. Fraiser la pâte deux ou trois fois, la rassembler en boule, la couvrir d'un linge et la mettre 2 heures au frais. On peut confectionner une pâte à foncer « riche » avec 250 g de farine tamisée, 125 à 150 g de beurre, 1 œuf, 2 cuillerées à soupe d'eau, 25 g de sucre et 5 g de sel.

pâte à frire
Disposer en fontaine 250 g de farine tamisée dans une terrine, 2 œufs entiers, 5 g de sel fin et 2,5 dl de bière. Bien mélanger pour obtenir une pâte lisse et molle. Ajouter une fine pellicule d'huile en surface, puis laisser reposer 1 heure au frais. Au moment de l'emploi, incorporer à la spatule 2 blancs battus en neige très ferme avec 1 pincée de sel.

RECETTE DU RESTAURANT *TORIGAÏ*, À NANTES

pâte à frire japonaise
« Mélanger 250 g de farine et 1 cuillerée à café de fécule de maïs. Ajouter 1 jaune d'œuf et 1 cuillerée à café de saké. Incorporer 200 à 250 g d'eau glacée à l'aide d'une fourchette, en travaillant la pâte le moins possible. »

pâte à gaufre → GAUFRE
pâte à génoise → GÉNOISE
pâte à manqué → MANQUÉ
pâte à pain → PAIN
pâte à pâté : préparation,
pâte à pâté au saindoux → PÂTÉ
pâte à pizza : préparation → PIZZA

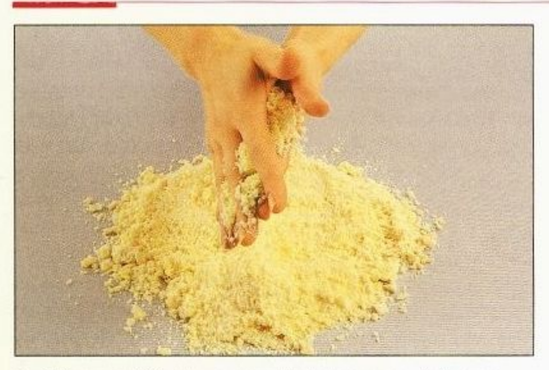
pâte sablée
Mélanger rapidement 250 g de farine tamisée et 125 g de beurre en pommade, et les disposer en fontaine. Ajouter 1 œuf entier, 125 g de sucre semoule et 1 cuillerée à café de vanille en poudre. Incorporer rapidement tous les éléments pour obtenir une pâte homogène. Rouler en boule, et laisser reposer 1 heure au frais.

pâte à savarin → SAVARIN

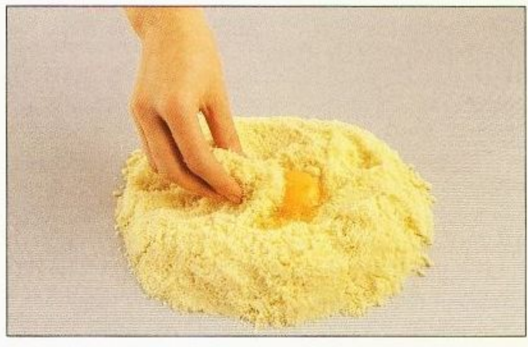
PÂTISSERIE Ensemble des apprêts sucrés ou salés nécessitant la présence d'une pâte comme support ou comme enveloppe et généralement cuits au four.

Le rôle du pâtissier s'exerce surtout dans le domaine des douceurs et des desserts : biscuits, entremets chauds, froids ou glacés, gros et petits gâteaux, petits-fours, pièces montées, etc. ; les bouchées, pan-

Confectionner une pâte sablée



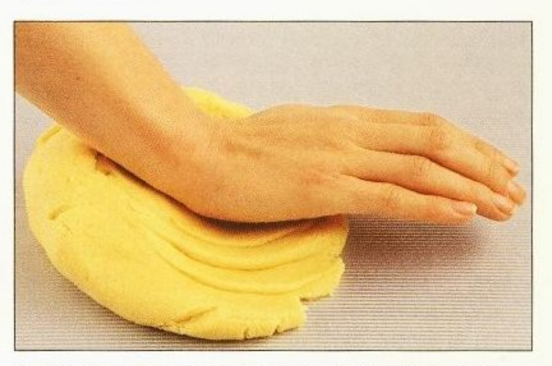
1. *Mélanger délicatement tous les morceaux de beurre de façon à les enrober de farine. Les écraser et les rouler entre les mains, doigts écartés, pour obtenir le sablage.*



2. *Creuser une fontaine dans le sablage. Y verser un œuf entier, l'eau, le sucre et une pincée de sel. Mélanger avec une seule main.*



3. *Incorporer peu à peu, du bout des doigts, le sablage au contenu de la fontaine. Écraser à pleine main sans pétrir. Former des boules de pâte et les fariner légèrement.*



4. *Fraiser les boules de pâte avec la paume de la main en une seule fois. La pâte sablée est prête à l'emploi.*

nequets, pâtés en croûte, quiches, rissoles, tourtes, vol-au-vent, etc., relèvent plutôt de l'art, professionnellement différent, du cuisinier.

La pâtisserie est étroitement liée à la glacerie et à la confiserie et nécessite le recours aux crèmes et sauces sucrées. Le mot « pâtisserie » désigne également la profession de pâtissier et la boutique où l'on vend ces produits.

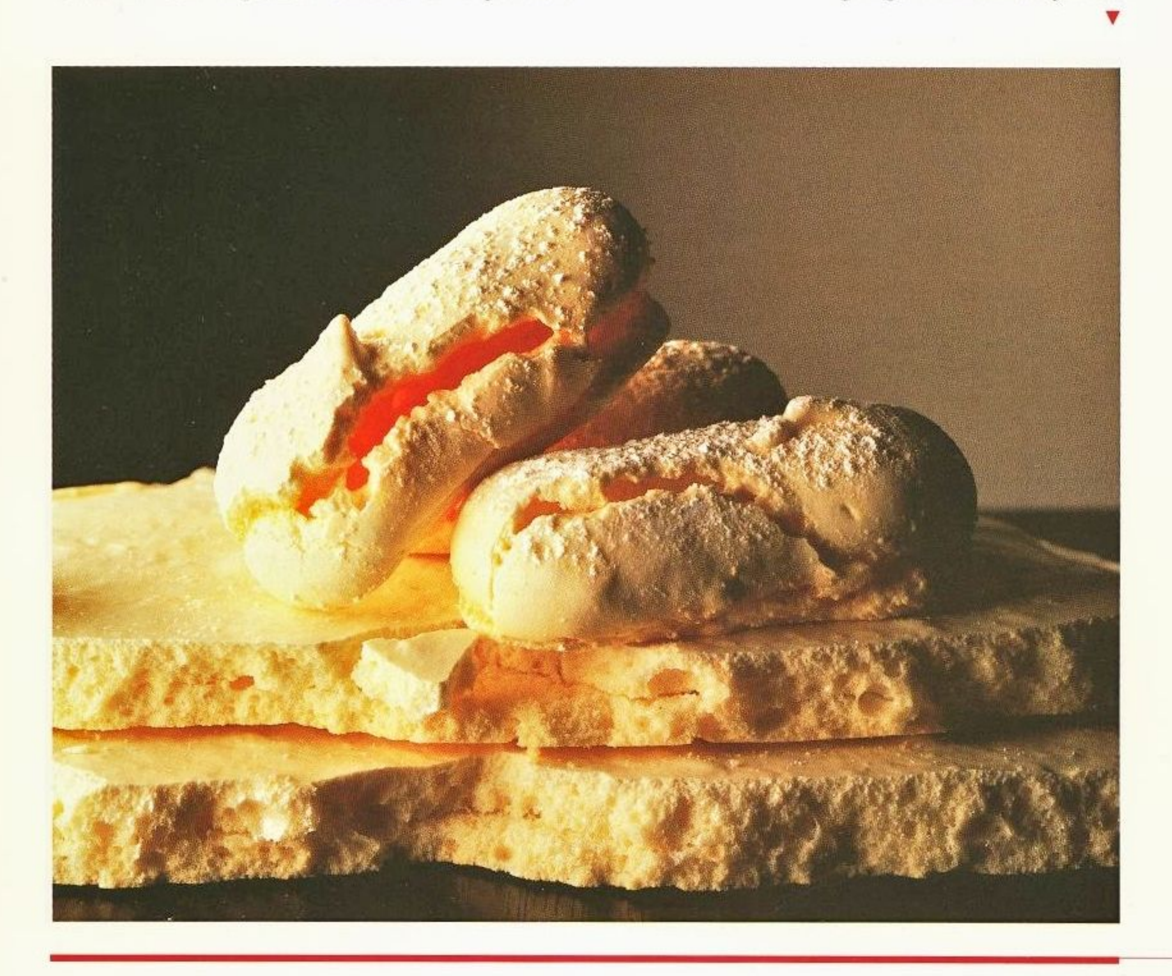
■ **Histoire.** Les hommes de la préhistoire savaient déjà confectionner des mets sucrés à base de sève d'érable ou de bouleau, de miel sauvage, de fruits et de graines. C'est, semble-t-il, au néolithique qu'apparurent les premières galettes (bouillie de céréales posée sur une pierre chauffée par le soleil). Les Égyptiens, les Grecs et les Romains, puis les Gaulois préparaient des galettes de maïs, de blé ou d'orge agrémentées de graines de pavot, d'anis, de fenouil ou de coriandre. Pains d'épice et « puddings » remontent à l'Antiquité, et les *obolios* grecs (ancêtres des oublies et des gaufres) ont donné leur nom aux premiers pâtissiers, les « obloyers » ou « oubloyers ». Ceux-ci se confondaient d'ailleurs avec les boulangers ; tous proposaient des pains au miel et aux épices, des pâtés à la viande, au fromage, aux légumes. On connaissait aussi les « beugnets » (beignets) aux pommes et les crèmes cuites.

Mais ce sont les croisés qui, au XIe siècle, découvrant en Orient la canne à sucre et la pâte feuilletée, donnèrent une impulsion décisive à la pâtisserie proprement dite. À cette époque, pâtissiers, boulangers, rôtisseurs et traiteurs revendiquaient des spécialités relevant du domaine des uns ou des autres. Saint Louis commença d'y mettre bon ordre en donnant, en 1270, un statut aux « maîtres oubloyers et aux varlets d'oubloiries ». En 1351, une ordonnance de Jean le Bon précisa la liste des « pâtisseries ». Une autre ordonnance, en 1440, accorda l'exclusivité des pâtés de viande, de poisson et de fromage aux « pâtissiers », qui eurent ainsi des droits mais aussi des devoirs de qualité.

Les statuts de 1485 prescrivirent le chômage aux fêtes légales et à la Saint-Michel, patron de la corporation. C'est en 1566 que s'opéra la fusion définitive entre pâtissiers et oubloyers, qui obtinrent aussi le monopole de l'organisation des noces et banquets. La corporation subsista jusqu'en 1776, date à laquelle Turgot supprima les « métiers ».

Cependant, l'art du pâtissier ne commença à exister véritablement qu'au XVIIe siècle, pour connaître son plein épanouissement aux XVIIIe et XIXe siècles. Quelques dates jalonnent cette histoire : 1638, invention des tartelettes amandines par Ragueneau ; 1740, introduction en France du baba, par l'intermédiaire

Pâtisserie légère
La pâte à meringue, aérienne, peut prendre toutes les formes.
▼



de Stanislas Leszczyński ; 1760, création, par Avice, des choux grillés et des ramequins ; 1805, invention du décor au cornet par Lorsa, pâtissier bordelais.

Le plus grand innovateur, à l'aube du XIXe siècle, reste sans conteste Antonin Carême, auquel la tradition attribue le croquembouche, la meringue, le nougat, le vol-au-vent et le perfectionnement de la pâte feuilletée.

Il fut suivi par d'autres « grands » comme Rouget, les frères Julien, Chiboust, Coquelin, Stohrer, Quillet, Bourbonneux, Seugnoy, etc., qui ont élargi l'éventail de la pâtisserie, avec les bourdaloue, gorenflot, mille-feuille, moka, napolitain, pain de Gênes, saint-honoré, savarin, trois-frères, etc.

PÂTISSON Variété de petite courge hémisphérique, de la famille des cucurbitacées, bordée de dentelures arrondies, pouvant atteindre 25 cm de diamètre (voir planche des courges et des courgettes page 337). Sa chair, d'un blanc laiteux sous une peau verdâtre, est ferme, légèrement sucrée, avec une saveur proche de celle de l'artichaut.

Appelé aussi « bonnet-de-prêtre » ou « bonnet d'électeur », le pâtisson est cultivé dans les pays chauds ; en France, on le trouve dans le Midi, en août et en septembre. Préalablement blanchi, il se cuisine surtout sauté dans des apprêts bien relevés. On peut aussi le farcir. Les très petits pâtissons sont confits au vinaigre et utilisés comme pickles.

PATTE Mot qui, au Canada, désigne le pied de porc. Le ragoût de pattes, typique du Québec, se caractérise par sa liaison à la farine grillée.

▶ **Recette** : RAGOÛT.

PAUILLAC Vin AOC rouge provenant d'une commune du haut Médoc, dont les vignobles produisent quelques-uns des meilleurs crus du monde, des vins puissants et corsés, ou fins et élégants (voir BORDELAIS).

PAULÉE Repas abondant organisé autrefois dans toutes les campagnes à la fin des moissons ou des vendanges.

Aujourd'hui, la paulée des vendanges ne survit plus guère qu'à Meursault, en Bourgogne, et elle a lieu à la fin du mois de novembre. C'est la dernière journée des « Trois Glorieuses » de la Côte de Beaune, la première étant consacrée au grand chapitre annuel des Chevaliers du Tastevin, au Clos de Vougeot, et la deuxième, à la vente aux enchères des vins des hospices de Beaune, dans la cuverie de l'hôtel-Dieu.

PAUPIETTE Apprêt fait d'une mince tranche de viande, généralement de veau, masquée de farce puis enroulée, éventuellement bardée et enfin ficelée ou maintenue par des bâtonnets de bois, puis braisée à court mouillement ou poêlée (voir OISEAU SANS TÊTE).

Par analogie, on réalise des paupiettes de chou (feuilles blanchies farcies diversement, roulées, ficelées et braisées) ou de poisson (tranches fines de thon, filets de sole, de merlan ou d'anchois, farcis et enroulés, puis cuits au fumet).

paupiettes de bœuf Sainte-Menehould

Braiser des paupiettes de bœuf aux trois quarts. Les laisser refroidir dans leur cuisson passée, puis les égoutter, les éponger et les enduire de moutarde additionnée d'une pointe de cayenne. Les arroser de beurre fondu, les rouler dans de la mie de pain finement émiettée et les faire griller doucement. Les dresser dans un plat de service garni de cresson. Réchauffer le fond de cuisson, le passer et le servir en saucière.

paupiettes de chou

Blanchir de 7 à 8 min, à l'eau bouillante salée, un chou entier, puis l'égoutter et le rafraîchir. Détacher les feuilles, retirer les grosses côtes. Hacher le cœur et y ajouter un volume égal de farce de viande. Faire des paupiettes en enroulant cette préparation dans les grosses feuilles et les ficeler. Les braiser 1 h 15.

RECETTE DE GEORGES BLANC

paupiettes de ris de veau braisé

« Blanchir et éplucher des noix de ris de veau, puis les cuire à feu doux 15 min sur un lit de carottes, de céleri et de poireaux fondus au beurre, avec un mouillement de vin blanc sec. Égoutter et escaloper régulièrement les ris. Enrouler ces tranches dans des feuilles d'épinards blanchies et tenir au chaud dans le plat de service. Faire réduire la cuisson des ris, la lier de beurre manié, d'une pointe de cari, d'un soupçon de moutarde et d'un peu de crème double. Rectifier l'assaisonnement. Passer au chinois sur les paupiettes. »

RECETTE DE A. DELAND, CHEF DE L'ANCIEN RESTAURANT *PAILLARD*

paupiettes de sole Paillard

« Étendre sur la table des filets de sole aplatis ; les saler, les poivrer et les recouvrir d'une mince couche de farce de poisson finie à la purée de champignon. Les rouler en forme de paupiettes. Masquer un plat à sauter d'oignons et de champignons émincés, ajouter 1 bouquet garni et disposer les paupiettes dans le plat. Mouiller de fumet de poisson ou de vin blanc sec, à peine à hauteur. Préchauffer le four à 220 °C et y faire cuire les paupiettes à couvert pendant 12 min. Les égoutter, les dresser sur des fonds d'artichaut dans un plat creux beurré, les couvrir et les maintenir au chaud. Passer la cuisson à la mousseline ou au tamis fin ; y ajouter un volume égal de purée de champignon, 2 jaunes d'œuf et 2 dl de crème fraîche. Faire prendre un bouillon, en fouettant, et rectifier l'assaisonnement. Napper les paupiettes de cette sauce ; faire glacer à four très chaud et servir aussitôt. »

PAUVRE HOMME (À LA) Se dit d'apprêts utilisant surtout des viandes de desserte accompagnées d'une sorte de sauce miroton claire, faite avec un roux

déglacé au vinaigre, réduit, mouillé de bouillon et additionné d'échalote, de ciboulette ou d'oignon haché, ainsi que de persil ciselé. L'appellation s'applique aussi à des noisettes et à des côtelettes de chevreuil sautées et nappées d'un déglaçage au vinaigre et à la marinade, lui-même lié de beurre manié et additionné de cornichons émincés.

PAVÉ Entrée froide, généralement faite d'une mousse moulée en carré ou en rectangle dans une terrine chemisée de gelée, et décorée de lames de truffe.

En pâtisserie, le mot désigne une pâtisserie ou un entremets de forme parallélépipédique, ainsi que le pain d'épice en bloc. Le « pavé » est également le terme générique employé pour les fromages épais de forme carrée.

pavés de riz Pompadour

Préparer 175 g de riz à entremets, en le cuisant jusqu'à ce qu'il commence à s'écraser. Le laisser tiédir. Puis beurrer une plaque et y étaler le riz sur une épaisseur de 1,5 cm. Tamponner la surface de beurre fondu et laisser refroidir complètement. Préparer 2 dl de crème pâtissière épaisse, parfumée au rhum, et tailler en salpicon 150 g de fruits confits. Détailler le riz en carrés de 5 cm de côté. Mélanger la crème pâtissière et le salpicon de fruits ; en masquer la face des pavés de riz qui a été en contact avec la plaque. Coller les pavés deux à deux, les paner à l'anglaise et les plonger dans de l'huile très chaude (180 °C). Les égoutter, les éponger sur du papier absorbant et les servir avec une sauce chaude à l'abricot.

PAVÉ (CHARCUTERIE) Saucisson sec épais auquel on a donné la forme d'un demi-cylindre ou d'un parallélépipède rectangle aplati. Le pavé est parfois enrobé de poivre ou d'herbes aromatiques.

PAVÉ (VIANDE) Tranche très épaisse de bœuf, prélevée dans les morceaux les plus tendres, destinée à être grillée ou poêlée, et qui est servie en général pour une personne.

PAVÉ D'AUGE Fromage normand de lait de vache (50 % de matières grasses), à pâte molle et à croûte lavée (voir tableau des fromages français page 495). Le pavé d'Auge se présente sous la forme d'un carré de 11 cm de côté et de 5 cm d'épaisseur. Il ressemble au pont-l'évêque, mais il est plus corsé et plus gras.

PAVOT Plante herbacée, de la famille des papavéracées, très répandue dans les pays tempérés et les régions chaudes d'Asie, et dont il existe plusieurs variétés plus ou moins opiacées. On consommait autrefois les feuilles du pavot comme celles de l'épinard. Aujourd'hui, si certaines variétés cultivées en Europe septentrionale fournissent également l'huile d'œillette, très appréciée, ce sont surtout les graines du pavot qui, en raison de leur goût de noisette, sont utilisées en pâtisserie (Turquie, Égypte et Europe centrale) : elles parfument une crème pour fourrer des gâteaux ou se parsèment à la surface des petits pains. Ces graines condimentent également des fromages frais, relèvent les nouilles chinoises à la farine de riz et interviennent dans les caris indiens.

PAYSANNE Mélange de légumes taillés en fins bâtonnets (pomme de terre, carotte, navet), ou en carrés (chou) d'environ 1 cm^2, utilisé pour confectionner des potages dits « taillés » ou pour garnir une viande, un poisson, une omelette. Par extension, divers apprêts sont dits « à la paysanne » quand ils sont braisés avec une fondue de légumes, lesquels ne sont pas forcément taillés « en paysanne ». Les pommes de terre « à la paysanne » sont coupées en rondelles, mijotées dans du bouillon avec des aromates, et l'omelette « à la paysanne » comporte des pommes de terre, de l'oseille et des fines herbes.

▶ **Recettes** : CÉLERI-RAVE, POTAGE, SOLE, VEAU.

PAYS-BAS La cuisine néerlandaise s'apparente aux cuisines de la Belgique et de l'Allemagne du Nord. Dans ce pays riche en pâturages, les produits laitiers sont abondants et savoureux, et les fromages réputés : édam (grosse boule rouge ou jaune), fromage de Leyde (rond et plat, aromatisé au cumin ou à l'anis), gouda (grande roue plate de couleur jaune-crème, parfois aromatisée au cumin), mimolette orange, etc.

Les Pays-Bas sont à la fois un pays d'élevage et de pêche, où se côtoient sur les tables des charcuteries et des poissons très variés, salés ou fumés ; accompagnés d'une grande gamme de pains, ceux-ci garnissent le fameux *koffietafel*, buffet froid qui tient lieu de déjeuner, le repas principal étant servi le soir.

Un proverbe local assure : « Quand le hareng est là, les docteurs sont loin. » Les Néerlandais réservent en effet à ce poisson une place prépondérante. Lorsque la flotte de pêche appareille, au début de mai, il y a fête dans tous les ports ; au retour, le premier tonneau de harengs salés débarqué est offert à la reine.

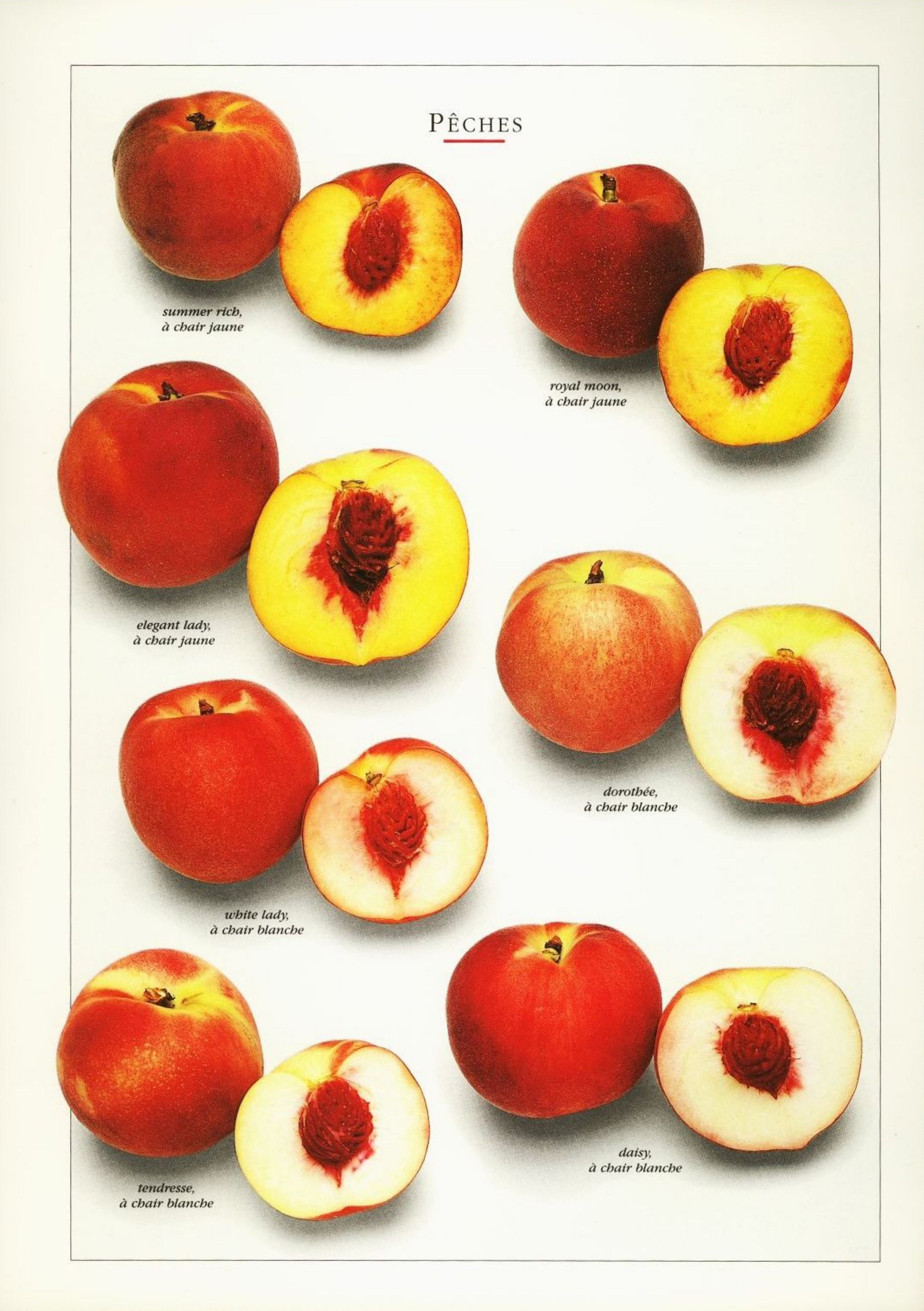
■ **Des plats consistants.** La cuisine néerlandaise est plutôt roborative. En hiver surtout, on apprécie la soupe aux pois cassés, le *hutspot* (potée garnie de plat de côtes), le *balkenbrij* (gâteau de tête de porc servi avec une compote de pomme), le *hazepepper* (civet de lièvre au poivre) ou le jarret de veau à la choucroute, mais aussi le *rolpens* (viande marinée puis sautée, servie avec des pommes de terre et de l'ananas) ou encore l'escalope de veau saucée de crème au fromage, muscadée et garnie de légumes verts.

Le riz, importé en grande quantité des anciennes colonies hollandaises, est l'ingrédient de base de nombreux mets sucrés et salés. Le rijsttafel (voir ce mot), inspiré de la cuisine indonésienne, est une des traditions néerlandaises les plus typiques. Parmi les pâtisseries et les douceurs – speculos des fêtes de fin d'année, crêpes aux épices, *boterkoek* (gâteau au beurre) et *hopjes* (caramels au café) –, le gingembre, la cannelle et la muscade jouent un rôle notable.

Les Néerlandais apprécient le café, la bière, le lait, ainsi que les vins du Rhin ou de France, mais aussi le genièvre et les liqueurs (advocaat et curaçao).

Caractéristiques des principales variétés de pêches

variétés	provenance	époque	aspect
à chair blanche			
alexandra	Languedoc, Roussillon, Rhône-Alpes, Provence	mi-fin juin	ronde à tendance ovale, rouge foncé, tendance à noyau fendu
aline	Rhône-Alpes, Languedoc, Provence	mi-août	ronde, régulière, rouge rosé
anita	Languedoc, Roussillon, Rhône-Alpes, Provence	fin juin-début juill.	ronde, régulière, tendance à noyau fendu
daisy	vallée du Rhône	mi-fin juill.	ronde, coloration lumineuse
dolores	Rhône-Alpes, Languedoc, Provence	mi-fin août	ronde, régulière, rouge à rouge foncé
dorothée	Rhône-Alpes, Languedoc, Provence	début, mi-août	ronde, régulière, rouge rosé
manon	Languedoc, Roussillon, Provence, Rhône-Alpes	fin juin-début juill.	arrondie, régulière
primerose	Languedoc, Roussillon, Provence	début, mi-juin	ronde à tendance ovale
redrobin	Languedoc, Roussillon, Provence, Rhône-Alpes, Sud-Ouest	début juill.	ronde, aplatie, régulière
redwing	Languedoc, Roussillon, Provence, Rhône-Alpes, Sud-Ouest	mi-juill.	ronde, rouge violacé
tendresse	Languedoc, Rhône-Alpes	début août	ronde, aplatie et régulière rouge à rouge rosé
white lady	vallée du Rhône	fin juill.-mi-août	ronde, rouge dominant
à chair jaune			
elegant lady	Languedoc, Roussillon, Provence, Rhône-Alpes	début, mi-août	ronde, régulière, entièrement rouge
flavorcrest	Languedoc, Roussillon, Provence	mi-juill.	ronde, régulière
maycrest	Languedoc, Roussillon, Provence	mi-juin	ronde, régulière, rouge à rouge-orangé
melodie	Languedoc, Roussillon, Provence, Rhône-Alpes	mi-fin juill.	ronde, régulière
o'henry	Languedoc, Roussillon, Provence, Rhône-Alpes	début sept.	rouge-orangé à rouge foncé dominant
redtop	Languedoc, Roussillon, Provence, Rhône-Alpes	mi-fin juill.	ronde, régulière
royal moon	Languedoc, Rhône-Alpes	fin juill.	ronde et régulière, rouge foncé à rouge orangé, striée
springcrest	Languedoc, Roussillon, vallée du Rhône	mi-fin juin	ronde, rouge sur fond jaune
springlady	Languedoc, Roussillon, Provence	fin juin	ronde, régulière
summer rich	Languedoc, Rhône-Alpes	mi-fin juill.	ronde et légèrement aplatie, rouge foncé à rouge, épiderme duveteux
symphonie	Languedoc, Roussillon, Provence, Rhône-Alpes	début, mi-août	régulière
toplady	Languedoc, Roussillon, Provence, Rhône-Alpes	mi-août	régulière
pêche plate	Sud-Est, Sud-Ouest	mi-juill., fin août-mi-sept.	très velue, craquelée, chair blanche
pêche sanguine	vallée du Rhône	août-sept.	chair lie de vin


PÊCHES
summer rich,
à chair jaune
royal moon,
à chair jaune
elegant lady,
à chair jaune
dorothée,
à chair blanche
white lady,
à chair blanche
tendresse,
à chair blanche
daisy,
à chair blanche

PÉCHARMANT Vin AOC rouge faisant appel aux cépages bordelais, produit sur des coteaux déployés en amphithéâtre autour de Bergerac (voir SUD-OUEST).

PÊCHE Fruit du pêcher, arbre de la famille des rosacées, à la peau veloutée, dont la chair juteuse et parfumée, blanche ou jaune, renferme un noyau. Originaire de Chine, la pêche a de tout temps été très appréciée comme fruit de table et utilisée dans des entremets délicats. À l'époque de Louis XIV, à la fin du XVII[e] siècle, l'agronome La Quintinie obtient de splendides variétés. Très en faveur sous l'Empire, puis sous la Restauration, ce fruit donna naissance à des apprêts raffinés : Bourdaloue, cardinal, Condé, en beignets, flambée, à l'impératrice, sans oublier, à la fin du XIX[e] siècle, la pêche Melba. Très digeste, fournissant 52 Kcal pour 100 g, la pêche est riche en potassium, en vitamines C, B1, B2, PP et provitamine A ; elle contient 12 g de sucre pour 100 g. À l'achat, elle doit être bien mûre, odorante, avec une peau fine, bien colorée, sans taches brunes. La plupart des vitamines étant situées dans la peau, il serait préférable de ne pas la peler quand on la déguste comme fruit de dessert, et de la rincer simplement à l'eau.

■ **Emplois.** En France, les pêches proviennent surtout du Sud-Est et du Sud-Ouest ; on distingue les pêches blanches (fragiles, mais très parfumées, de texture fine, constituant 30 % de la récolte), les pêches jaunes (plus résistantes et moins juteuses, représentant près de 70 % de la récolte), les pêches sanguines et les « pêches de vigne », qui ont une chair rouge très parfumée. En Espagne, les pêches plates, très courantes, ont une chair particulièrement juteuse, souvent délicieuse.

La pêche accompagne certains mets salés (foie de veau, canard, crabe), mais elle donne surtout lieu à des desserts chauds ou froids : couronnes et bordures, tartes, croûtes, glaces et sorbets, fruits pochés au sirop ou au vin. On prépare aussi une liqueur de pêche, ainsi qu'une eau-de-vie et des fruits confits.

compote de pêche → COMPOTE

pêches à la bordelaise

Ébouillanter 4 pêches 30 s, les peler, les ouvrir en deux et les dénoyauter. Les poudrer de sucre et les laisser macérer 1 heure. Faire bouillir 3 dl de bordeaux additionné de 8 morceaux de sucre et d'un fragment de cannelle. Pocher les moitiés de pêche de 10 à 12 min dans ce sirop. Dès qu'elles sont cuites, les égoutter et les dresser dans une coupe en verre, puis les arroser de leur sirop de cuisson réduit. Laisser refroidir. Servir avec des petits-fours secs et de la glace à la vanille.

pêches dame blanche

Mélanger 1 cuillerée à soupe de kirsch et autant de marasquin dans un plat creux, et y faire macérer 4 tranches d'ananas. Faire bouillir 1/4 de litre d'eau avec 250 g de sucre semoule et 1/2 gousse de vanille fendue en deux. Peler 2 grosses pêches. Les pocher 10 min environ dans le sirop à petite ébullition, en les roulant de temps en temps ; retirer du feu. Égoutter les pêches, les couper en deux et les dénoyauter. Garnir le fond de 4 coupes avec de la glace à la vanille (1/2 litre en tout), recouvrir de 1 tranche d'ananas, puis d'une demi-pêche. Couronner de chantilly bien froide avec une poche à douille cannelée et décorer les tranches d'ananas d'un turban de crème.

pêches Melba

Préparer 1/2 litre de glace à la vanille et 3 dl de purée de framboise. Plonger 8 pêches 30 s dans l'eau bouillante, puis les égoutter, les rafraîchir et les peler. Préparer un sirop avec 1 litre d'eau, 500 g de sucre et 1 gousse de vanille, le faire bouillir 5 min, y pocher les pêches pelées de 7 à 8 min sur chaque face ; les égoutter et les laisser refroidir complètement, les couper en deux et les dénoyauter. Masquer une grande coupe avec la glace à la vanille. Disposer les pêches dessus et les napper de purée de framboise.

salade de poires et de pêches aux framboises → SALADE DE FRUITS

sauce aux pêches crues, sauce aux pêches cuites → SAUCE DE DESSERT

PECORINO Fromage italien de lait de brebis, à pâte pressée, cuite ou crue, et à croûte brossée, souvent huilée et teintée en ocre (voir tableau des fromages étrangers page 499). Le pecorino est produit dans le sud de l'Italie, sous des formes et des appellations différentes. Le plus connu est le pecorino romano, à pâte cuite (36 % de matières grasses). Il se présente sous la forme d'un cylindre de 20 à 26 cm de diamètre et de 14 à 22 cm d'épaisseur ; affiné au moins huit mois, il a une saveur piquante. Le pecorino siciliano et le pecorino sardo, plus gras, sont des pâtes crues.

PECTINE Substance gélifiante naturelle, constituée de glucides, présente dans de nombreux végétaux, en particulier dans le jus de certains fruits (citron, coing, groseille, mûre, orange et pomme). La pectine est aussi extraite industriellement du marc de pomme desséché.

Au cours de la fabrication des confitures, elle favorise la « prise », surtout pour les gelées ; on réussit plus facilement celles-ci en faisant bouillir, avec le sucre et le jus des fruits, des peaux et des pépins de pomme ou de coing noués dans une mousseline.

PÉKINOISE (À LA) Se dit de tronçons de poisson frits ou de beignets de langoustine, servis avec une sauce aigre-douce chinoise. Celle-ci est faite d'ail et d'oignon hachés avec du gingembre, sués au beurre, poudrés de sucre, puis mouillés de sauce soja et de jus de tomates fraîches ; le tout est lié de fécule de maïs, puis additionné de champignons chinois (noirs ou parfumés).

▶ **Recette** : CHOU CHINOIS.

▶ *Pêches à la bordelaise*



PÉLARDON Fromage cévenol de lait de chèvre (45 % de matières grasses), à pâte molle et à croûte naturelle très fine (voir tableau des fromages français page 497). Le pélardon se présente sous la forme d'un disque de 6 à 7 cm de diamètre et de 2,5 à 3 cm d'épaisseur. De fabrication fermière, ou de petites laiteries, il a une saveur délicate et noisetée.

PELER Éliminer la couche superficielle d'un aliment. Pour un légume ou un fruit crus, on utilise un couteau d'office ou un économe. Pour une pièce de viande, un couteau à lame courte ou longue permet d'éliminer une couche graisseuse ou un nerf. Pour un poisson, un couteau à filet de sole aide à ôter la peau qui adhère à la chair. Peler un ingrédient préalablement ébouillanté ou passé dans de l'huile chaude, c'est le « monder » (voir ce mot).

PELLAPRAT (HENRI PAUL) Chef cuisinier français (Paris 1869 - *id.* 1950). Après avoir fait son apprentissage chez le pâtissier parisien *Pons,* il entra comme cuisinier chez *Champeaux,* devint adjoint chez Casimir Moisson, puis chef à *la Maison dorée.* Devenu professeur de cuisine aux écoles du Cordon-Bleu, à Paris, il écrivit de nombreux ouvrages culinaires, qui font toujours autorité : *l'Art culinaire moderne,* dont la première édition date de 1935, *la Cuisine familiale et pratique, le Poisson dans la cuisine française.*

PELLE Grande spatule plate à bout arrondi, rectangulaire ou triangulaire, montée sur un manche. La pelle sert à prélever dans le plat de service certains mets délicats sans les briser.
– La pelle à four, en bois et dotée d'un manche de 2 m, est un outil de professionnel, utilisé pour sortir les grandes plaques à pâtisserie.
– La pelle à pâtisserie, petite et creuse, en aluminium ou en bois, sert à prendre de la farine, du sucre, etc.
– La pelle à poisson, en Inox ou en métal argenté, parfois légèrement creuse, peut être coulissante pour les grands poissons.
– La pelle à tarte, en porcelaine, en faïence, en acier ou en métal argenté, est assortie à la vaisselle ou aux couverts ; elle sert aussi à prélever des parts de glace.

PELMIENI Raviolis russes, originaires de Sibérie. Faits en pâte à nouilles, ils sont farcis de viande hachée, de purée de pomme de terre au fromage ou de chair de volaille, cuits à l'eau bouillante salée et servis incomplètement égouttés, arrosés de beurre fondu. On présente souvent à part de la crème aigre ou du jus de viande additionné de jus de citron.

PELURE D'OIGNON Nom donné autrefois au vin rosé. Cette expression, devenue aujourd'hui péjorative, désigne la nuance orangée que certains vins rouges acquièrent en vieillissant et que d'autres, rosés ou rouges, ont naturellement.

PEMMICAN Viande séchée, fermentée et pressée, que les Indiens d'Amérique du Nord consommaient grossièrement hachée ou en bouillie.

PEPINO Fruit d'un sous-arbrisseau de la famille des solanacées, cultivé en Amérique centrale et en Amérique du Sud. Le pepino a une pulpe ferme mais juteuse, au goût peu prononcé, pauvre en sucre et riche en vitamine C. Il se déguste comme un melon.

PEPPERMINT Liqueur de menthe fabriquée avec diverses variétés de menthe, mises à macérer dans de l'alcool. L'infusion est ensuite filtrée et édulcorée. Le peppermint se boit soit nature, soit sur glace, ou à l'eau, ou encore avec une paille, sur de la glace pilée.

PEQUET Alcool belge proche du genièvre, que l'on boit dans la région de Liège. Titrant de 30 à 40 % Vol., le pequet est fabriqué avec de l'orge distillé et des baies de genièvre. Il est parfois vieilli en fût.

PERCHE Poisson des eaux stagnantes ou faiblement courantes, de la famille des percidés, de goût très fin (voir planche des poissons d'eau douce page 819). La perche mesure de 25 à 35 cm, mais peut atteindre de 50 à 60 cm, et peser 3 kg, ce qui est d'autant plus exceptionnel que sa croissance est lente. D'aspect bossu, avec un dos brun verdâtre marqué de quelques bandes foncées, elle possède deux nageoires dorsales contiguës, brun-vert également, alors que les autres nageoires sont rouges ; la première nageoire dorsale ainsi que les opercules sont épineux. La perche doit être écaillée aussitôt pêchée, sinon l'opération devient impossible. Les petites perches se traitent en friture ; les moyennes se préparent à la meunière ou en matelote, et les grosses peuvent se farcir, comme l'alose.

D'autres poissons à nageoire épineuse ont été surnommés « perches », notamment la « perche soleil », importée des États-Unis, ou encore la « perche noire », ou black-bass, la petite « perche goujonnière », qui ne se mange qu'en friture, et la « perche de mer », qui est une variété de bar tacheté. La perche dite « canadienne » en France porte au Canada le nom de « perchaude », la perche noire est appelée « achigan » et la perche soleil, « crapet soleil ».

filets de perche à la milanaise

Préparer du risotto à la piémontaise avec 250 g de riz. Lever les filets de 4 perches, les laver, les éponger, les paner à l'anglaise et les cuire au beurre des deux côtés. Beurrer un plat de service long, le masquer de risotto et y dresser les filets. Décorer de quartiers de citron.

PERCOLATEUR Appareil utilisé dans les hôtels pour préparer du café en grande quantité. Fonctionnant sur le principe de la percolation (association de l'infusion et de l'infiltration), il est constitué d'un réservoir à eau froide, d'un générateur d'eau chaude et d'un porte-filtre contenant le café moulu. Par thermosyphon, l'eau froide propulse l'eau chaude qui traverse le café. La boisson est alors poussée vers un récipient verseur plus ou moins grand, placé sur une plaque chauffante ; l'infusion se fait facilement par gravité à une température avoisinant 95 °C.

PERDREAU ET **PERDRIX** Gibier à plume de la famille des phasianidés, très apprécié et chassé sur tout le territoire français, et dont il existe deux variétés principales : la perdrix rouge et la perdrix grise (voir tableau des gibiers page 523). Mâle ou femelle, la perdrix est appelée « perdreau » quand elle a moins de huit mois.

– Le perdreau se reconnaît à son bec flexible et à la première plume de l'aile, marquée d'un point blanc. Le très jeune perdreau d'ouverture est dit « pouillard ».

– La perdrix rouge, la plus grosse (400 à 500 g), a le dos et le ventre roussâtres, la gorge blanche et le bec et les pattes rouges.

– La perdrix grise, gris-roux sur le dos et gris cendré sous le ventre, avec une tache marron chez le mâle, est la plus connue. Exportée en Amérique, elle s'est très bien adaptée dans le sud du Canada et le nord des États-Unis.

– La perdrix bartavelle, voisine de la perdrix rouge, qui jouissait d'une haute réputation gastronomique, est devenue rarissime ; elle vit surtout dans les Alpes, au-dessus de 2 000 mètres.

– Le colin (perdrix d'Amérique), introduit en France, donne de bons résultats.

Au Canada, on appelle aussi « perdrix » certaines espèces locales comme la gelinotte huppée, le lagopède (perdrix blanche) et le tétras (perdrix des savanes) ; on les cuisine souvent avec des fèves au lard ou un rôti de porc, ce qui les rend plus moelleuses.

■ **Emplois.** Le perdreau, à la chair tendre et fondante, est vite cuit ; bardé ou entouré de feuilles de vigne, il est rôti avec des baies de genièvre ou du raisin, éventuellement farci.

La perdrix nécessite une cuisson plus prolongée que pour le perdreau (on considère que celui-ci n'a plus droit à ce nom après le 1er octobre, car, comme on le disait à l'époque où la Saint-Rémi se fêtait ce jour-là : « À la Saint-Rémi, tous les perdreaux sont perdrix »). Très jeune, la perdrix s'accommode, en fait, comme le perdreau (pâté, salmis, soufflé, truffée, en casserole, en chaud-froid, en crépine, en estouffade, en gelée, en mousse, etc.). Vieille, elle s'apprête classiquement en chartreuse, aux lentilles ou aux choux, et s'emploie aussi pour les farces, purées et coulis.

chartreuse de perdreau → CHARTREUSE

RECETTE DE PAUL HAEBERLIN

côtelettes de perdreau Romanov

« Mettre à tremper, dans de l'eau froide, 2 belles crépines de porc intactes. Plumer 4 jeunes perdreaux ; les flamber et les vider en conservant les foies et les cœurs. Désosser les poitrines et enlever la peau. Détacher les pattes, mais les garder entières en leur coupant les griffes. Mettre les poitrines à mariner dans 4 cuillerées à soupe de porto et 1 cuillerée à soupe de cognac ; saler et poivrer. Préparer une farce en passant au hachoir à grille fine 100 g de porc, 100 g de lard gras, 50 g de foies de volaille, ainsi que les foies et les cœurs des perdreaux. Éplucher 2 échalotes, les hacher et les faire fondre au beurre, puis les mélanger dans un bol avec 1 jaune d'œuf, du sel épicé et un peu de jus de truffe. Préparer la sauce en faisant d'abord revenir dans une casserole les os des perdreaux avec 1 oignon et 1 carotte en brunoise ; poudrer de fleur de thym, ajouter 1 tomate pelée et concassée, puis verser 2,5 dl de vin blanc, la marinade et 1 louche de fond de veau ; ajouter 6 baies de genièvre et laisser cuire 1 heure (il faut que le fond soit sirupeux). Étendre les crépines sur une planche, les éponger et couper chacune d'elles en deux rectangles de 20 x 15 cm. Poser sur chaque rectangle une mince couche de farce, en mettant 1 patte de perdreau au bout. Poser sur la farce 1 poitrine de perdreau, ajouter 1 tranche fine de foie gras et 1 rondelle de truffe. Recouvrir d'une autre couche mince de farce. Rabattre la crépine sur la farce et façonner une côtelette dont l'os est formé par la patte du perdreau. Lorsque les 4 côtelettes sont formées, les faire rôtir au four préchauffé à 250 °C pendant 10 min : elles doivent rester légèrement rosées. Dresser les côtelettes sur un plat, en garnissant le bout des pattes d'une petite manchette de papier blanc. Passer le fond de cuisson au chinois, lui ajouter 1 louche de crème double et monter la sauce avec 100 g de beurre. Rectifier l'assaisonnement et verser la sauce sur les côtelettes. Servir avec une purée de marron ou des cèpes frais poêlés. »

perdreau à la coque

Vider un jeune perdreau, le flamber, le saler, le poivrer et l'enduire intérieurement de foie gras. Recoudre les orifices. Emplir une marmite d'eau salée et poser en travers un bâtonnet reposant sur les bords. Porter l'eau à ébullition. Y plonger le perdreau en le suspendant par les pattes au milieu du bâtonnet. Cuire 20 min à gros bouillons, retirer le perdreau et le laisser refroidir, puis le réserver au réfrigérateur.

perdreau en pistache

Farcir un perdreau avec un mélange composé de son foie, de mie de pain, de jambon cru, de persil et d'ail, le tout haché et lié avec 1 œuf. Trousser le perdreau, le barder, le saler et le poivrer ; le mettre dans un poêlon en terre où l'on aura fait chauffer 3 cuillerées à soupe de graisse d'oie. Lorsqu'il est bien doré, le retirer. Mettre à la place 1 cuillerée à soupe de jambon cru haché grossièrement ; le faire revenir, le poudrer de 1 cuillerée de farine et le cuire quelques instants. Mouiller avec 1/2 dl de vin blanc sec, puis avec 1 dl de bouillon ; ajouter 1 cuillerée à soupe de purée de tomate, 1 bouquet garni et 1 petit morceau d'écorce d'orange sèche ; cuire 10 min. Retirer le jambon et le bouquet ; passer la sauce. Remettre le perdreau dans la cocotte avec le jambon et le bouquet, puis y verser la sauce. Porter à ébullition, couvrir et cuire 10 min ;

ajouter 12 gousses d'ail blanchies à l'eau bouillante salée et égouttées, et poursuivre la cuisson 30 min à petite ébullition. Retirer le bouquet garni et servir dans le poêlon de cuisson.

RECETTE DE ROGER LAMAZÈRE

perdreaux en croustade

« Désosser entièrement 4 perdreaux ; réserver les filets et les faire mariner 24 heures dans 7,5 dl de vin rouge. Hacher au mixeur la chair des cuisses et les foies ; saler et poivrer, puis travailler cette farce sur de la glace, en y incorporant 2 œufs, puis 150 g de crème fraîche, petit à petit. Mettre cette mousse dans le réfrigérateur, puis la façonner en petites quenelles. Faire un fond de gibier avec les parures, les carcasses et la marinade des perdreaux ; laisser réduire de moitié, puis ajouter 3 dl de demi-glace ; passer ce fond et y pocher les quenelles de mousse de perdreau. Faire cuire 4 croustades rectangulaires en pâte feuilletée. Faire sauter d'autre part au beurre 4 belles têtes de cèpes émincées, les saler et les poivrer. Après le pochage des quenelles, faire réduire le fond pour obtenir 4 dl de sauce ; bien la dépouiller pendant la réduction. Au dernier moment, la lier avec 50 g de foie gras. Faire sauter au beurre les filets de perdreau ; saler, poivrer, mais ne les cuire que 2 min sur chaque face, pour les tenir rosés. Garnir les croustades avec les quenelles, les cèpes et les filets de perdreau ; ajouter un peu de sauce et passer à four très doux pendant 3 min. Servir la sauce à part. »

perdreaux farcis à la gelée

Désosser des perdreaux par le dos, les ouvrir, les saler et les poivrer. Les farcir chacun avec 100 g de farce de gibier truffée, en plaçant au milieu un morceau de foie gras cru et 1 petite truffe pelée ; saler et poivrer, ajouter un peu de quatre-épices et arroser de cognac. Refermer les perdreaux, les trousser et les envelopper chacun d'une fine barde de lard gras ; les cuire à court mouillement dans un fond de gelée au madère (préparé avec les carcasses et les parures des perdreaux, du jarret de veau et des couennes fraîches). Égoutter les perdreaux, les débarder, les débrider et les éponger, puis les déposer dans une terrine ovale, les laisser refroidir et les mettre dans le réfrigérateur. Clarifier la gelée et en recouvrir entièrement les perdreaux. Les remettre dans le réfrigérateur.

perdreaux Monselet

Parer 2 perdreaux et les farcir de foie gras additionné d'un salpicon de truffe. Les brider, les saler, les poivrer et les dorer au beurre dans une petite cocotte. Couvrir et poursuivre la cuisson 15 min à feu doux. Ajouter deux fonds d'artichaut escalopés, citronnés et passés au beurre ; cuire 15 min. Tailler une truffe en salpicon, l'ajouter dans la cocotte. Arroser de 2 cuillerées à soupe de cognac chauffé et flamber. Servir dans la cocotte avec une garniture de girolles légèrement aillée.

perdreaux à la vigneronne

Plumer deux perdreaux, les vider et les brider en entrée. Les cuire 30 min au beurre dans une cocotte, puis les égoutter et les débrider. Mettre dans la cocotte 24 grains de raisin pelés et épépinés, 3 cuillerées de fumet de gibier et 1 cuillerée de cognac flambé ; faire étuver 5 min à couvert, puis remettre les perdreaux par-dessus, laisser réchauffer et servir en cocotte.

perdrix au chou

Nettoyer 1 gros chou vert, le couper en huit, le blanchir 8 min, puis le rafraîchir et l'égoutter. Beurrer une cocotte et y mettre le chou, avec 500 g de lard de poitrine, 1 oignon piqué de 2 clous de girofle et 1 bouquet garni. Arroser avec 1 verre de bouillon, couvrir et cuire 1 heure à petits frémissements. Plumer 2 perdrix, les vider et les brider ; piquer les blancs de la poitrine de minces bâtonnets de lard fin. Dorer les perdrix dans le four préchauffé à 275 °C, puis les ajouter dans la cocotte, avec 1 saucisson à cuire et 2 carottes pelées et coupées en rondelles ; poursuivre la cuisson au moins 1 heure, davantage si le gibier est vieux. Débrider les perdrix. Détailler le lard en petites tranches et le saucisson en rondelles. Dresser le chou dans un plat creux. Poser dessus les perdrix coupées en deux. Garnir avec le lard, le saucisson et les carottes. Arroser avec le jus de cuisson.

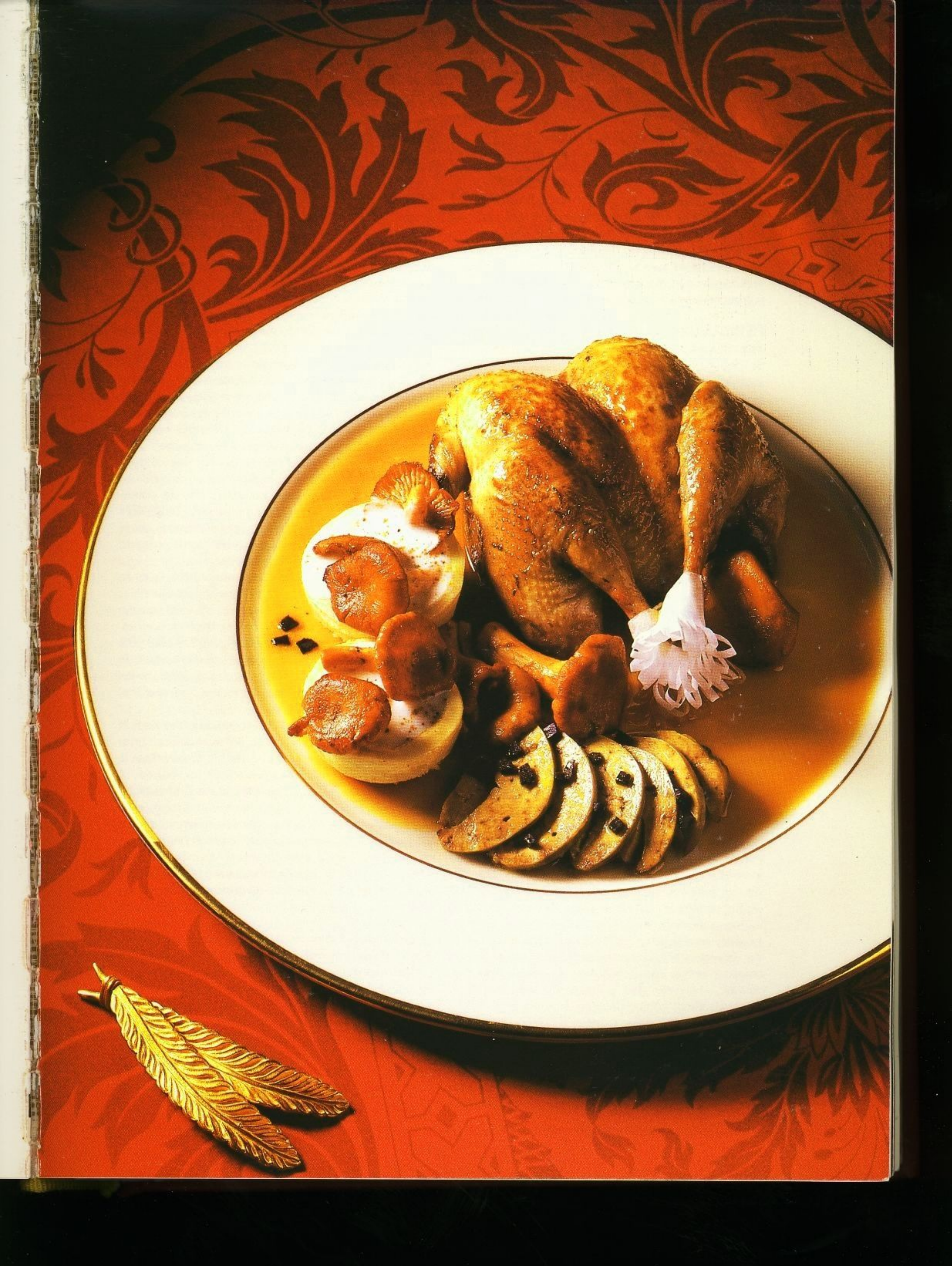
salade de perdrix au chou → SALADE

PÈRE LATHUILE (LE) Guinguette créée à Paris en 1765 par un nommé Lathuile, près de la barrière de Clichy, et qui connut une certaine vogue pour sa cave, son poulet sauté et ses tripes à la mode de Caen. Sa célébrité date du 30 mars 1814, jour où le maréchal Moncey y installa son poste de commandement, lors de la chute de l'Empire, dans une ultime résistance aux armées coalisées. Le père Lathuile distribua aux soldats toutes ses provisions de bouche et ses bouteilles « pour ne rien laisser à l'ennemi ». La paix revenue, le restaurant connut un succès redoublé de curiosité. La guinguette laissa la place, en 1906, à un café-concert.

PÉRIGNON (DOM PIERRE) Bénédictin de la congrégation de Saint-Varme (Sainte-Menehould 1638 - Épernay 1675). Cellérier de l'abbaye de Hautvillers, près d'Épernay, ce moine perfectionna les assemblages de vins blancs de Champagne, alors que, jusqu'en 1660, seuls les vins rouges de ce vignoble étaient prisés des amateurs.

On a longtemps dit que dom Pérignon avait découvert la « champagnisation », qui permet de conserver le pétillant naturel de ce vin ; or, le procédé était déjà connu et il ne fit que l'améliorer. En revanche, il mit au point une technique de collage pour clarifier le champagne et remplaça les bouchons de chanvre imbibé d'huile par du liège.

▶
Perdreaux Monselet



PÉRIGORD Voir pages 788 et 789.

PÉRIGOURDINE (À LA) Se dit d'apprêts d'œufs, de petites pièces de boucherie, de volailles ou de gibiers, accompagnés de sauce périgourdine ou de sauce Périgueux, parfois complétés par du foie gras.

La sauce périgourdine est une variante de la sauce Périgueux, à laquelle on ajoute un peu de purée de foie gras et où les truffes sont coupées plus gros, en rondelles ou en dés. De nombreux apprêts de la cuisine du Périgord sont en outre dits « à la périgourdine ».

▶ **Recettes** : BALLOTTINE, BÉCASSE, CAILLE, MIQUE, POULARDE, TOURIN, TOURTE.

PÉRIGUEUX Nom d'une sauce madère additionnée de truffes en petits dés ou hachées, pour petites pièces de boucherie, volailles, gibiers, bouchées, etc., qui sont dits alors « Périgueux » ou « à la périgourdine ».

▶ **Recettes** : SAUCE, SOUFFLÉ.

PERNAND-VERGELESSES Vin AOC blanc et rouge produit dans la Côte de Beaune ; les blancs ont du nerf et de l'élégance, les rouges de la finesse et de la race (**voir** BOURGOGNE).

PÉROU La cuisine péruvienne a été fortement marquée par la colonisation espagnole. Ainsi l'oignon et le riz, importés par les conquistadores au début du XVIe siècle, sont aujourd'hui aussi présents que la pomme de terre, originaire du pays. La tomate, déjà cultivée par les Incas, est la base de la plupart des plats et accompagne souvent le poisson.

■ **Spécialités nationales.** Très représentatif de la cuisine péruvienne, le ceviche est à base de poisson cuit dans du jus de citron et agrémenté ou non de piment *(agi)*. On sert également souvent du poisson avec les *anticuchos*, brochettes de cœur de bœuf grillé, enfilées sur des bambous et servies avec des pommes de terre et de la sauce pimentée, ou encore avec les *butifarras*, petits pains ronds garnis d'oignon cru, de jambon et de salade. Les pains sont d'ailleurs très variés : de toutes formes, ils s'étalent dans de grands paniers sur les marchés ou au coin des rues.

Sur le plateau andin, le seul repas de la journée est généralement constitué de petites pommes de terre déshydratées, les *chuños*, et de maïs grillé. Parfois, l'ordinaire est agrémenté de *charki*, viande de lama salée et séchée au soleil, ou, lors des repas de fête, par du *cuy*, petit cochon d'Inde dont la viande savoureuse est appréciée ; le *picante de cuy* est très populaire.

Pour adoucir le feu de l'*agi*, utilisé sans modération, les plats sont accompagnés de sauce à base de lait et de fromage blanc. Les entremets, eux, sont très sucrés : *suspiro de monja* (soupir de nonne) ou *ranfañote*, à base de pain, de noix, de fruits confits et généreusement imbibé de sirop de canne.

Hormis les sodas, les Péruviens boivent de l'alcool de maïs additionné de miel – la chincha, boisson nationale. Celle-ci se boit les jours de fête mais aussi au quotidien. Les vins de la production locale (sud de Lima) – l'ocucaje, le tacama ou le vista alegre – sont plutôt servis dans les restaurants ou lors des fêtes créoles.

PERROQUET Boisson préparée dans un tumbler rempli de glace et composée de deux centilitres de sirop de menthe, une mesure de pastis et de l'eau à volonté. Le perroquet, très désaltérant, est apprécié dans le sud de la France.

PERSANE (À LA) Se dit de côtelettes ou de noisettes de mouton ou d'agneau, garnies de rondelles ou de tranches d'aubergine sautées à l'huile, d'oignon frit et de fondue de tomate au piment, et nappées du fond de cuisson tomaté. Le pilaf « à la persane », plus directement inspiré de la cuisine iranienne, est fait de dés de mouton revenus avec des oignons, additionnés de riz, puis mijotés dans un bouillon pimenté et condimenté, et enfin arrosés de graisse de mouton fondue.

PERSIL Plante aromatique de la famille des ombellifères, originaire d'Europe méridionale, dont les feuilles, mais aussi les tiges et les racines, condimentent de nombreux plats (**voir** planche des herbes aromatiques page 561) ; le persil est aussi très employé comme élément de décoration.

On distingue deux variétés de persil, l'une cultivée pour ses feuilles, l'autre pour sa racine.

– Le persil à feuilles sert exclusivement de condiment : le persil commun, ou persil plat, ou encore persil simple, à feuilles plates et peu découpées, est le plus parfumé ; le persil frisé, très vert, moins goûteux, sert surtout de décor et de garniture.

– Le persil bulbeux est consommé dans l'est de l'Europe (Autriche, Allemagne, Hongrie et Russie) : sa racine, arrondie ou allongée, se cuisine comme le céleri-rave et entre dans la composition de soupes.

D'autres plantes sont appelées improprement « persil » : le persil noir est une ache utilisée comme le céleri-branche ; le persil arabe, ou chinois, désigne les feuilles de coriandre ; le persil suédois, ou russe, est un autre nom de l'aneth.

■ **Emplois.** En cuisine, le persil frais a sa place dans le bouquet garni et figure dans les marinades et les courts-bouillons ; avec de l'ail haché, il constitue la persillade ; ciselé ou concassé, il joue un rôle en fin de préparation ou parsème les plats dressés ; frit, il sert de garniture aux articles frits ; haché, il entre dans les beurres composés, les sauces (italienne, maître d'hôtel, poulette, ravigote, verte…) et les vinaigrettes ; en pluches, il peut être blanchi et ajouté en fin de cuisson, ou frit et incorporé aux apprêts au beurre noisette. Le persil s'emploie également séché.

gourilos étuvés au persil → CHICORÉE
grenouilles à la purée d'ail et au jus de persil → GRENOUILLE

persil frit

Laver et bien éponger du persil frisé, le séparer en petits bouquets. Placer ceux-ci dans un panier à friture et les plonger quelques instants dans de l'huile très chaude (180 °C). Les égoutter sur du papier absorbant et les employer immédiatement.

PERSILLADE Mélange composé de persil ciselé et d'ail haché, ajouté en fin de cuisson dans certaines préparations. Additionnée de mie de pain fraîche tamisée ou de chapelure, la persillade termine la confection du carré d'agneau « persillé » et des tomates farcies à la provençale.

En cuisine ménagère, on appelle « persillade de bœuf » un reste de bœuf bouilli, sauté et condimenté avec ce hachis.

Dans certaines préparations dites « persillées », le persil haché entre en proportions relativement importantes (jambon persillé).

PERSILLÉ Se dit de fromages comportant des moisissures internes vert-bleu. Pour certains d'entre eux, le mot est utilisé comme appellation (voir tableau des fromages français page 495). Ces fromages à pâte molle sont en grande majorité au lait de vache, le roquefort (brebis) constituant une exception. Leur pâte est ensemencée de moisissures et transpercée à l'aide de longues aiguilles fines pour favoriser le développement des marbrures. Les persillés ont besoin d'un affinage long et minutieux dans des caves très humides (de deux à six mois selon les formes et les tailles).

PERSILLÉ (VIANDE) Morceau de bœuf aussi appelé « pièce parée », correspondant au muscle angulaire de l'épaule. Le persillé a une forme de pavé aplati ; très sapide, il est utilisé en bifteck ou en rôti. Il doit son surnom aux filaments de graisse qui infiltrent la viande et qui apparaissent sous forme de très petites taches de couleur blanche aux contours assez irréguliers.

PERSILLÉ DES ARAVIS Fromage savoyard de lait de vache (45 % de matières grasses), à pâte molle veinée de vert et à croûte naturelle. Il se présente sous la forme d'un cylindre de 8 à 10 cm de diamètre et de 12 à 15 cm d'épaisseur, et pèse 1 kg. Le persillé de Thônes et le persillé du Grand-Bornand, très proches, sont comme lui fabriqués à la ferme et ont la même saveur relevée.

PERSILLÉE Se dit d'une viande de bœuf de très bonne qualité, dont le degré d'engraissement se traduit par la présence de menus filaments de graisse entre les fibres des muscles (on dit aussi « marbrée »).

PÈSE-SIROP Instrument servant à mesurer la densité d'une solution de sucre dans de l'eau, afin d'obtenir un sirop plus ou moins concentré. Le pèse-sirop se compose d'une éprouvette, que l'on remplit aux trois quarts du sirop à mesurer, et d'un tube gradué de 0 à 45 degrés Baumé (voir ce mot), lesté de petits plombs d'un poids déterminé. Plongé dans le sirop, ce tube reste à la verticale et s'enfonce plus ou moins selon la densité du liquide : le chiffre lu au ras du liquide indique la densité de celui-ci. Aujourd'hui, tous les appareils de mesure sont gradués en densité.

PESSAC-LÉOGNAN Vin AOC rouge ou blanc produit sur la rive gauche de la Garonne, à proximité de Bordeaux (voir BORDELAIS).

PESTO Sauce italienne froide, d'origine génoise, à base d'huile d'olive, de basilic, de parmesan, d'ail et de pignons. On sert notamment le pesto avec les trenettes (spaghettis légèrement aplatis), les lasagnes génoises et le minestrone.

PÉTAFINE Spécialité du Dauphiné, faite de petits fromages fermiers de chèvre ou mi-chèvre, bien égouttés, mais non secs, pétris avec un « levain » (fromages secs trempés dans du lait chaud), puis additionnés d'huile, de fine champagne ou de marc et d'un peu d'anisette, salés et poivrés. La pétafine doit macérer dans un pot au moins un mois ; sa puissance de goût augmente avec le temps.

PET-DE-NONNE Beignet de pâte à choux gros comme une noix, cuit dans une friture pas trop chaude, donnant une boulette légère et très gonflée, d'où son nom. Les pets-de-nonne (appelés également « beignets venteux ») se servent bien dorés, chauds et poudrés de sucre, éventuellement avec une sauce aux fruits. On peut aussi les fourrer de crème ou de confiture après cuisson.

pets-de-nonne

Préparer une pâte à choux avec 1/4 de litre d'eau, 1 pincée de sel, 1 cuillerée à soupe de sucre semoule, 65 g de beurre, 125 g de farine, 3 ou 4 œufs, 1 pincée de zeste d'orange ou de citron et un peu de rhum. Laisser reposer la pâte. Chauffer un bain d'huile à 180 °C. Prélever un peu de pâte avec 1 cuillère à café et la laisser glisser dans la friture. Continuer ainsi sans trop remplir la bassine, car les beignets vont beaucoup gonfler. Quand ils sont dorés d'un côté, les retourner avec une écumoire et laisser cuire l'autre côté. Égoutter, éponger sur du papier absorbant et poudrer de sucre glace.

PÉTILLANT Se dit d'un vin que la fermentation du sucre encore présent au moment de sa mise en bouteille a rendu légèrement mousseux. Selon la réglementation de l'Union européenne, un vin pétillant doit présenter, à la température de 20 °C, une surpression comprise entre 1 et 2,5 atmosphères (unités de mesure des pressions).

PETIT-BEURRE Petit biscuit sablé, carré ou rectangulaire, aux bords dentelés. La pâte est faite de farine, de sucre et de beurre frais, mais ne comporte pas d'œufs. Spécialité nantaise, le petit-beurre est devenu un produit de biscuiterie industrielle. Il se mange au goûter, accompagne certains desserts et sert parfois à réaliser des entremets.

PETIT DÉJEUNER Collation prise le matin au réveil, appelée autrefois « dé-jeûner », au sens de repas qui rompt le jeûne de la nuit. Sous la Révolution, quand on prit l'habitude de prendre le dîner (voir ce mot) à midi en le nommant « déjeuner », on ajouta l'épithète « petit » pour distinguer le premier déjeuner du second.

Périgord

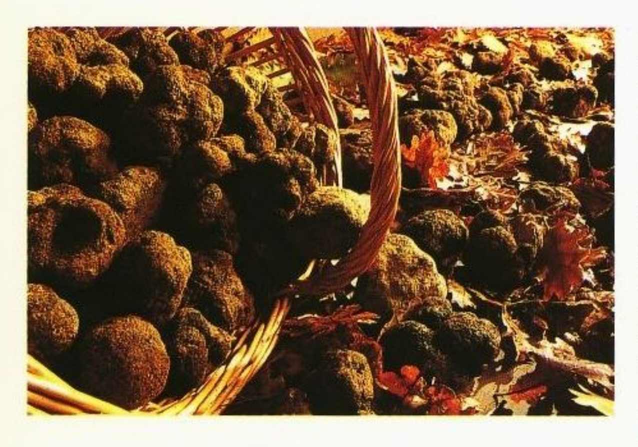
AU CŒUR DU SUD-OUEST, LE PÉRIGORD EST EN GRANDE PARTIE FORMÉ PAR LE DÉPARTEMENT DE LA DORDOGNE. ON DISTINGUE LE PÉRIGORD VERT, AU NORD, PARCOURU PAR LA DRONNE, LE PÉRIGORD BLANC, AU CENTRE, AUTOUR DE PÉRIGUEUX, LE PÉRIGORD NOIR, AU SUD-EST, QUI CORRESPOND AU SARLADAIS, ET LE PÉRIGORD POURPRE, PAYS DES VIGNES DU BERGERACOIS.

Grâce au génie culinaire des Périgourdins, et à quelques produits phares – foie gras, truffe et confit –, la moindre allusion à une recette périgourdine évoque aussitôt un pays de cocagne. En fait, la cuisine de cette région, d'origine rurale, utilise simplement les produits du terroir, mais ceux-ci sont loin d'être négligeables : truffes, cèpes, girolles et autres champignons prospèrent sous les châtaigniers et les chênes rouvres ; les cours d'eau et étangs abondent en poissons ; la basse-cour, où l'oie et le canard règnent en maîtres, est particulièrement soignée ; quant au cochon, il offre des merveilles. Enfin, les saveurs fortes de l'ail, de la graisse d'oie et de la noix donnent son unité à cette cuisine de haut goût.
À tout seigneur, tout honneur : la truffe et le foie gras se trouvent réunis pour les meilleures préparations dites « à la périgourdine », mais ils parfument aussi le moindre farci, autre grande tradition de la région, où ils côtoient alors la mie de pain, les œufs, le chou, le lard, selon les apprêts.

À La Roque-Gageac, un des plus beaux sites de la vallée de la Dordogne, le village s'étend au pied d'une imposante falaise de calcaire.



Comme dans toute cuisine paysanne, pommes de terre et céréales sont à la base de la plupart des accompagnements : les plus populaires sont sans aucun doute la mique, autrefois à base de farine de maïs et qui aujourd'hui est faite avec de la pâte à pain, et les pommes de terre à la sarladaise, sautées à la graisse d'oie et agrémentées d'une persillade.
Amateur de viande rouge, bœuf et agneau, le Périgourdin aime aussi le veau. Les plats de viande sont rarement de simples grillades. Ainsi, le filet de bœuf à la sarladaise est « persillé » de truffes et s'accompagne de la riche sauce Périgueux, une sauce madère additionnée de truffes hachées ou en dés.
Le porc, lui, offre une charcuterie de choix : saucisses, ballotines, grillons, boudin noir à la périgourdine (au sang et à la viande), jambon du Périgord aux clous de girofle et aux baies de genièvre. Il est également à la base de recettes traditionnelles comme la sobronade, sorte de potée, ou l'enchaud. Haché, il se mêle aux salsifis dans une pâte feuilletée et donne le « pastis périgourdin ».
Fidèle à la tradition gastronomique de tout le Sud-Ouest, la cuisine du Périgord se révèle avec les produits de la basse-cour, oie et canard, surtout. Ceux-ci fournissent bien sûr foies gras et confits, mais aussi cous d'oie farcis, gésiers et cœurs sous la graisse.
Le foie gras cuit se déguste en entrée ; frais, il est servi en tranches poêlées, associé avec des fonds d'artichaut, des cèpes ou des pommes de terre. Le confit reste un grand classique.
Au chapitre des pâtisseries, la simplicité est toujours de mise : massepains, crêpes, fouaces.



Les truffes, qui poussent dans les roches calcaires, se vendent sur les marchés du Périgord en décembre, janvier et février.

LÉGUMES ET SOUPES

Pommes de terre à l'échirlète et truffes
Légume de base, les pommes de terre sont cuisinées à l'échirlète (au bouillon et à l'ail, puis rissolées à la graisse d'oie), mais elles peuvent aussi devenir écrins pour un mets précieux : la truffe. Celle-ci connaît de nombreuses préparations : des plus simples, cuite sous la cendre ou en papillote, en brouillade ou en omelette, aux plus élaborées, en ragoût avec du monbazillac.

Bougras et « bouillon des noces »
Certaines soupes ne se font qu'avec des légumes, d'autres sont plus copieuses comme le bougras ou encore le « bouillon des noces », proche du pot-au-feu, avec bœuf, volaille, jarret de veau et tout un assortiment de légumes.

POISSONS

Poissons farcis, anguilles fricassées, friture
Comme la plupart des produits de la région, les poissons sont de préférence farcis : truites farcies aux cèpes, au jambon et à la persillade ou aux raisins verts, carpes fourrées de foie gras ou de confit. Mais ils sont aussi marinés et grillés, ou cuisinés au vin rouge, comme les anguilles, dont les petites sont fricassées à la persillade. Enfin, la croustillante friture de Dordogne ou l'omelette aux gardèches (petits poissons) sont des entrées appréciées.

VIANDES

Daube, gigot d'agneau, cous de mouton grillés
La plupart des recettes de viande font la part belle aux cuissons en daube ou en ragoût, avec ail, vin, cèpes et légumes de pot-au-feu : c'est le veau en daube au vin blanc, ou la daube de bœuf au vin rouge. Le gigot d'agneau, quant à lui, mijote avec une couronne de gousses d'ail et l'agnelet à la broche est de tradition à Pâques. Plus simple, la recette des cous de mouton grillés est de tradition paysanne.

Volailles et gibier
La dinde farcie ou en daube, la poule au pot farcie à la mode de Sorges, la tourtière de poulet aux salsifis ou le poulet au verjus illustrent la cuisine de la volaille. Les œufs ont aussi une place de choix : omelettes aux cèpes ou aux truffes, œufs brouillés à la truffe ou tartines de foie gras aux œufs frits. Le Périgord a toujours été un pays de chasse et les recettes de gibier y sont très anciennes : civet de lapin de garenne à la bouillie de maïs, perdreau ou faisan farci de foie gras ou en sauce à la truffe, terrine de perdrix au foie gras.

FROMAGES

Les fromages de la région sont essentiellement des fromages de chèvre. Le cabécou du Périgord domine. Il faut citer aussi les chèvres de Thiviers et les picadous, conservés dans de l'eau-de-vie.

DESSERTS

Flaugnardes, gaufres, macarons, croquants
Les flaugnardes (flans ou clafoutis) aux fruits, les variantes de gâteau aux noix, les gaufres roulées, les macarons de Bergerac, les crêpes et les beignets de pâte (merveilles), les croquants aux noix, les fraises au pécharmant sont les desserts les plus typiques de cette région.

VINS

Le Bergeracois produit des vins rouges, blancs et rosés. L'appellation côtes-de-bergerac concerne des rouges généreux et des blancs doux et moelleux ; l'appellation bergerac, des rouges souples et des blancs secs. La palette des blancs est la plus intéressante, avec surtout le monbazillac, vin liquoreux au parfum de miel et de fleurs. Parmi les autres appellations de vins blancs, citons les rosette, saussignac et côtes-de-montravel. Pécharmant est la seule appellation locale consacrée à des vins rouges.

CARTE

ENTRÉES

♦♦♦

Tourin périgourdin, PAGE 1057

Sobronade, PAGE 981

Foie gras de canard glacé, PAGE 472

Foie gras en brioche, PAGE 472

Cous d'oie farcis, PAGE 727

Tourte de truffes à la périgourdine, PAGE 1061

PLATS

♦♦♦

Enchaud, PAGE 424

Confit d'oie, PAGE 310

Bécasse en casserole à la périgourdine, PAGE 98

Tourte de grive à la périgourdine, PAGE 1061

Poularde truffée à la périgourdine, PAGE 853

Filet de bœuf en brioche, PAGE 131

LÉGUMES

♦♦♦

Farci, PAGE 450

Mique levée du Périgord noir, PAGE 677

Pommes de terre à la sarladaise, PAGE 837

DESSERTS

♦♦♦

Merveilles, PAGE 669

Massepains, PAGE 654

Le petit déjeuner français se compose, lorsqu'il est dit « complet », d'une tasse de thé, de café, de café au lait ou de chocolat, accompagnée de croissants, de tartines, de biscottes ou de toasts, avec du beurre et de la confiture ou du miel. Il est très réduit, comparé au breakfast anglo-saxon ou au petit déjeuner allemand ou scandinave, dans lesquels figurent charcuterie, compotes, corn-flakes, jus de fruits, œufs, saucisses grillées, etc.

PETIT-DUC Se dit d'une garniture pour petites pièces de boucherie, faite de tartelettes garnies de purée de volaille à la crème, de bottillons de pointes d'asperge et de lamelles de truffe. L'appellation s'applique aussi à un œuf poché ou mollet dressé sur un gros champignon grillé, légèrement évidé et nappé de sauce Chateaubriand.

▶ **Recette** : CAILLE.

PETITE MARMITE Sorte de pot-au-feu servi avec son bouillon dans le récipient de cuisson (initialement un pot en terre), parfois dans des marmites individuelles en porcelaine à feu. La petite marmite comporte théoriquement de la viande maigre de bœuf, de la queue de bœuf, de la volaille, des os à moelle et les légumes du pot-au-feu, avec, en plus, des petites boules de chou.

petite marmite à la parisienne

Mettre dans une marmite 2,5 litres de consommé froid, 500 g de culotte de bœuf et 250 g de plat de côtes. Porter à ébullition, écumer, puis ajouter 100 g de carottes et 75 g de navets tournés en gousses, 75 g de blancs de poireau en tronçons, 2 petits oignons dorés à sec dans une poêle, 50 g de cœur de céleri en petits morceaux et 100 g de chou blanchi à l'eau salée, rafraîchi et pressé en petites boules ; cuire 3 heures à légers frémissements, en ajoutant de temps en temps un peu de consommé. Dorer légèrement au four 2 abattis de volaille, les ajouter dans la marmite et poursuivre la cuisson 50 min. Ajouter enfin 1 gros os à moelle enveloppé dans une mousseline et faire mijoter 10 min. Dégraisser sans excès. Déballer l'os à moelle et le remettre dans la marmite. Servir chaud, avec des petits tronçons de pain ficelle coupés en rondelles et séchés au four, arrosés avec un peu de la graisse du bouillon ; tartiner quelques croûtons de moelle et les poivrer au moulin.

PETIT-FOUR Terme générique s'appliquant à des apprêts de pâtisserie et de confiserie très divers, ayant en commun leur taille réduite : on les mange d'une bouchée.

L'apparition du mot remonte au XVIIIe siècle, époque où les fours étaient construits en maçonnerie, de sorte que la cuisson des petits articles avait lieu « à petit four », c'est-à-dire à four pratiquement éteint, quand la cuisson des « grosses pièces de four » était terminée et que la forte chaleur était tombée. Après les bonbons, dragées, massepains, pralines et fruits confits, qui avaient été à la mode pendant la Renaissance et le siècle de Louis XIV, d'autres friandises avaient fait leur apparition, exigeant des pâtissiers de l'imagination et le sens du décor en miniature.

Extrêmement variés, les petits-fours constituent toujours une partie importante de la pâtisserie moderne. On en distingue quatre catégories.

• PETITS-FOURS FRAIS. Ce sont les petits-fours proprement dits, également très variés. Ils regroupent :
– les reproductions en miniature de gâteaux individuels (barquette, chou, duchesse, petit baba, petit éclair, tartelette, etc.) ;
– les petits-fours glacés, les plus nombreux et les plus diversifiés : les uns sont taillés dans un fond de génoise ou de biscuit moelleux, fourrés de crème au beurre, de confiture, de crème pâtissière ou de ganache, découpés en bouchée carrée, triangulaire ou en losange, puis abricotés, glacés et décorés ; les autres sont constitués d'un support en chocolat, en dacquoise, en meringue, en nougatine, en pâte d'amande, etc., garni d'un cube de génoise imbibé de liqueur, d'une cuillerée de crème, d'un dé de fruit confit ou glacé, puis glacé au fondant, décoré à la poche à douille ou encore masqué de couverture en chocolat, trempé dans du sucre cuit, décoré de fruits confits, d'amandes effilées, de noix de coco ;
– les fruits déguisés : amande aboukir, bigarreau ou datte farcis de pâte d'amande et glacés au sucre, cerneau de noix en surprise, griotte ou grain de raisin glacés au fondant, pruneau, quartier d'orange ou dé d'ananas glacés au caramel, etc.

• PETITS-FOURS MOELLEUX. Ce sont de petits gâteaux ou biscuits de conservation limitée, souvent à base d'amande ou de noisette, et composés de pâte à biscuit ou à madeleine, ou de pain de Gênes (beignet, financier, macaron, noyer).

• PETITS-FOURS SALÉS. Ils sont servis lors d'un apéritif, d'un vin d'honneur, d'un cocktail ou d'un lunch, et portent aussi le nom d'« amuse-gueule » ; on les réalise avec un fond de pâte feuilletée, brisée, à choux ou à brioche (barquette, bouchée feuilletée, croissant, paillette, petite allumette, petit chausson, pizza ou quiche miniatures, etc.), garni ou fourré d'un appareil salé (beurre composé, fromage, mayonnaise, mousse de crustacé ou de foie gras, pâte d'anchois, purée de légume ou de gibier, saumon fumé, etc.).

• PETITS-FOURS SECS. Ce sont des petits gâteaux ou biscuits secs de bonne conservation, surtout destinés à accompagner les crèmes d'entremets, crèmes glacées et sorbets, mais aussi le thé, les vins de liqueur ou de dessert : bâtonnet, biscuit à la cuillère, cigarette, croquet, galette, langue-de-chat, macaron, meringue, milanais, palet, rocher, tuile, etc.

petits-fours Souvarov

Préparer une pâte sablée avec 600 g de farine, 400 g de beurre, 200 g de sucre semoule et 1 cuillerée à soupe de crème. La laisser reposer 1 heure au frais. L'abaisser sur 4 mm d'épaisseur et la détailler à l'emporte-pièce rond ou ovale et cannelé. Mettre ces galettes sur plaque et les cuire 15 min au four pré-

chauffé à 200 °C. Laisser refroidir, puis réunir les sablés deux par deux, après les avoir masqués de marmelade d'abricot tamisée et très réduite ; poudrer le dessus de sucre glace.

PETIT-LAIT Sous-produit du lait. Il peut s'agir soit de lait écrémé, soit de babeurre (résidu liquide de la fabrication du beurre, également appelé « lait de beurre »), ou du lactosérum, liquide transparent, jaune pâle, qui apparaît lors du caillage du lait.

PETIT MAURE (LE) Cabaret créé à Paris en 1618, à l'angle de la rue de Seine et de la rue Visconti. Il fut fréquenté par les écrivains Voiture, Théophile de Viau, Colletet, Tallemant des Réaux et surtout Saint-Amant, qui, dit-on, y mourut en 1661 des suites d'une violente bastonnade provoquée par une de ses épigrammes.

Au siècle suivant, un autre *Petit Maure* eut son heure de célébrité : c'était un petit restaurant de banlieue, à Vaugirard, apprécié pour son vin blanc, son « poulet d'Inde », ses petits pois nouveaux et ses fraises.

PETIT POIS Graine ronde et verte d'une plante de la famille des papilionacées, de petite taille, extraite d'une gousse, ou cosse, verte également mais non comestible. Il y a de trois à huit petits pois (ou pois verts, ou pois à écosser) par gousse ; ils se mangent toujours cuits.

Les petits pois, appréciés dès l'Antiquité, connurent une faveur toute particulière en France au XVIIe siècle, lorsque Audiger rapporta à la cour des pois nouveaux d'Italie.

Aujourd'hui, la très grande majorité de la production française, provenant du Nord, de l'Ouest et du Bassin parisien, est mise en conserve ou surgelée, ce qui la rend disponible toute l'année.

Les petits pois frais à écosser, beaucoup plus savoureux, sont vendus sur les marchés de mai à juillet, en provenance surtout du Sud-Est et du Sud-Ouest ; en hiver, ils arrivent d'Espagne.

On distingue les pois précoces, dits « lisses » (petit provençal, douce Provence, Obéron, auréole, etc.), et les pois « ridés », plus gros et plus sucrés (merveille de Kelvédon, orféo, aquilon, etc.).

■ **Emplois.** Fournissant 92 Kcal pour 100 g (avec 16 g de glucides), les petits pois sont riches en phosphore, en potassium et en vitamines.

À l'achat, les gousses doivent être lisses et d'un vert brillant, avec des pois pas trop gros et lustrés, tendres et non farineux. Certains cuisiniers conseillent de ne pas garder les gousses plus de douze heures ; au-delà, il est préférable d'écosser les pois et de les mélanger avec du beurre (125 g par litre de pois écossés), puis de les garder au frais jusqu'au moment de les apprêter.

Les petits pois s'écossent facilement à la main et n'ont pas besoin d'être lavés. On les cuit soit à l'eau bouillante, soit au beurre, ou aux lardons ; on peut aussi les additionner de petites carottes (à la fermière) ou les parfumer à la menthe. Accompagnement classique et délicat de viandes et de volailles, les petits pois s'associent souvent avec des pointes d'asperge ou des fonds d'artichaut, ainsi qu'avec les légumes de la jardinière ou de la macédoine. Ils s'apprêtent aussi en purée ou en potage et garnissent soupes et potées. Froids, ils s'intègrent aux salades composées et aux terrines de légumes.

Conserve la plus consommée en France, les petits pois en boîte ou en bocal seront choisis de préférence extrafins ; surgelés, ils s'emploient comme les petits pois frais.

petits pois à l'anglaise

Écosser des petits pois et les jeter dans de l'eau bouillante salée. Les cuire à découvert jusqu'à ce qu'ils soient tendres (20 min environ s'ils sont très frais). Les égoutter à fond, les dresser dans une timbale et les servir avec du beurre frais à part. On peut les aromatiser en ajoutant 1 branche de fenouil frais à l'eau de cuisson et en les parsemant de fenouil frais ciselé au moment de servir.

petits pois à la bonne femme

Dans une sauteuse, faire revenir légèrement au beurre 12 petits oignons nouveaux et 125 g de lard de poitrine maigre coupé en dés et blanchi, puis les sortir de la sauteuse, mettre 1 grosse cuillerée de farine dans le beurre de cuisson et faire pincer quelques instants, en remuant avec une cuillère de bois. Mouiller avec 3 dl de consommé blanc et maintenir l'ébullition encore 5 min, puis ajouter 700 g de petits pois frais. Remettre les oignons, les lardons, 1 bouquet garni et cuire 30 min à couvert.

petits pois à la française

Mettre dans une cocotte 800 g de petits pois frais écossés, 1 laitue grossièrement taillée en chiffonnade, 12 petits oignons nouveaux, 1 bouquet garni enrichi de cerfeuil, 75 g de beurre coupé en petits morceaux, 1 cuillerée à café de sel, 2 cuillerées à café de sucre et 1/2 verre d'eau froide. Couvrir, porter doucement à ébullition et cuire de 30 à 40 min à petits frémissements. Retirer le bouquet garni et ajouter 1 cuillerée à soupe de beurre frais. Dresser en timbale.

petits pois au jambon à la languedocienne

Dans une casserole, faire revenir à la graisse d'oie 1 oignon moyen coupé en quartiers et 125 g de maigre de jambon cru non fumé. Ajouter 800 g de petits pois frais et les faire revenir légèrement. Les poudrer avec 1 cuillerée à soupe de farine et remuer. Mouiller de 3 dl d'eau. Poudrer de sel et de sucre semoule, puis ajouter 1 petit bouquet garni. Cuire à découvert 45 min environ. Retirer le bouquet garni et dresser en timbale.

PETIT SALÉ Morceau de viande de porc (poitrine, travers, plat de côtes, échine) ayant subi un salage en saumure ou au sel sec, vendu cru avec la mention « demi-sel » et cuisiné après dessalage par trempage. Le petit salé a davantage de goût et cuit plus rapide-

ment qu'une viande non salée. Son apprêt classique est la potée ; on le garnit également de chou, de lentilles ou de haricots secs. On le trouve souvent dans la garniture de la choucroute.

PETIT-SUISSE Fromage frais de lait de vache enrichi de crème (60 à 75 % de matières grasses), à pâte fraîche non salée et à croûte inexistante. Le petit-suisse se présente sous la forme d'un petit cylindre emballé de papier, pesant 30 g.

En 1850, un employé helvétique d'une fromagerie normande eut l'idée de rajouter de la crème au lait utilisé pour la fabrication des bondons frais : le petit-suisse était né. Ce fromage pesait alors environ 60 g et s'appelait « suisse ».

Aujourd'hui, la dénomination « petit-suisse » a prévalu, et les anciens suisses sont devenus des petits-suisses doubles. Présenté en dessert, soit avec du sucre, du miel, de la confiture ou des fruits pochés, soit avec du sel, des fines herbes et du poivre, le petit-suisse intervient aussi en cuisine, dans des sauces émulsionnées froides, pour tartiner des canapés (mélangé avec du paprika, des fines herbes hachées ou des raisins secs) et dans la farce de certaines volailles comme la dinde et la pintade, ce qui en rend la chair plus moelleuse.

PÉTONCLE Petit coquillage de la famille des glycyméridés, à la coquille friable régulièrement arrondie, composée d'une valve gauche vivement colorée et d'une valve droite convexe. Le pétoncle, ou « vanneau », ne mesure pas plus de 6 cm de diamètre. On le pêche dans la Manche, dans l'Atlantique et en Méditerranée, au chalut ou à la drague. Il est très populaire au Canada et aux États-Unis, où il est sensiblement plus gros. Il se mange cru, ou cuit à la poêle avec une bonne persillade et flambé, et entre aussi dans de nombreuses préparations aux fruits de mer.

nage de pétoncles au thym citron → NAGE

pétoncles grillés et huîtres sautées au whisky canadien

Décoquiller puis assaisonner 12 pétoncles et bien les dorer des deux côtés dans une poêle sur feu vif. Réserver. Dans un grand poêlon, chauffer 15 g de beurre. Y faire sauter 1 cuillerée à café d'échalotes hachées et 12 huîtres pendant 30 s. Retirer du feu, ajouter les pétoncles et 2 dl de whisky canadien. Flamber aussitôt. À l'aide d'une écumoire, sortir les pétoncles et les huîtres, et les garder au chaud. Verser dans le récipient 15 cl de vin blanc et 15 cl de fumet de poisson, porter à ébullition et faire réduire de moitié. Ajouter 15 cl de crème fraîche et réduire de moitié. Incorporer 30 g de beurre, puis 75 g de maïs en grains blanchi. Saler, poivrer et réchauffer sans bouillir. Disposer les pétoncles et les huîtres sur un lit de risotto fait avec du riz sauvage, napper de sauce et garnir de tomates pelées, épépinées et concassées, et de ciboulette hachée.

PÉTRIN Grand coffre de bois où l'on pétrissait la pâte à pain, utilisé dans les campagnes jusqu'au XIXe siècle. Il a fait place aujourd'hui au pétrin mécanique, cuve en acier inoxydable dans laquelle la pâte est remuée en continu par des bras métalliques rotatifs. Les batteurs-pétrisseurs à usage domestique, montés sur socle, avec un bol mélangeur, ainsi que certains robots jouent le rôle de pétrin en cuisine et en pâtisserie pour toutes sortes de pâtes, salées ou sucrées, levées ou non.

PÉTRIR Malaxer avec les mains, ou à l'aide d'un mixeur ou d'un batteur, de la farine avec un ou plusieurs éléments afin de mélanger intimement les ingrédients et d'obtenir une pâte lisse et homogène.

PEZIZE Champignon des bois en forme de coupe, souvent de couleur vive, brune ou orangée, poussant à terre ou sur des brindilles. La plupart des espèces sont comestibles.

Les pezizes, appelées « gobelets » dans le sud de la France, s'apprêtent comme les morilles, mais elles ne les valent pas. Le docteur Ramain (1895-1966), dans sa *Mycogastronomie*, considère cependant qu'elles sont injustement méconnues et propose une recette de pezize orangée, crue, sucrée et arrosée de kirsch.

RECETTE DU DR PAUL RAMAIN

pezizes orangées Ali-Bab

« Nettoyer, puis plonger les pezizes orangées 2 min dans du lait sucré vanillé bouillant. Les égoutter et les tenir au chaud dans un saladier de verre. Frotter 100 g de sucre avec le zeste de 4 mandarines ou de 2 oranges, puis les écraser avec du curaçao triple sec. Faire fondre 140 g de beurre sans le laisser roussir. Ajouter la liqueur sucrée. Mélanger et verser chaud sur les champignons. »

PFLUTTERS Boulettes alsaciennes de purée de pomme de terre additionnée d'œufs battus et de farine (ou de semoule), parfois mouillée de lait. Les pflutters sont pochés à l'eau bouillante et servis en entrée avec du beurre fondu. Ils peuvent également être découpés à l'emporte-pièce en palets et dorés à la poêle pour accompagner un rôti. Cet apprêt est aussi appelé « floutes » ou « pflutten ».

pflutters

Préparer 500 g de purée de pomme de terre très fine. Y ajouter 2 œufs entiers et 75 g de farine, pour obtenir une pâte assez consistante ; assaisonner de sel, de poivre et de noix de muscade. Façonner cette pâte en boulettes ou en bouchons. Faire glisser les pflutters dans un fait-tout plein d'eau salée bouillante. Les laisser pocher de 8 à 10 min, les égoutter et les dresser dans un plat creux beurré. Arroser de beurre noisette brûlant, dans lequel on aura fait blondir de la mie de pain rassise finement émiettée.

PHILIPPE Restaurant parisien établi au XIX[e] siècle rue Montorgueil, près des Halles, sur l'emplacement d'un ancien relais de poste. Lorsque le chef Magny se fut installé aux fourneaux, suivi de Pascal, l'ex-chef du *Jockey-Club, Philippe* devint l'endroit à la mode de la capitale, réputé pour ses entrecôtes, sa soupe à l'oignon, sa sole normande et sa matelote. On y venait surtout pour la bonne chère. Dans les années 1870, le club des Grands Estomacs y tenait ses assises, avec des déjeuners pantagruéliques.

PHOSPHATE Additif alimentaire (voir ce mot) utilisé comme stabilisant. Les dérivés de l'acide phosphorique facilitent la rétention d'eau et régularisent l'humidité de certains produits : charcuterie, entremets, fromage fondu, lait concentré, préparations pour flan.

PHOSPHORE Élément constitutif, avec le calcium et le magnésium, de la partie minérale des os ; il intervient aussi dans les différents métabolismes. Les besoins quotidiens de l'organisme en phosphore sont de 12 à 15 mg par kilo de poids (davantage pendant la croissance, la grossesse et l'allaitement), mais ils sont généralement assurés, car la plupart des aliments en contiennent des quantités appréciables.

Néanmoins, une alimentation plus riche en phosphore qu'en calcium (avec beaucoup de viande, de poisson, d'œufs, de céréales, mais peu de lait et de fromages) peut entraîner une mauvaise utilisation du calcium. Les produits laitiers, qui contiennent à peu près autant des deux éléments, sont donc les meilleures sources de phosphore.

PHYSALIS Fruit d'un arbrisseau de la famille des solanacées, originaire du Pérou, qui pousse naturellement dans les haies et les taillis des régions côtières chaudes de l'Atlantique et de la Méditerranée (voir planche des fruits exotiques pages 502 et 503). Le physalis, riche en vitamines A, C (60 mg pour 100 g) et PP, et en phosphore, est une baie, de la taille d'une petite cerise, jaune ou rouge, enveloppée dans un calice brun et membraneux. Appelé aussi « alkékenge », « amour-en-cage », « cerise d'hiver », « coqueret du Pérou », il a une saveur aigrelette. On en fait des sirops, des confitures, des salades de fruits, des apéritifs, des sorbets, des crèmes glacées. Il accompagne aussi certains plats salés, notamment de poisson.

PIC (ANDRÉ) Cuisinier français (Saint-Péray 1893 - Valence 1984). Après des débuts à l'auberge familiale du Pin, près de Valence, avec sa mère, Sophie, cuisinière renommée, il fit son apprentissage dans diverses maisons de la vallée du Rhône.

En 1924, il reprit l'*Auberge du Pin*, qui devint une halte réputée sur la route du Midi, puis il créa, en 1936, un restaurant à Valence même. Dès 1939, il eut droit aux trois étoiles du guide Michelin. Pour des raisons de santé, André Pic – l'un des trois grands chefs français de l'entre-deux-guerres, avec Alexandre Dumaine et Fernand Point – céda la place à son fils Jacques dans les années 1950. Celui-ci commença par reprendre les grandes spécialités de son père dans un style qui se rattachait plutôt à celui d'Escoffier ; bientôt, il mit au point ses propres créations, qui relèvent d'une école plus moderne.

PICARDIE Voir Nord.

PICCALILLI Condiment anglais à base de petits bouquets de chou-fleur, de cornichon émincé, d'échalote et d'aromates, macérés et conservés dans une moutarde douce diluée avec du vinaigre de malt. Ces pickles, forts ou doux, sont vendus en flacon ; ils accompagnent les viandes froides, plus spécialement le jambon et le rôti de porc.

PICCATA Petite escalope de veau ronde, prélevée sur la noix, la sous-noix ou la noix pâtissière, sautée au beurre à la poêle. Cet apprêt d'origine italienne est généralement accommodé au marsala ou au citron. On peut aussi confectionner des piccatas de poisson.

RECETTE D'ÉMILE TABOURDIAU

piccata de lotte au bouillon d'ail et courgettes-fleurs

« Préparer 1 bouillon avec des gousses d'ail épluchées, 50 cl d'eau, 5 g de sel et 10 g de poivre ; le stériliser 3 heures en bocal de verre. Parer 700 g de filets de lotte et les trancher en 20 pièces de 35 g. Brûler et éplucher 100 g de poivrons rouges et 100 g de poivrons jaunes ; les détailler en cubes de 3 mm de côté. Monder 1 belle tomate et couper la chair en dés de 4 mm de côté. Peler et émincer très finement 4 oignons nouveaux. Blanchir la queue de 4 courgettes-fleurs, en protégeant les fleurs. Séparer les queues et les émincer en biais. Assaisonner 150 g de foie de lotte, le poêler à l'huile d'olive et le couper en gros dés. Ajouter les poivrons fondus à l'huile et farcir les fleurs avec cette préparation. Dorer rapidement les oignons à l'huile d'olive, incorporer les dés de tomate et laisser fondre quelques minutes. Assaisonner les piccatas de lotte et les poêler à l'huile d'olive. Les disposer en rosace sur la fondue de tomate, placer au centre une fleur de courgette, entourer de bouillon d'ail, parsemer de pétales de queue de courgette et de feuilles de basilic ciselées. »

PICHET Récipient cylindrique ou pansu, muni d'une anse et d'un bec (à la différence de la carafe), utilisé pour servir eau, jus de fruits, cidre ou vin de pays. Fait de grès ou de faïence, le pichet conserve sa fraîcheur au liquide. En restauration, le « vin au pichet » est un vin non bouché, de qualité moyenne, servi à la quantité.

Le pichet est également une ancienne mesure de capacité pour le sel et les liquides ; en étain, avec ou sans couvercle, il compte parmi les plus belles pièces de la vaisselle régionale.

PICKLES Condiment anglo-saxon à base de légumes ou de fruits (ou d'un mélange des deux), conservés dans un vinaigre aromatisé. D'origine indienne, les pickles sont apparentés aux achards de Madras ou de Bombay, mais les Britanniques en ont modifié la recette pour les rendre moins piquants. Conditionnés en flacons, les pickles sont également de fabrication ménagère, comme les fruits au vinaigre, et connaissent les mêmes emplois : accompagnement de viandes froides, de ragoûts et de bouillis, amuse-gueule à l'apéritif ou élément de hors-d'œuvre variés.

■ **Préparation.** Les légumes sont d'abord plongés dans de la saumure ou mis à dégorger, puis rincés, mis en bocaux et recouverts de vinaigre épicé, ou encore cuits dans du vinaigre avec des aromates. Les fruits sont souvent légèrement cuits pour que le vinaigre les pénètre bien. On traite également les œufs durs en pickles, ainsi que les noix.

Les épices relèvent la saveur, mais jouent aussi un rôle de conservateur : la formule classique consiste à mélanger, pour un litre de vinaigre, un petit bâton de cannelle, une cuillerée à café de clous de girofle, deux cuillerées à café de quatre-épices, une cuillerée à café de poivre noir, une cuillerée à café de graines de moutarde et deux ou trois feuilles de laurier. Le liquide est porté au seuil de l'ébullition, puis mis à macérer pendant trois jours ; il est alors passé et versé froid sur les légumes (qui doivent rester croquants), ou chaud sur les fruits (qui sont un peu plus tendres). On prépare aussi des pickles mélangés *(mixed pickles)*.

Au Canada, les pickles sont appelés « marinade », tandis qu'aux États-Unis le mot « pickles » employé seul désigne uniquement des concombres marinés.

RECETTE DE MARYE CAMERON SMITH, *LE GRAND LIVRE DE LA CONSERVE* (ÉD. DESSAIN ET TOLRA)

pickles de chou-fleur et de tomate

« Disposer par couches dans une terrine 2 choux-fleurs moyens et fermes détaillés en petits bouquets, 700 g de tomates fermes en quartiers, 4 oignons grossièrement hachés, 1 concombre lui aussi haché. Parsemer chaque couche d'une quantité égale de sel (200 g en tout). Recouvrir avec suffisamment d'eau froide pour que les légumes baignent entièrement. Couvrir d'une feuille d'aluminium et laisser macérer au frais pendant 24 heures. Le lendemain, mettre les légumes dans une grande passoire et les rincer à fond sous l'eau courante pour retirer l'excès de sel. Égoutter, puis verser les légumes dans une grande casserole. Poudrer avec 1 cuillerée à café de poudre de moutarde, autant de gingembre en poudre, autant de poivre noir ; ajouter 250 g de cassonade et 1 cuillerée à café d'épices fortes ; verser alors 70 cl de vinaigre de vin blanc ; mettre la casserole sur feu moyen et porter à ébullition en remuant fréquemment. Baisser le feu et laisser mijoter pendant 15 à 20 min, toujours en remuant, jusqu'à ce que les légumes soient un peu tendres, mais toujours fermes quand on y enfonce la pointe d'un couteau. Retirer la casserole du feu et mettre les légumes en bocaux en versant dans le bocal assez de vinaigre pour les remplir complètement. Les proportions indiquées conviennent pour 3 kg de pickles, qui se conservent dans un endroit frais, sec et sombre. »

PICODON Fromage de lait de chèvre (45 % de matières grasses) à pâte molle et à fine croûte naturelle, bleuâtre, dorée ou rougeâtre selon le degré d'affinage (voir tableau des fromages français page 497). Le picodon de l'Ardèche et le picodon de la Drôme bénéficient d'une appellation d'origine contrôlée et se présentent sous la forme de disques de 4 à 7 cm de diamètre et de 2 à 3 cm d'épaisseur. Ils sont affinés douze jours, tandis que le picodon de Dieulefit (Dauphiné) est affiné plus d'un mois, sa croûte étant maintenue humide par lavages à l'eau salée.

PICPOUL-DE-PINET Vin VDQS blanc du Languedoc, sec sans être acide, qui accompagne particulièrement bien les huîtres de Bouzigues (voir LANGUEDOC).

PIE Apprêt traditionnel de la cuisine anglo-saxonne. Le mot désigne en anglais indifféremment une tarte ou une tourte ; en France, il s'applique soit à une sorte de tourte en pâte brisée ou feuilletée, garnie d'un appareil sucré ou salé, soit, plus souvent, à une préparation en croûte à base de viande et de légumes ou de fruits, cuite à l'étouffée dans un plat spécial, profond, rond ou rectangulaire, possédant un large rebord sur lequel vient s'appliquer le couvercle de pâte.

Les pies, en Grande-Bretagne et aux États-Unis, sont servis en entrée ou en dessert. Les premiers regroupent le *chicken-pie* (poulet, champignons et fines herbes), le steak and kidney pie (bœuf, rognon, pomme de terre, oignon et persil), le *game-pie* au gibier, l'*eel-pie* (tourte à l'anguille), le *pork and apple pie* (porc et pommes fruits), etc. ; d'autres pies sont spécifiquement américains.

Les pies de dessert se préparent soit en faisant cuire des fruits entre deux abaisses de pâte et sont alors servis avec de la crème légère ou une boule de crème glacée, soit en garnissant une pâte précuite ou partiellement cuite d'une préparation liée à l'œuf : les tartes à la citrouille *(pumpkin pie)*, au sirop d'érable *(sugar pie)*, à la noix de pecan *(pecan pie)* achèvent leur cuisson au four, et la tarte au citron *(lemon pie)* est juste passée au four pour dorer la meringue.

Au Canada, on emploie le mot « pâté » pour désigner le pie salé et le mot « tarte » pour qualifier tous les pies sucrés.

apple pie

Émietter 100 g de beurre dans 200 g de farine. Ajouter 1/2 cuillerée à café de sel et verser petit à petit 1/2 verre d'eau. Pétrir pour former une boule molle et

non collante. Laisser reposer la pâte 20 min au frais, puis la diviser en deux pâtons inégaux. Beurrer largement un moule à manqué en porcelaine. Abaisser le plus grand des pâtons et en chemiser le fond et la paroi du moule. Mélanger 2 bonnes cuillerées à soupe de farine, 2 bonnes cuillerées à soupe de cassonade, 1 pincée de vanille en poudre, 1/2 cuillerée à café de cannelle en poudre et 1 pincée de muscade râpée. Répartir la moitié de ce mélange sur la pâte. Peler 800 g de pommes reinettes, les couper en quartiers, puis en fines tranches. Les disposer sur la pâte en formant un dôme au centre. Arroser de jus de citron, puis saupoudrer du reste du mélange aux épices. Recouvrir avec le deuxième pâton abaissé, en soudant les bords avec de l'œuf battu. Ouvrir une cheminée au centre. Dorer le couvercle à l'œuf. Mettre dans le four préchauffé à 230 °C. Au bout de 10 min de cuisson, badigeonner à nouveau d'œuf battu et remettre au four. Recommencer éventuellement une troisième fois. Cuire en tout 50 min. Servir nature ou accompagné de crème fraîche, d'un coulis de mûre ou d'une boule de glace à la vanille.

chicken-pie

Découper à cru un poulet de 1,250 kg environ. Enduire les morceaux de 100 g d'échalote et d'oignon finement hachés ; ajouter 150 g de champignons émincés et du persil haché ; saler et poivrer. Les mettre dans un plat à pie beurré, tapissé au fond et sur les côtés de 200 g d'escalopes de veau très fines, salées et poivrées, en plaçant d'abord les cuisses, puis les ailes et les blancs. Recouvrir de 150 g de bacon taillé en tranches très minces. Ajouter 4 jaunes d'œuf dur coupés en deux. Mouiller, aux trois quarts de la hauteur du plat, de consommé de volaille. Coller une bande de pâte feuilletée sur le rebord du plat et recouvrir le tout d'une abaisse de feuilletage, en la soudant au bord. Dorer et rayer le couvercle, y ouvrir une cheminée. Cuire 1 heure 30 au four préchauffé à 190 °C. Au moment de servir, couler à l'intérieur 2 ou 3 cuillerées de jus de volaille réduit.

pie à la rhubarbe

Préparer 350 g de pâte à foncer, la rassembler en boule et la laisser reposer 2 heures. L'abaisser sur 3 mm d'épaisseur et y découper un morceau de pâte aux dimensions du plat à pie. Tailler également une bande assez longue et large pour recouvrir le bord du plat. Effiler des tiges de rhubarbe et les couper en tronçons de 4 cm de long. Beurrer le plat à pie, y ranger ces tronçons et les poudrer de sucre semoule ou de cassonade blanche (1/3 du poids de la rhubarbe), puis mouiller avec 1/3 de verre d'eau. Appliquer la bande de pâte sur le rebord plat du moule à pie. La badigeonner d'œuf battu, puis poser l'abaisse de pâte sur le plat en faisant adhérer le bord à la bande de pâte. Rayer en losanges le couvercle de pâte et le dorer à l'œuf, puis le poudrer légèrement de sucre semoule. Ouvrir une cheminée au centre de l'abaisse supérieure et cuire de 40 à 45 min au four préchauffé à 200 °C. Au moment de servir, couler à l'intérieur de la crème fleurette, ou la présenter à part.

PIÈCE MONTÉE Apprêt de pâtisserie de grande taille, dressé d'une manière très ornementale, réalisé pour un repas d'apparat ou une fête, qui fournit généralement le thème de la décoration. Aujourd'hui, la pièce montée, beaucoup plus rare, reste de rigueur pour les mariages ou les baptêmes.

La pièce montée fut en très grande faveur dans les siècles passés, notamment au Moyen Âge, grâce aux « entremets » qui constituaient de véritables spectacles, avec des architectures gigantesques et des animaux reconstitués, comme le paon. Mais c'est aux XVIIIe et XIXe siècles qu'elle connut sa plus grande gloire, avec des sujets allégoriques. Cependant, ces somptueuses pièces étaient rarement comestibles et leur fonction était avant tout décorative.

■ **Préparation.** Aujourd'hui, les pièces montées sont plus modestes, mais allient au plaisir des yeux celui de la dégustation. Elles font appel aux abaisses de biscuit ou de génoise, au nougat, au sucre taillé ou soufflé, aux fleurs, rubans et feuilles en sucre tiré ou tourné, aux corbeilles et paniers en sucre tressé, au pastillage, aux aigrettes et pompons en sucre filé, aux croquantes, aux fruits confits, aux dragées, aux sujets en pâte d'amande, aux copeaux en chocolat, etc. Le procédé le plus simple consiste à superposer en pyramide des abaisses de taille décroissante, diversement fourrées, glacées et décorées.

– Les pièces montées classiques, dites « à la française », sont édifiées sur un portique métallique avec un pivot central, qui permet de superposer des plateaux supportant les biscuits ou les génoises décorés.

– Les pièces montées « à l'espagnole » sont composées d'éléments montés séparément, chaque plateau étant supporté par des colonnes qui encadrent l'entremets du plateau précédent.

Le pâtissier peut néanmoins laisser libre cours à son imagination, à partir de divers sujets dont certains sont devenus classiques depuis la grande époque des pièces montées, au début du XIXe siècle, notamment avec Antonin Carême, passé maître dans cet art : la harpe, la lyre, la mappemonde, le pavillon chinois, la ruine ou le casque, mais aussi la corne d'abondance, le navire, la chapelle, le kiosque à musique, la cascade, le carrosse Louis XV, le dauphin au rocher, le panier de glaneuse, le temple, la charrette, etc. Aujourd'hui, c'est le croquembouche (voir ce mot) qui reste la pièce montée la plus courante (en choux ou en fruits glacés).

PIÈCE PARÉE Morceau de bœuf aussi appelé « persillé » (voir ce mot).

PIED Abat blanc des animaux de boucherie : veau, mouton, porc, le pied de bœuf n'intervenant que dans les tripes, en complément (voir tableau des abats page 10). Les pieds de mouton ou d'agneau, désossés, flambés et cuits au court-bouillon, sont braisés, grillés, frits, apprêtés à la poulette, en fricassée ou en salade ; ils interviennent aussi dans les pieds et paquets (voir ce mot). Les pieds de porc sont vendus salés, précuits et panés. Blanchis et nettoyés, ils peuvent se faire cuire dans un fond aromatisé, se servir grillés, cuits en daube, braisés, en vinaigrette.

Le pied farci est une préparation composée de pied de porc et de queue désossée, de jambonneau et de gras de porc enrobés dans une farce, parsemée de persil et enveloppée dans une crépine.

Les pieds de veau sont surtout utilisés comme source de gélatine dans les mouillements, mais ils se cuisinent aussi à part : désossés, dégorgés et blanchis, puis cuits au blanc, ils se mangent frits, en cari, à la poulette ou panés et grillés, avec une sauce diable ou tartare, etc.

pieds de porc : cuisson

Nettoyer et blanchir des pieds de porc ; les attacher deux par deux et les mettre dans une marmite d'eau froide. Porter à ébullition, puis ajouter une garniture aromatique (carotte, céleri, navet, oignon piqué de girofle, poireau et bouquet garni). Cuire 4 heures à toute petite ébullition ; égoutter et faire refroidir sous presse s'ils doivent être grillés.

pieds de veau : cuisson

Nettoyer et blanchir des pieds de veau ; enlever les os longs. Les cuire 2 heures au blanc, comme la tête de veau. Les servir avec une sauce indienne et du riz au cari, par exemple. On peut aussi les laisser refroidir sous presse, les paner au beurre ; les faire griller.

blanquette d'agneau aux haricots et pieds d'agneau → BLANQUETTE

fricassée de pieds de mouton aux pieds-de-mouton → FRICASSÉE

pieds de mouton à la poulette

Cuire au blanc 12 pieds de mouton, les désosser entièrement, les éponger et les trancher en deux. Les mettre dans une sauteuse avec 250 g de champignons cuits (escalopés s'ils sont gros). Mouiller avec 4 cuillerées à soupe de consommé blanc et autant de cuisson de champignon. Faire réduire ce mouillement presque à sec, puis ajouter 3 dl de velouté, 3 cuillerées à soupe de crème et cuire 5 min, sans ébullition. Lier la sauce, au dernier moment, avec 4 jaunes d'œuf délayés dans 4 cuillerées de crème fraîche. Laisser mijoter, toujours sans ébullition, ajouter 3 cuillerées de beurre, un filet de jus de citron et 1 cuillerée de persil ciselé. Bien mélanger et dresser en timbale.

pieds de veau à la Custine

Mettre 2 crépines de porc à tremper dans de l'eau froide. Placer des pieds de veau dans une marmite, les couvrir d'eau froide, porter à ébullition et cuire 5 min. Les égoutter et les rafraîchir. Délayer 4 cuillerées à soupe de farine avec 4 cuillerées à soupe d'huile et le jus de 2 citrons ; ajouter 4 litres d'eau froide, saler et y plonger les pieds de veau. Porter à ébullition et cuire 2 heures. Éplucher et ciseler 4 échalotes ; nettoyer et hacher 750 g de champignons de Paris, les mélanger et les arroser avec le jus d'un demi-citron ; faire revenir cette duxelles, à feu vif, avec du sel et du poivre, jusqu'à ce qu'elle ne rende plus d'eau. Ajouter 1 petit verre de madère et mélanger. Égoutter les pieds, les éponger, couper la chair en petits dés et les mélanger avec la duxelles ; diviser cette préparation en 6 portions égales. Éponger les crépines, les étaler à plat sur un plan de travail et y tailler 6 morceaux égaux. Façonner les portions de farce en rectangles et les envelopper une par une dans les morceaux de crépine. Les dorer à la poêle, dans du beurre bien chaud, et servir avec le beurre de cuisson.

pieds de veau à la tartare

Cuire les pieds de veau au blanc, les désosser complètement à chaud et couper la chair en morceaux. Les éponger, les passer successivement dans de la farine, de l'œuf battu et de la chapelure fraîche. Les dorer dans de l'huile très chaude (180 °C), les égoutter, les éponger sur du papier absorbant et les servir brûlants avec une sauce tartare.

salade de pommes de terre et pieds de porc truffés → SALADE

PIEDS ET PAQUETS Spécialité provençale, et surtout marseillaise, qu'il était de tradition de déguster au restaurant de *la Pomme*, dans la banlieue de la ville, où la recette aurait été créée.

RECETTE DE *L'HOSTELLERIE DE LA FUSTE*, À MANOSQUE

pieds et paquets de la Pomme

« Nettoyer des tripes de mouton et les tailler en morceaux de 8 à 10 cm ; faire une incision dans l'un des coins de chaque morceau. Déposer au milieu 1 cuillerée de hachis, fait de 100 g de jambon, 100 g de fraise d'agneau, 1 gousse d'ail et 1 bouquet de persil. Rouler ensuite chaque morceau de tripe en enfermant bien le hachis et le maintenir serré en passant un coin de peau dans l'incision. Si cette opération paraît difficile, on peut ficeler les petits paquets. Nettoyer des pieds de mouton, les blanchir et les flamber. Verser dans une marmite de terre 100 g de lard coupé en petits lardons, 1 poireau et 1 oignon émincés ; les faire roussir, puis ajouter 1 carotte coupée en rondelles et 2 tomates fraîches pelées, épépinées et concassées. Mouiller avec 1/2 litre de vin blanc et 2 litres de bouillon de viande. Déposer dans la marmite d'abord les pieds, puis les paquets. Ajouter 1 bouquet garni, 2 gousses d'ail écrasées, du sel, du poivre et 2 clous de girofle. Couvrir hermétiquement en lutant le couvercle. Faire chauffer la marmite à feu doux et laisser mijoter de 6 à 7 heures, très doucement. Ouvrir alors la marmite, retirer les paquets (les déficeler éventuellement), enlever les os des pieds, dégraisser la cuisson et, s'il reste trop de jus, faire réduire jusqu'à la consistance voulue. Laisser mijoter à découvert en attendant de servir. »

PIED-BLEU Nom générique donné à un ensemble de champignons charnus à lames, qui se reconnaissent à la coloration violacée améthyste ou bleu lilas de tout ou partie de leur chapeau ou de leur pied (**voir** tableau des champignons page 240). Les pieds-bleus, qui sont très tardifs, se récoltent dans les bois, les lisières forestières ou les prairies fraîches et humides. Trois espèces surtout ont un intérêt gastronomique : le pied-bleu, ou tricholome nu, le plus recherché, entièrement d'un bleu violacé, à délicate odeur florale ; le tricholome sinistre, ou pied améthyste, très beau, d'une jolie couleur violacée intense, limitée au pied ; le tricholome sordide, ou pied-bleu sordide, de taille souvent modeste, couleur améthyste très intense. Après cuisson, la chair tendre de ces pieds-bleus a une saveur suave, qui accompagne bien les viandes blanches ou les poissons en sauce.

PIÉMONTAISE (À LA) Se dit des apprêts où intervient le risotto, parfois additionné de truffes blanches du Piémont, et diversement dressé, pour garnir volailles, pièces de boucherie et poissons. L'appellation « à la piémontaise » concerne également des plats du Piémont.

▶ **Recettes** : ATTEREAU, BOLLITO MISTO, CHIPOLATA, FONDUE, POIVRON, TIMBALE, VEAU.

PIERRE-QUI-VIRE Fromage bourguignon de lait de vache (45 % de matières grasses), à pâte molle et à croûte lavée rougeâtre (**voir** tableau des fromages français page 495). La pierre-qui-vire se présente sous la forme d'un disque de 10 cm de diamètre et de 2,5 cm d'épaisseur, et pèse 200 g. Fabriquée par les moines de l'abbaye du même nom, elle a une saveur proche de celle de l'époisses. Les fromages mal formés sont refaçonnés et aromatisés aux fines herbes pour donner la boulette de la Pierre-qui-vire.

PIERROZ (ROLAND) Cuisinier suisse (Martigny 1942). Après un apprentissage au *Beau-Rivage Palace* à Lausanne-Ouchy, il débute dans les années 1970 avec une cuisine créative, valaisanne, mais influencée par celle des pays méditerranéens, avec une large utilisation de l'huile d'olive, du poisson, de la tomate et du poivron. En 1977, Roland Pierroz s'établit au *Rosalp Hôtel*, avec adjonction de deux restaurants, dont l'un voué à la cuisine créative, où l'expression des arômes naît de la simple juxtaposition des produits, le plus souvent sans l'artifice des sauces.

PIGEON ET **PIGEONNEAU** Oiseau domestique ou sauvage apprécié comme volaille ou gibier.

– Le pigeonneau est un animal très jeune (un mois environ), particulièrement tendre, qui se mange le plus souvent rôti.

– Le pigeon biset, ou pigeon de roche, est l'ancêtre de toutes les variétés de pigeons domestiques. Il vit encore à l'état sauvage en Bretagne, en Provence et en montagne (ailleurs, ce sont des pigeons domestiques revenus à l'état sauvage). Le pigeon sauvage le plus répandu en France est le pigeon ramier, ou palombe (**voir** tableau des gibiers page 523). Sa chair est plus dense et plus parfumée que celle du pigeon domestique, mais on les accommode tous deux de la même façon.

La plupart des recettes destinées aux bécasses sont applicables aux pigeons. Les apprêts braisés en casserole, en compote, en ballottine, en pâté ou en salmis conviennent aux sujets les plus vieux, tandis que les animaux jeunes, donc plus tendres, peuvent être rôtis, grillés, sautés, préparés en crapaudine ou en papillote. Le pigeon ne doit pas être saigné, mais étouffé. On ne retire pas le foie, car il est dépourvu de fiel. Les pigeonneaux sont très peu bardés, alors que les pigeons adultes le sont plus complètement.

pigeon à rôtir : habillage

Placer d'abord plusieurs heures l'oiseau dans le réfrigérateur : la chair se resserre et risque moins de se déchirer. Le plumer en commençant par les grandes plumes des ailes, puis poursuivre par la queue et achever méthodiquement en remontant vers la tête. Flamber et vider. Placer une mince barde de lard sur le dos et la poitrine de l'oiseau ; brider en ramenant la tête entre les deux ailes.

pastilla au pigeon → PASTILLA

RECETTE DE J.-P. DUQUESNOY

pigeon et foie gras en chartreuse au jus de truffe

« Lever, en enlevant bien la peau et les petits os, les filets de 4 gros pigeons de 500 g. Les aplatir légèrement à la batte, les saler et les poivrer. Blanchir 3 min les feuilles tendres de 3 beaux choux verts. Les rafraîchir et les égoutter. Ôter le centre des feuilles et les éponger. Saler et réserver. Tailler 8 belles tranches de foie gras de même taille que les filets. Saler et poivrer. Étaler les feuilles de chou et poser dessus les suprêmes de pigeon, puis les escalopes de foie gras. Former des petites paupiettes. Les entourer d'une fine barde de lard, puis les rouler dans du film alimentaire en serrant bien. Cuire 20 min à la vapeur. Faire réduire des deux tiers 15 cl de jus de truffe et 15 cl de madère sec. Ajouter 100 g de jus de veau corsé. Cuire 2 ou 3 min et monter avec 50 g de beurre frais. Napper de sauce les paupiettes déballées. »

pigeonneau à la minute

Trancher un pigeonneau en deux, le long de la colonne vertébrale et du bréchet. Aplatir légèrement les 2 moitiés et les dorer des deux côtés dans du beurre très chaud. Lorsqu'elles sont presque cuites, ajouter 1 cuillerée à soupe d'oignon haché et fondu au beurre. Terminer la cuisson. Dresser le pigeonneau sur un plat et le tenir au chaud. Déglacer le fond de cuisson avec un filet de cognac ; mouiller avec un peu de glace de viande dissoute et additionnée de 1/2 cuillerée à soupe de persil ciselé. Arroser le pigeonneau de cette sauce.



pigeons en compote

Saler et poivrer 4 pigeons à l'intérieur et à l'extérieur, puis introduire dans chaque oiseau 3 ou 4 baies de genièvre et 1 cuillerée à soupe de marc ; tourner les oiseaux pour bien les enrober d'alcool. Poser une barde de lard très fine sur le dos et la poitrine ; les brider. Les dorer dans une cocotte avec 50 g de beurre, les égoutter et les tenir au chaud. Faire revenir dans le même beurre 20 petits oignons nouveaux et 100 g de lard de poitrine fumé, coupé en tout petits lardons ; ajouter 150 g de champignons de Paris nettoyés et émincés. Quand ils sont blonds, ajouter 1 bouquet garni, 2 dl de vin blanc et autant de bouillon de volaille ; faire réduire des deux tiers. Remettre les pigeons dans la cocotte, couvrir, commencer l'ébullition sur le feu, puis cuire 30 min au four préchauffé à 230 °C. Retirer le bouquet garni, débrider les pigeons, les dresser dans le plat de service chauffé et les napper du fond de cuisson.

RECETTE D'ALAIN LAMAISON

pigeons aux figues violettes et raisins blancs

« La veille, éplucher et épépiner une belle grappe de raisin blanc. Mettre les grains à mariner avec 15 cl de vin blanc, 1,5 cl d'armagnac, 50 g de sucre et suffisamment d'eau pour qu'ils soient recouverts. Le lendemain, vider, flamber et brider 4 pigeons de 450 g. Les dorer de tous les côtés dans un plat huilé. Les cuire 7 min au four préchauffé à 210 °C. Débarrasser. Faire chauffer 50 g de sucre avec 1 cuillerée à soupe de cumin, fenouil et quatre-épices en poudre, mélangés, et un peu de marinade des raisins. Dès que le caramel est coloré, le déglacer avec 5 cl de vinaigre d'alcool. Ajouter 2,5 dl de fond de pigeon. Laisser réduire. Disposer 10 figues bien mûres dans le plat à rôtir et les cuire 4 min au four. Mettre dans la sauce les grains de raisin, découper les pigeons, les dresser dans un plat de service avec les figues et napper de sauce. »

pigeons à la niçoise

Peler 18 petits oignons blancs. Les mettre dans une casserole avec 20 g de beurre. Saler et poivrer. Ajouter 3 cuillerées à soupe d'eau et cuire 20 min à feu moyen et à couvert. Faire fondre 40 g de beurre dans une cocotte, y mettre 6 pigeons, en les retournant sur tous les côtés. Ajouter 1 feuille de laurier émiettée et 2 pincées de sarriette. Verser 10 cl de vin blanc sec et incorporer les oignons égouttés. Laisser mijoter 15 min. Ajouter 200 g de petites olives noires et cuire encore de 5 à 10 min. Cuire à la vapeur 1 kg de pois gourmands. Les verser dans un plat creux et disposer par-dessus les pigeons avec les olives et les oignons en garniture.

◄ *Pigeons à la niçoise*

RECETTE DU RESTAURANT *DANIEL MÉTERY*, À PARIS

pigeons rôtis, vinaigre à l'échalote

« Désosser 2 pigeons de 500 à 600 g. Préparer un jus avec les carcasses, 1 carotte et 2 oignons coupés en rondelles, 1 bouquet garni, 15 cl de vin blanc, du sel et du poivre ; mouiller d'eau à hauteur et cuire 30 min. Poêler les morceaux de pigeon dans 1 cuillerée d'huile d'olive ; déglacer avec 3 cl de vinaigre à l'échalote, puis ajouter le jus de pigeon. Cuire à l'eau bouillante 800 g de pommes de terre rattes. Les éplucher, puis les écraser à la fourchette avec 100 g de beurre et 2 cuillerées à café de cumin. Façonner des quenelles avec cette préparation. Dresser les morceaux de pigeon sur 4 assiettes, les entourer des quenelles et napper de sauce. »

PIGNON Petite graine oblongue, extraite de la pigne (pomme de pin) du pin parasol (ou pin pignon), arbre de la famille des abiétacées poussant dans les régions méditerranéennes. Entouré d'une coque dure, le pignon (ou pignole, dans le Midi) est logé entre les écailles du cône. Très énergétique (670 Kcal pour 100 g), il est riche en lipides (il rancit d'ailleurs facilement) et en glucides. Son goût rappelle celui de l'amande, bien qu'il soit parfois plus résineux et corsé.

■ **Emplois.** On consomme parfois les pignons nature, une fois mondés, avec d'autres fruits secs, mais ils sont généralement dorés à la poêle et utilisés soit en pâtisserie (biscuit, gâteau sec, macaron), soit en cuisine. Ils agrémentent souvent le riz en Inde et en Turquie, où ils relèvent aussi les moules farcies, ainsi que les farces de volaille et les boulettes de mouton, comme au Liban. En Italie, les pignons sont utilisés dans des sauces – notamment le pesto – pour accommoder les pâtes, les farces de poisson, pour fourrer une omelette ou relever un poulet sauté. En Provence, on les emploie dans des préparations de charcuterie, dans la tourte aux bettes niçoise et dans les salades de crudités à l'huile d'olive.

► **Recettes** : CROISSANT, SAUCE, SORBET.

PIGOUILLE Fromage poitevin de lait de brebis, de chèvre ou de vache (45 % de matières grasses), à pâte molle et à croûte légèrement fleurie. La pigouille se présente sous la forme d'un petit palet rond de 250 g environ. Elle a une saveur douce et crémeuse, comme la caillebotte. Le mot « pigouille » désigne, à l'origine, la longue perche qui permet de diriger les barques plates dans le marais poitevin.

PILAF Apprêt de riz d'origine orientale. Dans le pilaf classique, le riz est doré à l'huile ou au beurre avec de l'oignon, puis mouillé de bouillon, épicé et additionné, à mi-cuisson, de viande, poisson ou légumes, crus ou cuits ; il est toujours bien relevé, voire safrané. Mais on peut, en fait, lui ajouter de multiples ingrédients. Le pilaf est souvent moulé en couronne qui accueille la garniture au centre, ou en darioles, en accompagnement d'une viande, d'un poisson ou d'une volaille.

pilaf garni
Émincer et hacher 1 gros oignon. Bien chauffer 3 cuillerées à soupe d'huile d'olive dans une cocotte. Y verser d'un seul coup 250 g de riz à grains longs et remuer à la cuillère de bois jusqu'à ce que les grains soient transparents. Incorporer l'oignon. Ajouter au riz deux fois et demie son volume de bouillon ou d'eau bouillante, du sel, du poivre, 1 petite branche de thym et 1/2 feuille de laurier. Remuer, couvrir aussitôt et cuire de 16 à 20 min. Éteindre le feu, retirer thym et laurier, puis placer sous le couvercle un torchon qui absorbera la vapeur. Mouler le riz en couronne et garnir, à volonté, d'escalopes de foie gras et de lamelles de truffe (sautées au beurre et arrosées de leur déglaçage au madère réduit), de foies de volaille et de champignons (escalopés, sautés au beurre et aromatisés à l'ail, à l'échalote et au persil), de demi-rognons de mouton (sautés au beurre, arrosés de leur déglaçage au vin blanc réduit et additionné de beurre frais) ou de poisson en sauce (au vin blanc ou à l'américaine), de chair de crustacés (coupée en dés et accompagnée de jus de coquillages), etc.

PILCHARD Nom anglais de la sardine, employé en France pour des conserves de harengs ou de sardines accommodés à l'huile et à la tomate. Les poissons utilisés doivent peser, à l'état frais, au moins 50 g, et le nom de l'espèce doit figurer sur la boîte.

PILI-PILI Petit piment africain à saveur brûlante, qui ne s'emploie pratiquement qu'à la Réunion et en Afrique (Sénégal surtout). Pilé avec des graines de courge et de la pulpe de tomate, il constitue l'élément de base des rougails et de nombreuses sauces. En Afrique, le pili-pili accompagne plats de semoule, foutou, viandes et galettes, tandis que les *dops* (sauces à la banane, au piment, à la tomate et à l'oignon) relèvent le porc et le mouton.

PILON Ustensile utilisé pour écraser ou travailler dans un mortier différents ingrédients : ail, amandes, beurres composés, gros sel, épices en grains ou en gousses, noix, tomates, etc., voire persil ou feuilles de laurier. Le pilon à purée, surnommé « champignon », a un manche assez long, terminé par une grosse tête massive en buis, en hêtre ou en gaïac, parfois en métal perforé ; il sert à passer au tamis les purées, les farces, les marmelades, ou à presser une carcasse de volaille dans une passoire pour en extraire le jus.

PILON (VIANDE) Partie inférieure de la cuisse d'une volaille ou d'un gibier à plume, dont la forme ressemble à celle d'un pilon de mortier. La viande du pilon est plus juteuse que celle du blanc, mais moins fine que celle du haut de cuisse.

PILPIL Aliment précuit, fait de blé complet (avec le germe), donc riche en protéines et en sels minéraux. Très énergétique, le pilpil se fait cuire quatre minutes dans deux fois son volume d'eau bouillante, puis doit gonfler et absorber le liquide pendant sept à dix minutes. On l'utilise souvent dans la cuisine végétarienne, pour confectionner potages et bouillies aux légumes secs et aux aromates, pour farcir des légumes à la manière du riz, ou encore selon la recette du taboulé tunisien, garni de crudités à la vinaigrette.

PILS OU **PILSEN** Bière blonde de fermentation basse dont le nom provient de Pilsen (Plzen), ville tchèque où elle fut fabriquée pour la première fois en 1842. Appelée aussi « pilsner » ou « lager », cette bière dorée et moyennement houblonnée est devenue la plus répandue dans le monde (90 % environ de la production totale).

PIMBINA Nom d'origine algonquine qui, au Canada, désigne le fruit de la viorne trilobée, arbuste de la famille des caprifoliacées. Cette baie, qui reste accrochée tout l'hiver aux tiges, est très appréciée du gibier ailé, comme le tétras, dont elle parfume la chair. Pendant les grands gels, elle devient moelleuse, et c'est alors qu'on la cueille pour en faire une compote ou une gelée rouge vif et un peu âpre qui accompagne parfaitement le gibier.

PIMENT Plante de la famille des solanacées, comme la tomate et l'aubergine, découverte en Amérique par Christophe Colomb et décrite par les botanistes dès le début du XVIe siècle (voir planche des poivrons et des piments page 826). Sa culture se propagea ensuite rapidement dans le monde entier.

■ **Variétés.** Il existe de très nombreuses variétés de piments (voir tableau), vendus frais ou séchés. Le poivron, quant à lui, est un piment doux vendu comme légume frais, et le paprika, un piment rouge vendu séché ou en poudre. Le piment est un aliment riche en vitamine C. Sa saveur piquante va du doux au très fort, ou « enragé ». Le mot piment désigne à la fois la plante, le fruit, la graine, les épices et les condiments qui en sont tirés.

Au Mexique, notamment, les piments sont très variés : on trouve l'*ancho* (aromatique et doux, en forme de cœur), le *chipotle* (conique, couleur brique et très piquant), le *pequin* (écarlate, minuscule et très fort, employé séché), le *malagueta* (très chaud et filandreux, originaire de Bahia) et le *poblano* (vert foncé, assez gros, parfumé).

Aux Antilles, ils portent des noms imagés : piment zozio (« langue de perroquet »), piment lampion ou piment sept-courts-bouillons, généralement forts.

■ **Emplois.** En France, le piment fut longtemps confondu avec d'autres épices, et son emploi reste encore très limité, sauf au Pays basque. Au Mexique, tous les ragoûts et toutes les sauces *(moles)* lui doivent leur piquant ; le *chile* condimente notamment haricots noirs (voir CHILI CON CARNE), avocats, fruits et même fromage. Dans les pays anglo-saxons, le piment entre dans la préparation des pickles et des condiments à la moutarde. En Afrique du Nord, la harissa assaisonne le couscous et beaucoup d'autres plats.

Les épices des caris indiens comportent plusieurs sortes de piments, tandis que l'*öt* chinois est une purée de piment rouge avec du sel et de l'huile,

qui accompagne de nombreux plats ; enfin, le tabasco américain, fait de piment oiseau écrasé avec du sel et du vinaigre, relève les viandes rouges, mais aussi certains cocktails.

beurre de piment → BEURRE COMPOSÉ
huile pimentée → HUILE

RECETTE DU RESTAURANT *LES PYRÉNÉES*, À SAINT-JEAN-PIED-DE-PORT

pimientos del piquillo farcis à la morue

« Mettre 300 g de morue à dessaler 24 heures dans de l'eau froide. Peler et émincer 2 oignons ; éplucher et hacher 3 gousses d'ail. Les mettre à suer 30 min dans une petite casserole avec 2 cl d'huile d'olive. Effeuiller la morue en veillant à ne pas laisser d'arête. La cuire 1 min avec l'oignon et l'ail. Retirer du feu et ajouter 80 g de mie de pain émiettée. Vérifier et rectifier l'assaisonnement. Réserver hors du feu. Garnir de cette farce 12 pimientos del piquillo. Cuire 3 autres pimientos 5 min avec 15 cl de crème fleurette. Mixer le tout et passer ce coulis au chinois. Saler et ajouter 1 pincée de sucre. Battre 1 œuf avec 5 cl de lait froid. Fariner les pimientos et les passer dans l'œuf. Les dorer à la poêle sur feu moyen, des deux côtés, dans 8 cl d'huile d'olive. Napper le plat de service d'une partie du coulis de poivron (servir le reste en saucière). Poser les pimientos farcis sur le coulis et décorer de persil en branche. Servir bien chaud. »

purée de piment → PURÉE

PIMENT DE LA JAMAÏQUE Épice également appelée « poivre giroflée », mais qui n'est ni un piment ni du poivre. Le piment de la Jamaïque provient du myrte-piment, un arbre de la famille des myrtacées, qui pousse aux Caraïbes, au Honduras et au Mexique, et dont les feuilles donnent la vanilline. Les grains séchés ont une forte odeur de girofle, de muscade et de cannelle (les Américains les appellent « toute-épice »). Ils sont utilisés pour condimenter les marinades et les sauces, parfois les farces.

PIMPRENELLE Herbe aromatique vivace, de la famille des rosacées, dont les feuilles dentelées ont une saveur rappelant celle du concombre (voir planche des herbes aromatiques page 561). Jeune et tendre, la petite pimprenelle – variété la plus estimée – sert, avec d'autres fines herbes, à relever une salade, à parfumer une omelette, une sauce froide, une marinade ou une soupe ; elle figure dans le mélange d'herbes de l'anguille au vert.

PINCE Ustensile en métal, en bois ou en plastique, dont les branches articulées permettent de saisir les aliments pour les servir ou les déguster. Les pinces à asperge, à cornichon, à escargot, à salade, à glace et à sucre (ces deux dernières étant parfois automatiques, à griffes) sont d'un usage courant. La pince à homard est employée pour broyer les pattes des crustacés afin d'en extraire la chair. La pince à plat est faite pour attraper et tenir les plats chauds, et la pince à pâte (ou à tarte), plus spécialement pour pincer le rebord d'une pâte ou d'une tarte. Quant à la pince à champagne, elle permet de décoller le bouchon par un mouvement latéral.

PINCEAU Ustensile à manche plat, garni de poils de soie blanche ou de Nylon, utilisé pour badigeonner de beurre clarifié ou d'huile certaines préparations (notamment les viandes à griller), pour graisser les moules et les plats, ainsi que pour dorer à l'œuf battu le dessus d'apprêts en pâte avant leur cuisson.

PINCÉE Très petite quantité d'une substance en poudre, en tout petits grains ou en menus fragments, que l'on peut prendre entre le pouce et l'index. Les recettes indiquent « une pincée » lorsque la quantité est comprise entre trois et cinq grammes.

D'autres mots sont utilisés pour certains ingrédients. Une « pointe » (d'un couteau) est parfois synonyme de pincée, mais la quantité prélevée est généralement un peu plus importante. Pour le safran, toujours employé en quantités infimes, on parlera plutôt de « mesure »,

Caractéristiques des différentes variétés de piments

variétés	provenance	description	présentation	saveur
piment de Cayenne	Brésil, Mexique	petit piment rouge	en poudre	forte
piment d'Espelette	Pays basque	rouge, moyen	entier, en poudre ou en pâte	piquante
piment habanero	Mexique	petit, arrondi, jaune à rouge vif	sec	très forte
piment oiseau	Brésil, Guyane, Mexique	petit, rouge ou vert, 2-4 cm	frais ou sec	forte
piment rouge	Amérique tropicale	petit à gros, très pointu	sec	douce
piment vert, ou poivron, ou piment des jardins	Midi	vert, long, rond, volumineux	frais ou confit au vinaigre	douce

correspondant au contenu d'une minuscule dose dans laquelle le safran est la plupart du temps conditionné. On dit souvent « une goutte » d'huile, « un filet » de vinaigre, « un soupçon » de muscade…

PINCER Faire colorer au four certains éléments (os, carcasse, légumes aromatiques), sans apport de corps gras (ou très peu), avant de les mouiller pour réaliser un fond brun. « Pincer » signifie également faire caraméliser des sucs de viande dans leur graisse de cuisson, dans une plaque à rôtir, une poêle ou un plat à sauter, avant de dégraisser et de déglacer.

« Pincer » veut dire aussi strier le bord de la pâte, pratiquer des petites cannelures à l'aide d'une pince à pâte, avant la cuisson, pour améliorer la présentation d'une tarte, d'une quiche ou d'un pâté en croûte.

PINEAU DES CHARENTES Vin de liqueur AOC produit dans la région de Cognac, qui se boit généralement en apéritif, mais se déguste aussi avec le melon et le foie gras (voir CHARENTES).

PINOT BLANC Forme blanche du célèbre cépage pinot noir, sélectionnée au début du XXe siècle par l'hybrideur Oberlin. Le pinot blanc, souple et nerveux, est surtout cultivé en Alsace, où il est associé à l'auxerrois blanc pour donner l'AOC pinot blanc, appelé encore « klevner ». Participant également à l'élaboration du crémant d'Alsace, il est de plus en plus cultivé.

PINOT GRIS Forme grise du célèbre cépage pinot noir, dont elle ne se distingue que par la couleur gris bleuté de ses grains. Ce cépage est connu sous de nombreux autres noms : auvergnat gris, auxois, burot, fauvet, fromentot, malvoine, tokayer, tokay d'Alsace, mais, depuis 1984, par décision de l'Union européenne, son nom officiel est tokay-pinot gris. Vinifié exclusivement en blanc, il a des arômes moins marqués que les autres pinots ; il peut cependant fournir des vins capiteux et moelleux.

PINOT NOIR Cépage rouge de haute qualité. Le pinot noir présente de petites grappes, compactes, dont les grains noir bleuté sont entourés d'une pellicule épaisse, riche en matières colorantes, protégeant une pulpe incolore peu abondante et fondante. Il a fait la renommée des grands vins de Bourgogne rouges, tels que romanée-conti, la tâche, musigny, chambertin, clos-de-vougeot, pommard, corton. C'est aussi l'un des cépages champenois classiques, associé au chardonnay et au pinot meunier ; dans ce cas, le pressurage est opéré rapidement pour que les peaux ne colorent pas le jus. Sous un climat favorable, le pinot noir peut produire les vins les plus riches et les plus soyeux du monde, notamment sur sol calcaire.

▶ Recette : FOIE GRAS.

PINTADE Volaille de la famille des numididés, originaire d'Afrique, où vivent encore certaines espèces sauvages (voir tableau des volailles page 1108). La pintade était connue et appréciée des Romains, qui la nommaient « poule de Numidie » ou « de Carthage ». Aujourd'hui, c'est une volaille de basse-cour que l'industrialisation de la production et la généralisation de l'insémination artificielle ont rendue disponible toute l'année. La France est le premier producteur mondial de pintades et de pintadeaux, qui bénéficient dans certains cas d'un label rouge garantissant notamment l'origine, l'alimentation et la durée de l'élevage ; le terme « fermier » est réservé aux pintades élevées « sur parcours » (c'est-à-dire celles qui sont élevées en plein air, par opposition à celles élevées en batterie). Afin qu'elle soit tendre et savoureuse, la pintade est consommée jeune, d'où son nom de « pintadeau » : on peut la rôtir ou l'apprêter comme le jeune faisan et le perdreau, voire le poulet. On cuisine la pintade adulte surtout en fricassée ou comme la poularde.

En charcuterie, on utilise la pintade dans la préparation des ballottines ou du « pintadeau farci ».

RECETTE DE JEAN ET PIERRE TROISGROS

blancs de pintade aux pommes de terre Alex-Humbert

« Préparer 750 g de pommes de terre à la façon d'Alex Humbert : les émincer finement et les tremper à l'eau froide une dizaine d'heures, puis les égoutter et les faire cuire 20 min environ dans 150 g de beurre clarifié avec du sel et du poivre ; éliminer l'excédent de beurre et les mettre au four pour les faire dorer. D'autre part, lever les blancs de 2 pintades de 1,5 kg chacune, en suivant l'os de la poitrine. Les saler et les poivrer. Chauffer 100 g de beurre dans une grande cocotte et y faire colorer les filets de pintade des deux côtés (8 min en tout). Les retirer. Ajouter dans la cocotte 4 échalotes hachées ; les faire suer quelques secondes, puis incorporer 50 g de mie de pain passée au gros tamis, pour absorber tout le beurre de cuisson. Laisser dorer légèrement, déglacer avec 4 cl de vinaigre de vin, puis ajouter 6 feuilles de basilic ciselées et réserver sur le coin du feu. Prendre 4 assiettes chaudes, verser dans chacune 2 cuillerées de jus brun, disposer au centre les pommes de terre au beurre et les recouvrir d'un blanc de pintade détaillé en 5 ou 6 escalopes. Donner un tour de moulin à poivre et ajouter un peu de sel. Parsemer enfin avec le mélange mie de pain-basilic-échalotes et servir immédiatement. »

RECETTE DU RESTAURANT *LASSERRE*, À PARIS

petits pintadeaux Richelieu à la sarriette

« Faire sauter à feu vif 60 g de foie gras de canard cru ; égoutter et récupérer la graisse. Faire étuver au beurre et à la graisse d'oie 50 g d'oignons et 70 g de champignons

▶

Petits pintadeaux Richelieu à la sarriette
Recette du restaurant Lasserre



hachés. Faire blanchir 70 g de carottes pelées et coupées en petits dés, et les ajouter. Les cuire et les réserver. Hacher grossièrement au robot ménager 200 g de poitrine de porc fraîche, 20 g de poitrine fumée et 150 g de chair de veau, avec 1 feuille de basilic et 1/2 tête d'ail. Cuire cette farce sur feu doux pour en exprimer la matière grasse. Après une légère coloration, enlever l'excédent de graisse, ajouter la brunoise de légumes, 30 g de jambon de Bayonne en lanières et lier avec une béchamel épaisse. Flamber 3 pintadeaux ; couper les pattes, les ailerons et le cou en réservant un peu de peau pour les fermer, les désosser entièrement, à part les pilons, et réserver les carcasses pour préparer la sauce. Les garnir de farce, ainsi que 6 beaux champignons de Paris. Concasser les carcasses de volaille et les colorer au four chaud avec un peu d'huile d'arachide. Les laisser colorer légèrement et ajouter 80 g de farine. Remettre 10 min au four. Déglacer avec 20 cl de porto. Mouiller à hauteur avec 2 litres de fond de veau non lié, porter à petite ébullition et rajouter 5 g de genièvre, 1 bottillon de sarriette, 1 poireau en morceaux et 1 petite branche de céleri, taillés en mirepoix, 1 brin de thym, 1 feuille de laurier et 1/2 tête d'ail. Cuire 1 heure. Passer la sauce au chinois étamine, laisser réduire d'un tiers, monter avec 40 g de beurre et rectifier l'assaisonnement. Cuire les pintadeaux, avec 40 g de beurre et un peu d'huile, de 20 à 25 min au four préchauffé à 240 °C. Dresser les demi-volailles sur des assiettes avec leur champignon farci sur le côté ; entourer de pleurotes sautées au beurre et parsemer de ciboulette finement ciselée. »

RECETTE DU RESTAURANT
LES FEUILLANTS, À CÉRET

pintade à la catalane

« Blanchissez pendant 1 min 30 gousses d'ail épluchées et dégermées. Pelez 3 citrons à vif, levez les quartiers de 2 d'entre eux et coupez le troisième en tranches ; blanchissez-les 1 min. Faites rôtir une pintade bardée de quelques fines tranches de ventrèche. Coupez-la en morceaux. Déglacez le plat de cuisson avec 10 cl de rancio ou de banyuls sec, ajoutez la carcasse écrasée de la volaille et 20 cl de fond de veau. Laissez mijoter 10 min, passez au chinois en pressant bien afin d'extraire tous les sucs. Versez cette sauce sur les gousses d'ail et les citrons, portez quelques minutes sur le feu, salez et poivrez. Mettez les morceaux de pintade dans la sauce et réchauffez 10 min à feu doux. Servez avec des petites pommes de terre vapeur ou rôties au four, ou encore avec du riz. »

RECETTE DE RAYMOND OLIVER

pintadeau farci Jean-Cocteau

« Vider un pintadeau de 1 kg et réserver le foie et le gésier. Faire ramollir 100 g de mie de pain dans du lait chaud ; l'essorer, ajouter 1 œuf cru entier, 1 œuf dur haché, du sel, du poivre, de la muscade, de la cannelle, de l'estragon, de la ciboulette, du persil et du cerfeuil, ciselés, puis le foie et le gésier également hachés. Garnir le pintadeau de cette farce, le saler et le poivrer légèrement à l'extérieur ; le coudre, le barder et le ficeler solidement, puis le mettre dans une cocotte, avec moitié beurre et moitié huile. Lorsque le pintadeau commence à prendre une couleur dorée, le retirer de la cocotte et le poser sur un plat, puis l'arroser avec 1/2 verre de cognac chauffé et le flamber. Entre-temps, ajouter dans la cocotte 3 carottes et 3 oignons coupés en gros morceaux, puis 2 gousses d'ail écrasées. Laisser cuire quelques instants, puis remettre le pintadeau. Mouiller avec 1 verre de vin blanc et 1/2 verre de cognac. Ajouter 1/2 verre d'eau, couvrir la cocotte et laisser cuire 45 min. Piquer avec une fourchette 4 boudins blancs et 4 boudins noirs et les ranger, avec une cuillerée à soupe d'huile, dans un plat allant au four ; laisser griller. Peler 4 pommes, les couper en deux, les épépiner et les faire dorer dans une sauteuse avec un peu de beurre. Saler très légèrement. Lorsque le pintadeau est cuit, le découper et le dresser sur un plat chaud. Napper avec la cuisson passée au chinois. Parsemer de fines herbes ciselées et dresser autour, en décor, les boudins grillés et les quartiers de pomme. »

PIPERADE Spécialité basque composée de piments verts fondus avec des oignons blancs et des tomates rouges (les couleurs du drapeau basque), qui accompagne de très nombreux plats (œufs, jambon cru…).

RECETTE DE CHRISTIAN PARRA,
L'AUBERGE DE LA GALUPE, À URT

piperade

« Hacher un peu de gras de jambon et le faire fondre dans une grande sauteuse. Y mettre ensuite à suer1 kg d'oignons émincés et 1 kg de piments verts épépinés coupés en long et en quatre. Ajouter 8 gousses d'ail écrasées, quelques morceaux de jambon pris dans la crosse et 1 bouquet garni. Faire suer 15 min. Ajouter 2 kg de tomates pelées, épépinées et hachées grossièrement, saler et poivrer ; sucrer légèrement si les fruits sont acides. Ajouter 1 ou 2 pincées de piment d'Espelette. Cuire sur feu vif en remuant souvent jusqu'à évaporation de l'eau des tomates. Rectifiez l'assaisonnement. »

PIQUANT Qualificatif désignant un élément extrêmement acide. On dit aussi d'une boisson gazeuse qu'« elle pique », c'est-à-dire qu'elle provoque une sensation agressive dans la bouche. Le goût piquant se retrouve dans le citron ou le vinaigre, mais aussi dans un fruit gâté ou un vin qui tourne. Il peut aussi être une qualité, comme dans un fromage longuement affiné ou dans la moutarde.

PIQUE-FRUIT Bâtonnet de bois sur lequel sont présentés les fruits destinés à la décoration des cocktails. Le pique-fruit est maintenu en place sur le bord du verre par le fruit sur lequel il est embroché.

PIQUE-NIQUE Repas pris en plein air, ou déjeuner sur l'herbe, qui peut être plus ou moins raffiné, rustique ou abondant. Autrefois, c'était un « repas de plaisir où chacun paye son écot ou apporte son plat », dit le dictionnaire Littré. Aujourd'hui, même si chacun contribue à la préparation des mets, quand il s'agit d'une réunion d'amis ou de parents, l'idée qui prévaut est celle d'une agréable partie champêtre. Les plats préparés sont souvent froids et faciles à transporter : œufs durs, salades composées, omelettes froides, terrines, charcuteries, poulet, fromages, fruits.

PIQUER Introduire à la surface de certaines viandes des lardons dont la grosseur varie en fonction de la préparation. Le piquage se réalise à l'aide d'une aiguille à piquer, selon le principe du lardage, à cette différence près qu'on laisse légèrement dépasser les bâtonnets de lard. Il a pour but d'obtenir, grâce à la fonte du lard à la chaleur de la cuisson, un arrosage permanent de la pièce : c'est pourquoi les lardons doivent être placés sur le dessus et ne pas être recouverts par le mouillement.

On pique aussi certaines viandes avec des gousses ou des éclats d'ail. Enfin, on « pique » les oignons de clous de girofle.

Piquer une abaisse de pâte crue avant de la garnir ou de la cuire à blanc consiste à y pratiquer des petits trous réguliers à l'aide d'une fourchette ou d'un rouleau à piquer (le « pique-vite ») afin qu'elle ne boursoufle pas pendant la cuisson. On pique également à la fourchette saucisses et boudins à pocher ou à poêler, pour que le boyau n'éclate pas.

PIQUETTE Boisson de ménage, interdite de commercialisation, obtenue en faisant macérer dans de l'eau le résidu du pressurage du raisin (marc), dans lequel on rajoute du sucre pour provoquer une fermentation. Par extension, le mot désigne un vin de basse qualité, aigrelet et peu alcoolisé.

PIROJKI Petit pâté en croûte russe et polonais. La base des pirojki (appelés également « pirogui » ou « pierogi » en polonais) peut être une pâte à choux, un feuilletage, une pâte levée ou briochée, tandis que la garniture est une farce de cervelle, de fromage blanc, de gibier, de légumes hachés, de poisson et de riz, de viande, de volaille, etc. Les pirojki accompagnent le borchtch ou se servent en entrée chaude.

pirojki caucasiens

Étaler sur une grande plaque une mince couche de pâte à choux au fromage et la cuire 25 min au four préchauffé à 180 °C. La retourner sur le plan de travail et la diviser en deux moitiés. Masquer la première moitié d'une couche épaisse de béchamel réduite, additionnée de fromage râpé et de champignons cuits émincés, la couvrir de la seconde moitié et souder fortement les deux parties sur les bords. Détailler en rectangles de 6 cm de long sur 3 cm de large ; les masquer de béchamel au fromage, les poudrer de chapelure et les paner à l'anglaise. Les plonger dans de l'huile très chaude (180 °C), les égoutter et les dresser sur une serviette.

pirojki feuilletés

Préparer d'une part 400 g de feuilletage à 4 tours et d'autre part 5 cuillerées à soupe de hachis de gibier ou de chair de poisson blanc poché au court-bouillon. Ajouter au hachis 2 œufs durs hachés et 5 cuillerées à soupe de kacha ou de riz cuit au gras. Bien mélanger et rectifier l'assaisonnement. Abaisser le feuilletage sur 2 ou 3 mm d'épaisseur, puis y découper 12 disques de 7 cm de diamètre. Les étirer légèrement pour leur donner une forme ovale ; disposer sur la moitié de chaque abaisse, sans aller tout à fait jusqu'au bord, une petite portion de la farce préparée. Dorer à l'œuf le tour intérieur du demi-ovale (partie non garnie), rabattre celui-ci sur la moitié garnie et ourler le bord en appuyant bien avec les doigts. Strier le dessus et le dorer à l'œuf. Cuire 20 min au four préchauffé à 220 °C. Servir brûlant.

PIS Morceau de demi-gros correspondant à la partie inférieure du thorax et de l'abdomen d'une carcasse de gros bovin. Le pis comprend la poitrine, le tendron et le flanchet. Ce morceau ne peut être obtenu entier qu'à partir d'une découpe primaire de la carcasse, dite « à la parisienne », qui ne se pratique presque plus.

Le pis est également la mamelle d'une femelle en lactation (vache, brebis, chèvre), dont la partie comestible porte le nom de « tétine ».

PISCO Eau-de-vie de vin du Chili et du Pérou, obtenue à partir du cépage moscadel rosado de la famille du muscat d'Alexandrie. Le vin est vieilli quelque temps dans des pots en terre, puis distillé dans un alambic à repasser. Aux États-Unis, le pisco est à la base de nombreux punchs.

PISSALADIÈRE Tarte niçoise abondamment garnie et décorée de filets d'anchois et d'olives noires, qui se mange chaude ou froide. Elle est ainsi appelée parce que, avant d'être enfournée, elle était traditionnellement badigeonnée de pissalat (voir ce mot).

pissaladière

Préparer 700 g de pâte à pain, puis la travailler en lui incorporant 4 cuillerées à soupe d'huile d'olive ; la pétrir à la main, la rouler en boule et la laisser lever

1 heure à température ambiante. Faire dessaler 12 anchois. Éplucher et hacher 1 kg d'oignons ; les faire fondre doucement à couvert, dans une sauteuse, avec 4 ou 5 cuillerées à soupe d'huile d'olive, très peu de sel, un peu de poivre, 3 gousses d'ail écrasées, du thym et du laurier. Lever les filets des anchois. Égoutter 1 cuillerée à soupe de câpres au vinaigre et les piler en purée. Les ajouter à la purée d'oignon. Diviser la pâte à pain en deux parties (3/4 d'un côté, 1/4 de l'autre). Aplatir en cercle la portion la plus volumineuse et la déposer sur la tôle du four huilée. Y étaler la purée d'oignon aux câpres, sans aller tout à fait jusqu'au bord ; rouler les filets d'anchois et les enfoncer dans cette purée en les répartissant, ainsi qu'une bonne vingtaine de petites olives noires de Nice. Façonner la pâte du tour pour former un rebord qui maintienne la garniture. Abaisser le reste de la pâte et le détailler en lanières fines ; les disposer en croisillons à la surface et souder le bord des deux extrémités. Huiler le tour et les lanières de pâte. Cuire 20 min au four préchauffé à 240 °C.

PISSALAT Condiment provençal d'origine niçoise, fait d'une purée d'anchois relevée, de girofle, de thym, de laurier et de poivre, malaxée avec de l'huile d'olive.

PISSENLIT Plante vivace de la famille des composées, spontanée en Europe, également appelée « dent-de-lion », à cause de ses feuilles dentelées, qui poussent en touffes (voir planche des chicorées page 263).

Le pissenlit (qui doit son nom à ses propriétés diurétiques) est peu énergétique, riche en fer et en vitamines (C, B1 et B2, PP et A).

■ **Emplois.** Le pissenlit se consomme généralement cru, en salade, mais on peut l'apprêter cuit, comme l'épinard. Sur le marché, on distingue le pissenlit sauvage (février-mars), aux petites feuilles fraîches et légèrement amères (cueillies avant la floraison, car elles ont davantage de goût), et le pissenlit amélioré (d'octobre à mars), à feuilles plus longues, tendres, mais de saveur parfois peu marquée ; en janvier, on trouve par ailleurs le pissenlit étiolé, à feuilles presque blanches, délicates et acidulées. Le pissenlit en salade s'accompagne traditionnellement de lardons et de croûtons à l'ail (comme dans la « salade du groin d'âne », typique de Lyon), d'œufs durs ou de noix.

▶ **Recette** : SALADE.

PISTACHE Graine du pistachier, arbre de la famille des anacardiacées, originaire de Syrie et cultivé en Iraq, en Iran et en Tunisie. Ovale, vert pâle sous une pellicule rougeâtre, enfermée dans une coque facile à briser et que recouvre une pulpe brunâtre, la pistache a une saveur délicate. Très énergétique (630 Kcal pour 100 g), en raison de sa teneur en lipides et en glucides, elle se sert également grillée et salée en amuse-gueule.

■ **Emplois.** Dans la cuisine méditerranéenne et orientale, la pistache entre dans les farces et sauces de volaille, ainsi que dans les hachis ; classiquement, elle garnit les galantines, la tête de porc pressée et la mortadelle. En Inde, réduite en purée, elle condimente le riz et les légumes. Elle s'accorde parfaitement avec le veau, le porc et la volaille. En pâtisserie, sa couleur verte (souvent accentuée artificiellement) est très appréciée dans les crèmes (notamment pour fourrer des gâteaux comme le galicien), ainsi que dans les glaces et les entremets glacés.

En confiserie, elle s'associe très bien au nougat.

▶ **Recettes** : BAKLAVA, GRATINÉE, PORC.

PISTACHE (APPRÊT) Apprêt languedocien caractérisé par la présence de gousses d'ail dans la cuisson, qui s'applique au mouton (mariné et braisé), mais aussi, par extension, au perdreau et au pigeon.

▶ **Recettes** : MOUTON, PERDREAU ET PERDRIX.

PISTOLE Petite prune jaune clair, qui est récoltée et préparée dans la région de Brignoles. La pistole est débarrassée de son noyau, aplatie, arrondie et séchée.

PISTOLET Petit pain belge, rond, à pâte très légère et croustillante, consommé au petit déjeuner, surtout le dimanche. Les pistolets sont l'équivalent des croissants français. Ils se servent aussi dans la journée, froids et garnis de charcuterie ou de fromage, voire de filet américain (filet de bœuf haché cru).

PISTOU Condiment de la cuisine provençale composé de basilic frais écrasé avec de l'ail et de l'huile d'olive (voir PESTO). Le mot désigne aussi la soupe de légumes et de vermicelle dans laquelle on met du pistou.

▶ **Recettes** : AGNEAU, MORUE, SOUPE.

PITA Plat traditionnel moyen-oriental. La base du pita est un pain rond sans levure, coupé en deux, chauffé, puis garni d'un mélange de maïs et de graines de sésame en purée, de crudités râpées et de pois chiches.

PITAHAYA Fruit d'une des variétés du cactus oponce, originaire de l'Amérique tropicale (voir planche des fruits exotiques pages 502 et 503). Le pitahaya, rose ou rouge, est tantôt acide, tantôt plus doux. Ses épaisses écailles cachent une chair blanche parsemée de minuscules graines, qui se déguste fraîche.

PITHIVIERS Grosse pièce de pâtisserie feuilletée, aux bords festonnés, fourrée d'une crème aux amandes. Cette spécialité de la ville de Pithiviers fait traditionnellement office de gâteau des Rois pour l'Épiphanie ; elle contient alors une fève. Pithiviers est également réputée pour un autre gâteau, lui aussi feuilleté, mais fourré de fruits confits et masqué de fondant blanc.

En cuisine classique, on prépare un pithiviers avec des ris à la crème, des rognons, des foies de volaille en sauce, etc.

pithiviers

Travailler 100 g de beurre en pommade et lui ajouter 100 g de sucre semoule ; mélanger, puis incorporer 6 jaunes d'œuf, un par un, 40 g de fécule de pomme de terre, 100 g de poudre d'amande et 2 cuillerées à soupe de rhum ; bien mélanger cette crème. Abaisser

200 g de pâte feuilletée et y découper un disque de 20 cm de diamètre ; garnir celui-ci avec la crème aux amandes, en laissant tout autour une marge de 1,5 cm. Battre 1 jaune d'œuf et en badigeonner le tour du disque. Abaisser 300 g de pâte feuilletée pour obtenir un disque d'un diamètre identique, mais plus épais. Le poser sur le premier disque et souder l'ensemble. Festonner le tour du pithiviers et le dorer à l'œuf. Tracer des motifs en losange ou en rosace sur le dessus avec la pointe d'un couteau. Cuire 30 min au four préchauffé à 250 °C. Poudrer de sucre glace et glacer quelques instants au four. Servir tiède ou froid.

PITHIVIERS (FROMAGE) Fromage orléanais de lait pasteurisé de vache (40 à 45 % de matières grasses), à pâte molle et à croûte fleurie blanc-gris (voir tableau des fromages français page 494). Le pithiviers se présente sous la forme d'un disque de 12 cm de diamètre et de 2,5 cm d'épaisseur. Affiné sous une mince couche de foin, il a une saveur prononcée.

PIZZA Mets italien très populaire, d'origine napolitaine, dont la formule la plus simple consiste à faire cuire, théoriquement dans un four de boulanger, une galette de pâte à pain garnie de tomates concassées additionnées ou non de mozzarella, agrémentées d'aromates (origan) et d'ail.

La pizza connaît aujourd'hui de très nombreuses variantes, enrichies de divers légumes (petits cœurs d'artichaut, petits pois, olives, champignons, poivrons, câpres, etc.), de tranches de saucisson fumé, de jambon sec, de filets d'anchois, de fruits de mer, de crevettes, de moules... Elle se sert en entrée chaude ou comme plat unique.

■ **Des origines à nos jours.** À l'origine, la pizza est une galette *(schiacciata)* ou fouace *(focaccia)*, de pâte levée, qui doit être bien cuite mais rester tendre. Les bords doivent être relevés pour former le *cornicione* (« gros cadre »). L'assaisonnement est composé d'huile d'olive, d'anchois et de mozzarella de bufflonne. Au XIXe siècle, les Napolitains y ajoutèrent la tomate, les olives noires et l'origan, ce qui conféra son caractère définitif à la pizza, devenue de ce fait « napolitaine ».

Parmi les variantes brodant sur ce modèle de base, il n'en existe que deux historiquement attestées et dignes d'être retenues.

La première est la *pizza margherita*, du nom de Marguerite de Savoie, qui, en visite à Naples en 1885, manifesta sa préférence pour cette pizza (on supprime origan, anchois et olives et on ajoute du basilic en abondance à la tomate et à la mozzarella). La reine y vit une recette « patriotique », puisque les trois couleurs de la garniture représentaient celles du drapeau national de l'Italie, alors récemment unifiée.

La seconde variante authentique est la *pizza marinara*. Celle-ci, la plus simple de toutes, était ainsi nommée parce qu'elle constituait le casse-croûte du marin. Aujourd'hui, le sens a glissé, et on lui ajoute souvent des palourdes et des moules. La pizza napolitaine a fait le tour du monde au rythme des migrations d'Italiens, lesquels ont ouvert dans toutes les grandes villes d'Europe et d'Amérique du Nord des « pizzerias », symboles du « fast-food » à l'italienne. Les pizzas miniatures, en forme de petites bouchées, se servent en amuse-gueule.

pâte à pizza : préparation

Diluer 40 g de levure de boulanger dans 1/4 de tasse d'eau tiède ; ajouter 2 poignées de farine. Mélanger et laisser reposer 30 min à l'abri des courants d'air. Former une fontaine avec 700 g de farine et y déposer le levain et 1 pincée de sel. Pétrir vigoureusement la pâte 15 min. En faire une boule, la fariner, et la laisser doubler de volume 1 h 30 dans une jatte, à couvert, au chaud et à l'abri des courants d'air. La pétrir pendant 1 min, puis l'abaisser en disque. Redresser le bord avec les pouces pour former un bourrelet. La pizza est prête à être garnie et cuite au four.

pizza napolitaine

À l'aide d'une cuillère de bois, étaler sur une pâte à pizza 6 grosses cuillères de pulpe de tomate. Répartir 400 g de mozzarella coupée en fines lamelles, 50 g de filets d'anchois et 100 g d'olives noires. Saupoudrer de 2 cuillerées à café d'origan. Saler, poivrer et arroser de 1/2 verre d'huile d'olive vierge. Cuire 30 min au four préchauffé à 250 °C.

PLAISIR Nom populaire donné jadis aux oublies roulées en cornets, que les vendeurs ambulants proposaient dans les rues « pour le plaisir ».

PLANCHE Tablette de 4 à 6 cm d'épaisseur, en bois massif (hêtre), rectangulaire, ronde ou ovale.
– La planche à découper sert à émincer, hacher, tailler ou parer viandes, poissons et légumes ; celle qui est destinée à découper la viande ou la volaille rôtie est munie d'une rainure assez large pour recueillir le jus.
– La planche à pain, pour trancher le pain, est parfois constituée de lattes horizontales montées sur un châssis pour éviter la dispersion des miettes.
– La planche à pâtisserie sert à pétrir et à abaisser au rouleau les pâtes sucrées et salées ; elle doit être assez grande pour que l'on puisse la fariner facilement.

PLANTAGENÊT Nom désignant des spécialités créées par le syndicat des pâtissiers des pays de Loire, caractérisées par l'utilisation de cerises griottes et de Cointreau, sur base de biscuit, de parfait, de crème glacée ou de cake, et reconnaissables à une étiquette mentionnant l'appellation Plantagenêt. Il existe aussi un bonbon Plantagenêt en chocolat (noir, blanc ou au lait), de forme carrée, fourré de praliné et de zeste d'orange, et légèrement parfumé au Cointreau.

PLANTAIN Plante herbacée très commune, de la famille des plantaginacées, comprenant de nombreuses espèces sauvages, dont les feuilles, à condition qu'elles soient jeunes, peuvent se manger en salade ou figurer dans les potages (voir BANANE).

▶ **Recette** : POULET.

PLANTES MARINES Ensemble des végétaux vivant en milieu marin. Les algues, majoritaires, forment un groupe botanique hétérogène et sont regroupées en quatre grandes familles (voir tableau) : les algues brunes, rouges, bleues (restées cantonnées en milieu aquatique) et vertes (à l'origine de la vie végétale terrestre). Diverses plantes littorales, comme la salicorne et la criste, inféodées à la ligne de rivage, sont parfois associées aux plantes marines.

PLAQUE Ustensile de cuisson ou de préparation large et plat, plus ou moins vaste et profond.
– La plaque à rôtir rectangulaire, en tôle épaisse, en aluminium ou en cuivre étamé, avec deux poignées et un petit bord vertical, peut être munie d'une grille lorsque la pièce à rôtir ne doit pas baigner dans sa graisse ou son jus.
– La plaque à pâtisserie, en tôle noire, rectangulaire, fait partie des accessoires du four ; elle sert à coucher et à cuire au four toutes les pâtes, gâteaux et pièces de pâtisserie qui ne nécessitent pas de moule ; on la garnit parfois de papier sulfurisé, mais on peut aussi la beurrer ou la fariner directement.
– La plaque à débarrasser, rectangulaire et à bord évasé, de dimension variable, en fer-blanc ou en acier inoxydable (Inox), est parfois percée de trous dans le fond ou munie d'une grille ; elle est utilisée en restauration pour réserver divers ingrédients et préparations déjà cuits, ou pour tenir au chaud des apprêts en attente.

PLAQUE DE CUISSON Plaque servant de support aux différents ustensiles de cuisson ou aux produits à cuire directement.

Les plaques de cuisson sont traditionnellement en fonte ou en acier, mais on les trouve aujourd'hui en chrome dur, en acier chromé et en vitrocéramique.

PLAQUE VITROCÉRAMIQUE Plaque de cuisson équipée soit d'une résistance de type serpentin classique ou halogène, soit d'une plaque à induction (chaleur créée par un champ magnétique). Elle est composée de pâte de silice avec céramique pour éviter les chocs thermiques, et sa surface est parfaitement plane et lisse. Le matériel de cuisson utilisé doit avoir également un fond bien plan pour ne pas rayer cette plaque.

Caractéristiques des différentes espèces de plantes marines

espèces	nom latin	habitat	époque	description
algues brunes				
laminaire ou kombu breton	*Laminaria digitata*	bas de l'estran	fin juin-fin sept.	lames digitées, plates, brunes, 1-4 m de long
kombu royal	*Laminaria saccharina*	fond de galets	fin juin-fin sept.	lame unique gaufrée sur les bords, 1-2 m
wakame ou wakamé	*Undaria pinnalifida*	culture uniquement	avr.-mai, nov.	feuilles marron-vert, à découpes marquées, lobées, 1,5 m de long
haricot de mer ou spaghetti de mer	*Himanthalia elongata*	fonds un peu exposés à la houle	févr.-mai	lacets très allongés, bruns, 2 m de long
algues rouges				
dulse	*Palmaria palmata*	en épiphyte sur tiges laminaires et rocher	fin juin-fin sept.	feuilles rouges, aplaties, digitées, arrondies, 30 cm de haut
carragaheen	*Chondrus crispus*	rochers au niveau de basse mer des grandes marées	mi-mai, mi-sept.	touffe crépue très polymorphe, rouge irisé (bleu, vert ou brun), 5-10 cm de haut
nori ou laitue pourpre	*Porphyra sp.*	rochers littoraux	fin déc.-fin mars	lames souples (ou thalles) violacées
gelidium ou kantenten	*Gelidium sesquepedale*	10 m de fond	sept.-déc.	fougère rouge, 15-20 cm de haut
algues vertes				
laitue de mer	*Ulva lactuca*	flaques à basse mer	fin juin-fin sept.	lame fine verte
plantes supérieures				
salicorne	*Salicornia sp.*	rochers littoraux, zone de projection des embruns, bords des claires	juin-juill.	petits rameaux cylindriques, vert un peu crassulent

PLAQUER Disposer dans une plaque à rôtir, généralement beurrée, des éléments à cuire tels que viandes, poissons entiers ou en filets, légumes, etc. « Plaquer » signifie aussi coucher sur une plaque à pâtisserie certains apprêts : allumettes, bouchées, etc.

PLASTIQUE Nom générique des matériaux de synthèse solides et légers, colorés ou non, qui ont remplacé dans le domaine culinaire beaucoup de matériaux traditionnels. Susceptibles d'être modelés ou moulés, les plastiques sont réalisés à partir de substances végétales, animales et surtout minérales (charbon et pétrole). Le premier d'entre eux fut le Celluloïd (nitrate de cellulose), apparu en 1868. Selon le traitement initial, la densité du matériau et l'adjonction d'assouplissants, de stabilisants, de gonflants, d'antioxydants, de lubrifiants, etc., les produits obtenus sont plus ou moins souples, transparents ou opaques.

Différents plastiques, dont les composants sont strictement réglementés, sont utilisés dans le secteur alimentaire.
– Le polystyrène permet de fabriquer les pots de fromage frais, de yaourt, de crème fraîche et de crèmes de dessert, ainsi que certains objets et ustensiles.
– Le polystyrène expansé entre dans les emballages des œufs et de certains fromages, et protège les crèmes glacées et les barquettes de fruits et de légumes.
– Le polyéthylène sert à faire des bouchons, des boîtes et des bouteilles rigides, des films protecteurs, des sacs et des sachets.
– Le chlorure de polyvinyle, ou PVC, donne les bouteilles d'huile, de vin et d'eau minérale, et les boîtes pour fruits, biscuits ou confiseries.

PLAT Récipient plat, ovale, rond, carré ou rectangulaire, à bord plus ou moins haut, droit ou évasé, généralement sans couvercle et sans poignée, destiné soit à la cuisson, soit au service de table. La « platerie », formée de l'ensemble des plats, utilise une grande variété de matériaux, dont certains sont conçus pour passer du four à la table.

Au XVe siècle, les plats de service étaient en or ou en argent chez les gens fortunés. Martelés dans une seule lame de métal, ils composaient la vaisselle dite « plate », par opposition aux pièces d'argenterie dont certaines parties étaient soudées. À partir du XVIIIe siècle, cette distinction disparut avec l'apparition de la faïence, puis de la porcelaine.

■ **Utilisations.** Elles conditionnent la forme des plats.
– Les plats de cuisson actuels (en terre vernissée, Pyrex, porcelaine à feu ou acier inoxydable) sont des ustensiles essentiellement destinés à la cuisson au four : plat à gratin ovale ou rectangulaire, plat « sabot » ovoïde (pour certains entremets du type clafoutis ou flan), plat à rôtir, plat à poisson, plat à escargots, plat à œufs. Le plat à sauter, ou sautoir rond, est une pièce de la batterie de cuisine (**voir** ce mot).
– La platerie de service comprend des plats « plats », avec ou sans marli (plat à hors-d'œuvre, ravier, plat à poisson, plat à rôti, plat à pâtisserie), et des plats « creux », avec ou sans couvercle (légumier, soupière, saladier, plat à ragoût, compotier).

PLAT (METS) Mets servi lors d'un repas et qui peut être très divers.
– Le plat principal (ou plat de résistance), le plus riche ou le plus soigné, est généralement une viande, une volaille, un gibier ou un poisson, servis avec une garniture. C'est lui qui détermine l'ensemble du menu.
– Le plat unique, souvent à caractère régional, remplace parfois le plat principal : c'est le cas de la choucroute garnie, du grand aïoli, du couscous, etc.
– Le plat du jour (ou plat garni) est la suggestion faite par le chef d'un restaurant pour le plat principal, en fonction de son approvisionnement et de la saison.

Le mot « plat » est par ailleurs synonyme de spécialité, de recette régionale, ainsi que du contenu du plat.

PLAT DE CÔTES Morceau de bœuf correspondant à la partie latérale de la paroi thoracique de l'animal (**voir** planche de la découpe du bœuf pages 128 et 129). Le plat de côtes comporte la portion moyenne des treize côtes. Détaillé avec les os, il entre dans la composition du pot-au-feu traditionnel, du bœuf à la ficelle et des potées. Désossé et découpé en petits morceaux, il se prépare aussi en daube et en bourguignon.

Le plat de côtes de porc (**voir** planche de la découpe du porc page 839) est un morceau de la découpe lyonnaise comprenant la région du sternum et de l'extrémité inférieure des trois ou quatre premières côtes. Dans la découpe parisienne, il fait partie du morceau de demi-gros appelé « poitrine hachage ». Légèrement saumuré, il accompagne la choucroute, la potée et les légumes secs.

PLATEAU Grand plat à faible rebord, parfois muni de poignées latérales, servant soit à présenter des mets, soit à transporter divers objets. Le plateau de fruits de mer est un assortiment de coquillages et de crustacés servis sur un plateau tapissé de glace pilée ou d'algues. Le plateau de fromages est un assortiment de fromages proposé sur un plateau, parfois doté d'une cloche, en marbre, en bois d'olivier ou en vannerie, avec un couteau assorti.

PLATINA (BARTOLOMEO SACCHI, DIT IL) Humaniste italien (Platina 1421 - Rome 1481). Il devint bibliothécaire du Vatican après avoir publié à Venise, en 1474, un livre rédigé en latin consacré à l'art culinaire et à la diététique, *De honesta Voluptate ac Valetudine*. L'ouvrage eut beaucoup de succès et fut traduit en français par le prieur de Saint-Maurice, près de Montpellier, avec le concours d'un célèbre cuisinier, Nony Comeuse. Il Platina (le Platine) défend l'idée, nouvelle pour l'époque, que la cuisine doit être plus délicate qu'abondante. Ce livre de recettes, qui est aussi un recueil de conseils médicaux et des bons usages à table, est l'un des premiers à proposer des spécialités « locales » du Midi.

PLEUROTE Champignon de la famille des agaricacées, dont les lamelles descendent bas sur un pied décentré latéralement, qui pousse en touffes sur les souches et les arbres morts ; la plupart des espèces sont comestibles et perdent peu d'eau à la cuisson (**voir** planche des champignons page 240).

– Le pleurote en coquille (ou en huître), cultivé, peut remplacer le champignon de Paris en cuisine ; abondant en automne et en hiver, il a une chair ferme, croquante et savoureuse, surtout quand il est jeune ; son pied, un peu coriace, gagne à être haché, et sa cuisson doit être assez prolongée.
– Le pleurote du panicaut, ou oreille-de-chardon, est l'un des meilleurs pleurotes ; il pousse au printemps et en automne ; c'est un champignon délicat, à saveur légèrement musquée, très recherché, notamment dans les dunes du littoral atlantique.

PLIE Poisson plat, de la famille des pleuronectidés, plus connu sous le nom de « carrelet », abondant dans l'Atlantique, la Manche et la mer du Nord, rare en Méditerranée.

En forme de losange, la plie mesure de 25 à 65 cm. Ses yeux, gris-brun avec des taches orange brillantes, se trouvent sur le côté droit ; le côté aveugle est gris nacré. Assez charnue, d'un goût relativement fin, la plie est un poisson peu coûteux, qui se prépare comme la sole ou la barbue, en particulier frite, grillée, à la bonne femme, pochée, et même à la Dugléré, puisque, selon la tradition, c'est pour ce poisson que le chef du *Café Anglais* créa son apprêt (surtout appliqué à la sole).

Au Canada, il existe cinq espèces de ce poisson : la plie canadienne, très consommée, la plie grise, la limande à queue jaune, la plie rouge et le cardeau d'été.

PLIE CYNOGLOSSE Poisson de la famille des pleuronectidés, aussi appelé « balai » à Boulogne ou « limande gauche » en Bretagne. Pêchée au chalut de la mer du Nord à l'Irlande, cette plie est vendue en filet frais ou surgelé, sous le nom de « filet de limande ».

PLOMBIÈRES Nom d'un entremets glacé à base de crème anglaise au lait d'amande, généralement enrichie de crème fouettée et additionnée de fruits confits macérés dans du kirsch.

▶ **Recettes** : CRÈMES DE PÂTISSERIE, GLACE ET CRÈME GLACÉE.

PLUCHES Sommités feuillues des herbes aromatiques, utilisées fraîches (cerfeuil, estragon, persil) ou blanchies (céleri-branche, estragon). On coupe les feuilles avec une paire de ciseaux (le hachage risquant de l'endommager) au dernier moment, car leur arôme est volatile ; on évite surtout de les cuire.

PLUM-CAKE Pâtisserie d'origine anglaise, faite d'une pâte levée parfumée au rhum et additionnée traditionnellement des trois variétés de raisins secs. Le plum-cake peut être une grosse pièce ou un petit gâteau individuel. (Le mot *plum*, en anglais, désigne à la fois la prune, le pruneau et le raisin sec.)

plum-cake

Ramollir en pommade 500 g de beurre, puis le fouetter pour le rendre blanc et crémeux. Verser 500 g de sucre, fouetter à nouveau quelques minutes, puis incorporer 8 œufs, un par un, toujours en fouettant. Ajouter 250 g d'écorce confite d'orange, de cédrat ou de citron hachée, 200 g de raisins de Málaga épépinés, 150 g de raisins de Smyrne et 150 g de raisins de Corinthe. Incorporer 500 g de farine tamisée, additionnée de 6 g de levure chimique, puis le zeste râpé de 2 citrons et 4 cl de rhum. Chemiser un moule d'une bande de papier fort, en la laissant dépasser de 4 cm. Verser la pâte en ne remplissant le moule qu'aux deux tiers. Cuire de 45 min à 1 heure au four préchauffé à 190 °C. Faire refroidir sur une grille.

PLUMER Arracher les plumes d'une volaille ou d'un gibier à plume. On procède en remontant de la queue vers la tête et avec précaution, pour ne pas déchirer la peau. Le plumage est plus facile si on a mis l'oiseau, surtout s'il est petit, dans le réfrigérateur pour raffermir la chair ; le flambage fait ensuite disparaître le duvet. Quant aux petits « tubes » à plume qui résistent encore, on les retire avec la pointe d'un couteau d'office.

PLUM-PUDDING Entremets sucré typiquement anglais, moulé en terrine, à base de graisse de rognon de veau ou de bœuf, de raisins secs, de pruneaux *(plum)*, d'amandes, d'épices et de rhum, cuit au bain-marie et servi flambé, accompagné traditionnellement d'une sauce au cognac et au beurre (voir CHRISTMAS PUDDING).

PLUTARQUE Écrivain grec (Chéronée, Béotie, v. 50 - *id.* v. 125). Ce moraliste, qui s'inspire souvent du platonisme, composa environ deux cent cinquante traités, dont seul le tiers nous est parvenu, regroupé dans les *Vies parallèles* et les *Œuvres morales*. Parmi ces dernières se trouvent quelques fragments d'un *Symposiaque*, qui a pour objet la cuisine et la diététique. Grâce à la traduction de Jacques Amyot, au XVIe siècle, Plutarque devint l'auteur ancien le plus lu et le plus médité en France jusqu'au XIXe siècle. Les *Symposiaques* furent diffusés sous le titre *Règles et Préceptes de santé de Plutarque*.

PLUVIER Oiseau échassier migrateur de la famille des charadriidés, dont plusieurs variétés passent l'hiver en Europe occidentale et en Amérique (où il est interdit de chasse). Il était déjà très apprécié au Moyen Âge. Le pluvier argenté séjourne dans les vasières du littoral ; le pluvier doré, le plus recherché, s'installe dans les labours. Ce gibier estimé, que certains amateurs préfèrent non vidé, s'apprête comme la bécasse, mais surtout rôti. Ses œufs ont le même emploi que ceux du vanneau.

POCHE À DOUILLE Instrument utilisé en cuisine et en pâtisserie pour distribuer un produit de consistance pâteuse. La poche, faite de grosse toile ou de Nylon, est de forme conique : lorsqu'on la comprime, l'ingrédient introduit par la base du cône est expulsé par la pointe sous forme de petites boules ou de serpentins. La douille, en acier inoxydable, en fer blanc ou en matière plastique, est également conique et s'adapte

à la pointe de la poche ; son ouverture, de diamètre variable (7 à 8 tailles différentes, de 25 à 60 mm), ronde ou aplatie, lisse, dentelée ou cannelée, permet de coucher, de pousser ou de dresser à volonté la pâte, la crème ou la purée sortant de la poche.

POCHER Cuire des aliments dans un mouillement plus ou moins abondant, en maintenant un très léger frémissement. Le pochage est une cuisson douce, qui s'applique à de très nombreux aliments (abats, fruit, moelle, œuf, poisson, viande, volaille) et à diverses préparations (blanc d'œuf en neige, boudin, Knödel, quenelle, saucisse, etc.). La mise en cuisson se fait dans le liquide froid ou chaud. Lorsque l'aliment (viande essentiellement) est mis à pocher dans le liquide froid, il perd ses sucs, donc une partie de sa saveur et de son moelleux, mais le liquide se parfume ; lorsqu'on le met dans le liquide déjà frémissant, il est saisi, l'albumine qu'il contient coagule, et il garde ses sucs, donc sa saveur, mais le liquide est alors moins aromatisé.

Les pièces longues à cuire, comme la poule au pot, sont souvent accompagnées de légumes et de différents aromates et condiments ; le liquide (eau ou fond blanc) est régulièrement écumé et dégraissé. Certains aliments protidiques fragiles (cervelle, œuf entier, poisson) sont pochés dans de l'eau additionnée de vinaigre ou de jus de citron. Certains poissons (entiers ou en filets) sont cuits dans une plaque beurrée, au four et à court mouillement, mais les gros poissons ronds (entiers ou en tronçons) sont pochés au court-bouillon dans une poissonnière et les gros poissons plats, dans une turbotière. Dans certains cas, on ajoute du lait dans le liquide (haddock, poisson blanc). Quant aux fruits, ils se font pocher dans un sirop de densité 1,1159, après avoir été auparavant soit mondés (pêche), soit pelés et citronnés (poire).

POCHETEAU Poisson de la famille des rajidés, qui se reconnaît à son museau long et pointu et à ses nombreuses petites taches noires sur le ventre. Le pocheteau noir ou gris, cousin de la raie, se pêche au chalut dans l'Atlantique, des îles Féroé au Portugal, mais il devient rare. Ses ailes sont vendues détaillées en tronçons ; sa chair ferme s'apprête comme celle de la raie.

POCHON Cuillère à pot ou petite louche à long manche, servant à arroser de jus ou de sauce un mets en cours de cuisson, ou à prélever un liquide.

En fromagerie, la louche utilisée pour verser le caillé dans les moules est appelée « poche ».

POCHOUSE Matelote bourguignonne, préparée avec des poissons d'eau douce, parmi lesquels figurait autrefois obligatoirement la lotte de rivière, devenue très rare. La pochouse de Bresse comporte souvent de la tanche, de la carpe et du poisson-chat, alors que celle de Bourgogne se fait avec du brochet, du goujon et même de la truite, en plus de la tanche, de l'anguille, de la perche et de la carpe. Mais, dans les deux cas, la pochouse est mouillée de vin blanc sec et liée au beurre manié.

pochouse

Beurrer largement une cocotte et en masquer le fond de 2 ou 3 gros oignons émincés et de 2 carottes coupées en rondelles. Nettoyer et tronçonner 2 kg de poissons d'eau douce : 1 kg d'anguilles (dépouillées) et 1 kg de lotte de rivière, de tanche, de brochet, de carpillon, etc. Les mettre dans la cocotte et placer au milieu 1 bouquet garni. Mouiller à hauteur de vin blanc sec et ajouter 2 gousses d'ail écrasées ; saler et poivrer. Couvrir et porter à ébullition, puis cuire 20 min à petits frémissements. Couper 150 g de lard de poitrine demi-sel en lardons ; les blanchir 5 min et les égoutter. Glacer 20 petits oignons. Nettoyer, émincer et citronner 250 g de champignons de Paris. Dorer au beurre, dans une sauteuse, lardons et champignons. Sortir les morceaux de poisson et les mettre dans la sauteuse avec les petits oignons. Lier la cuisson avec 1 cuillerée à soupe de beurre manié, la passer et la verser dans la sauteuse. Réchauffer le tout, puis ajouter 2 dl de crème fraîche et faire réduire 5 min à découvert. Verser la pochouse dans un plat de service creux chauffé et garnir de croûtons frottés d'ail et frits à l'huile.

POÊLE Ustensile de cuisson rond ou ovale, peu profond, à rebord évasé, muni d'une longue queue. La poêle sert à frire, à faire sauter ou revenir viandes, poissons, légumes et œufs, et à cuire divers appareils (crêpe, croquette, omelette, etc.).

Une poêle classique, en tôle d'acier noire, doit être épaisse et lourde, pour ne pas se déformer ; afin qu'elle ne rouille pas, il suffit de la graisser, après séchage, avec un tampon à peine imbibé d'huile.

On lui préfère parfois des matériaux plus légers, plus esthétiques ou d'un entretien plus facile : aluminium vitrifié, acier inoxydable, fonte émaillée ou aluminium avec revêtement antiadhésif (PTFE).

– La poêle à frire classique est un ustensile polyvalent, mais il existe des poêles à usage spécifique.
– La poêle à truite (ou à poisson), ovale, convient pour la cuisson des poissons à la meunière.
– La poêle à crêpes (également appelée « crêpière » ou « tuile »), ronde, possède un très petit rebord pour permettre à la spatule de décoller facilement la pâte et de retourner la crêpe.
– La poêle à omelette des cuisiniers, qui est souvent en cuivre étamé intérieurement, a un haut rebord et permet une cuisson uniforme des œufs dans toute l'épaisseur.
– La poêle à blinis, au diamètre des petites crêpes russes, possède un rebord assez haut.
– La poêle à marrons, ronde et percée de trous, est munie d'une queue très longue pour faire griller les châtaignes sur les braises.
– La poêle à flambage, utilisée surtout pour flamber à table les entremets ou certains apprêts, est en cuivre et d'une forme élégante.
– La poêle-four, sur laquelle s'adapte une cloche en verre à feu avec soupape d'échappement, peut servir de four d'appoint pour faire rôtir une viande ou une volaille, ou même pour cuire une tarte.

POÊLER Cuire lentement, dans un récipient couvert, avec un corps gras, une garniture aromatique et un mouillement court (eau, fond, vin, etc.). Le poêlage (voir tableau des modes de cuisson page 375), qui s'accompagne d'arrosages fréquents, tient à la fois du rôtissage (en début de cuisson) et du braisage. Il donne des apprêts très savoureux – le fond de sauce, servi dégraissé, étant riche et corsé – et convient surtout aux viandes blanches et aux volailles.

Poêler signifie également « cuire un aliment à la poêle avec du beurre ou de l'huile », sens qui découle du nom de l'ustensile utilisé.

POÊLON Récipient de cuisson à bord droit, demi-haut, muni d'une queue et souvent d'un couvercle, de petite contenance. Autrefois exclusivement en terre, vernissée ou non, le poêlon convenait pour le mijotage ou le braisage ; on trouve aujourd'hui, toujours pour le même emploi, des poêlons en acier inoxydable, en fonte noire ou émaillée, ou en tôle émaillée.

Le caquelon de la fondue savoyarde est aussi un poêlon, qui, comme celui de la fondue bourguignonne (plus haut et doté d'un couvercle), se pose sur un réchaud de table.

Le poêlon à sucre, en cuivre martelé non étamé, est réservé à la cuisson du sucre et des sirops.

POGNE Brioche ou pain brioché dauphinois, parfois garni de fruits confits, servi tiède ou froid, souvent avec de la gelée de groseille. La pogne de Romans est renommée, mais on la prépare aussi à Crest (en principe pour Pâques), à Die, à Valence, et dans certaines contrées du Lyonnais et de Franche-Comté. L'origine du mot pogne vient du patois : lorsque les femmes fabriquaient elles-mêmes leur pain, elles réservaient une « poignée » de pâte, qu'elles enrichissaient de beurre et d'œufs pour confectionner des pâtisseries.

pognes de Romans

Disposer en fontaine 500 g de farine tamisée et mettre au milieu 8 g de sel, 1 cuillerée à soupe d'eau de fleur d'oranger, 250 g de levain de pâte à pain, 250 g de beurre travaillé à la spatule de bois et 4 œufs entiers. Travailler vigoureusement pour donner du corps à la pâte ; ajouter encore 2 œufs, un par un. Incorporer enfin 200 g de sucre semoule par petites quantités, sans cesser de remuer. Placer la pâte dans une terrine farinée, la couvrir d'un torchon et la laisser lever de 10 à 12 heures à la température ambiante, à l'abri des courants d'air. La renverser sur la table et la battre du plat de la main pour interrompre la fermentation. La diviser en deux parties, en faire deux boules et leur donner une forme de couronne. Placer celles-ci dans des tourtières beurrées ; laisser lever à nouveau 30 min dans un endroit chaud. Dorer à l'œuf et cuire 40 min au four préchauffé à 190 °C.

POIDS ET **MESURES** Quantités d'ingrédients indiquées dans les recettes de cuisine, calculées en kilos, grammes, litres, centilitres, etc., depuis l'adoption du système métrique le 1er janvier 1840. Néanmoins, la pratique culinaire emploie parallèlement, et parfois conjointement, des unités de mesure correspondant au contenu d'ustensiles courants.

■ **Système français ancien.** Jusqu'au XIXe siècle, les poids et mesures étaient d'une grande diversité.

Les mesures les plus fréquentes étaient : le boisseau (12,5 litres), pour les grains et le sel ; la chopine (0,5 litre environ), pour les liquides ; le grain, vingtième partie de 1 gramme ; le gros (3,824 g), huitième partie de l'once ; le litron (0,813 litre), seizième partie du boisseau ; la livre, ou seize onces à Paris (0,489 kg), mais douze à Lyon ; le minot, réservé aux matières sèches, très variable selon les régions (52 litres à Lyon, 51 à Paris) ; le muid, pour les liquides et les grains (à Paris, 274 litres pour le vin et 1 873 litres pour le blé) ; l'once (30,594 g), valant à Paris le seizième de l'ancienne livre, mais correspondant aussi à un poids ancien de 24 à 33 g – elle est prise ainsi au début du XIXe siècle par Carême et ses contemporains, chez qui cinq onces sont égales à 153 g ; le picotin (3 litres), pour l'avoine surtout ; la pinte (à Paris, 0,93 litre), pour les liquides ; le quarteron (1/4 de livre ou 1/4 de 100, c'est-à-dire, en fait, 26 à Paris et parfois 32 ailleurs) ; le scrupule (1,137 g), vingtième de l'once, ou vingt-quatre grains ; le setier, douze boisseaux de blé (150 litres), ou encore vingt-quatre boisseaux d'avoine (300 litres).

Les mesureurs, fonctionnaires publics, étaient chargés de faire respecter les quantités mesurées lors des transactions commerciales concernant notamment les aulx, les châtaignes, les grains, l'huile, les nèfles, les noix, les oignons, les pommes et le sel, ainsi que le bois de chauffage et le charbon.

■ **Système anglo-saxon.** En Grande-Bretagne, aux États-Unis et en Australie, les unités de poids et de mesures couramment employées obéissent à un autre système que le système métrique.

Au Canada, le système international (SI), basé sur le système métrique, est en vigueur depuis 1980. Néanmoins, on y a conservé l'habitude anglo-saxonne de mesurer le volume des ingrédients plutôt que de les peser : ainsi, une cuillerée à soupe (15 ml) équivaut à trois cuillerées à thé (5 ml), huit cuillerées à soupe correspondent à une tasse (227 ml) et quatre tasses, à 900 ml, soit l'équivalent du quart américain.

POINT (À) Se dit d'une petite pièce de boucherie, plus particulièrement de bœuf, grillée ou sautée, dont le degré de cuisson se situe après le stade « saignant » et avant le stade « bien cuit ». Une grillade « à point » n'est pas cuite dans toute son épaisseur ; le cœur de la pièce (un quart à un tiers de celle-ci) n'a pas coagulé, mais il doit être chaud.

POINT (FERNAND) Cuisinier français (Louhans 1897 - Vienne 1955). Fils d'aubergistes qui tenaient l'hôtel-buffet de la gare de Louhans, où sa mère et sa grand-mère avaient la responsabilité des fourneaux, il fit ses classes à Paris (chez *Foyot,* au *Bristol,* au *Majestic,* comme saucier), puis à Évian, à *l'hôtel Royal,* où il fut poissonnier. En 1922, lorsque la compagnie ferroviaire

du PLM (Paris-Lyon-Marseille) refusa de reconnaître officiellement le buffet de la gare de Louhans, Auguste Point, son père, s'installa à Vienne. Deux ans plus tard, il laissa son restaurant à son fils, qui le baptisa *la Pyramide*. Rapidement, l'établissement, dont la cuisine était d'un grand classicisme, devint l'étape des gastronomes sur la route du Midi ; toutes les célébrités de l'époque vinrent goûter le « sommet de l'art culinaire » (Curnonsky). La personnalité de Fernand Point, dont Sacha Guitry disait : « Pour bien manger en France, un Point c'est tout », y fut aussi pour beaucoup ; son humour, son intransigeance et la chaleur de son accueil, ses anecdotes, ses excentricités et sa corpulence imposante firent de lui l'un des grands chefs français. Il fit d'ailleurs école, et ses élèves, Raymond Thuilier, Paul Bocuse, Alain Chapel, les frères Jean et Pierre Troisgros, Louis Outhier et Marius Bise témoignent de la valeur de son exemple.

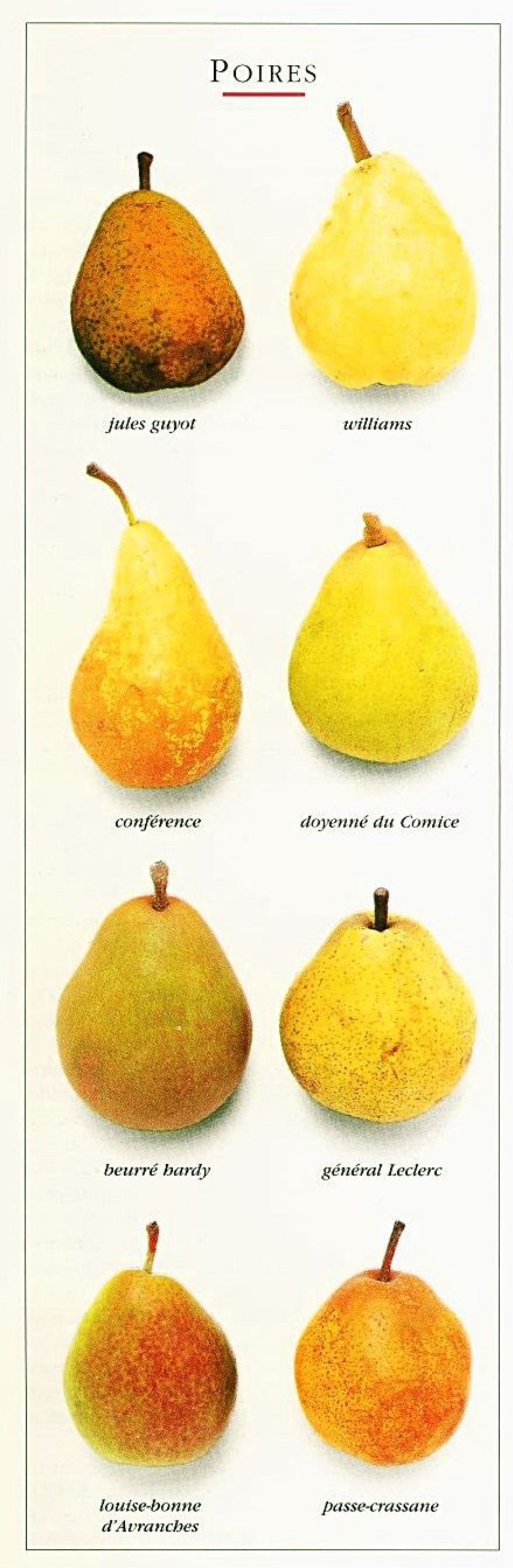
POINTE Morceau du porc, dans la découpe parisienne, situé à l'extrémité arrière de la longe (voir planche de la découpe du porc page 839). La pointe, qui peut rester attenante au jambon, donne un rôti moelleux.

POIRE Fruit du poirier, arbre de la famille des rosacées, oblong et renflé du côté opposé à la queue. Sa peau jaune, brune, rouge ou verte recouvre une chair blanche fondante, fine ou légèrement granuleuse, au centre de laquelle sont logés des pépins. Originaire d'Asie Mineure, le poirier poussait à l'état sauvage à l'époque préhistorique. Connue des Grecs, la poire fut surtout appréciée des Romains, qui la consommaient crue, cuite, ou séchée au soleil, et qui en tiraient une boisson fermentée. Aujourd'hui, grâce à une sélection progressive, les variétés sont innombrables (voir tableau). Fournissant 61 Kcal pour 100 g, la poire contient des vitamines (C, B1, B2, PP) et du potassium.

Caractéristiques des différentes variétés de poires

variétés	provenance	époque	aspect	saveur
poires d'été				
jules guyot	Sud-Est	mi-juill.-oct.	assez grosse, épiderme vert clair à jaune citron, chair ivoire juteuse	assez fine, agréable
williams	Sud-Est	sept.-oct.	grosse, trapue, épiderme lisse, brillant, jaune, chair juteuse	fine, sucrée, un peu acide, fondante
	hémisphère Sud	mars-avr.		
poires d'automne				
alexandrine	Sud-Est, Sud-Ouest	oct.-déc.	moyenne, épiderme jaune un peu doré, chair ferme	fine, sucrée, un peu parfumée
beurré hardy	Val de Loire, Sud-Ouest, région parisienne	sept.-déc.	moyenne à grosse, épiderme épais, jaune-vert bronze, chair juteuse	sucrée, parfumée
	hémisphère Sud	mars-avr.		
louise-bonne d'Avranches	Sud-Est	mi-sept.-déc.	moyenne, un peu ventrue, épiderme lisse, jaune vert, face rosée, chair un peu juteuse	un peu acidulée
packam's triumph	Sud-Est	oct.-janv.	grosse, bosselée, épiderme jaune pâle, chair juteuse	acidulée
	hémisphère Sud	mars-juill.		
conférence	Val de Loire, Nord, Sud-Ouest, région parisienne, Belgique, Pays-Bas	oct.-avr.	très allongée, épiderme épais, brun pâle, tacheté de roux, marbré, chair juteuse	parfumée, fine, un peu acidulée
doyenné du Comice	région parisienne, Val de Loire, Sud-Ouest	oct.-févr.	grosse, conique, bosselée, épiderme verdâtre à jaune, chair juteuse	très fine, fondante, sucrée
	hémisphère Sud	avr.-mai		
poires d'hiver				
général Leclerc	Val de Loire, Sud-Ouest	oct.-mars	grosse, souvent irrégulière, jaune verdâtre à bronzé	parfumée
passe-crassane	France, Italie	déc.-avr.	grosse, épiderme épais, jaune-brun, chair très juteuse	fondante, un peu acidulée

POIRES



Emplois. Fruit de table réputé mais fragile, la poire se pèle avec un couteau et une fourchette à dessert. Crue, elle s'oxyde rapidement : pour une salade de fruits ou une bordure, on l'arrose de jus de citron.

Les variétés spécifiquement à cuire ont aujourd'hui pratiquement disparu ; les poires de curé et la belle-angevine se trouvent cependant encore parfois sur les marchés de campagne, mais elles ne révèlent leur saveur que cuites.

Les entremets aux poires sont nombreux et raffinés : charlottes, couronnes de fruits froids ou glacés, croûtes, mousses, soufflés, tartes et tourtes, diversement nappés et garnis ; compotes, confitures, glaces, poires pochées au vin et sorbets complètent la gamme des desserts. Les poires accompagnent également la volaille et le gibier, et s'apprêtent en hors-d'œuvre. On les utilise aussi séchées, notamment pour les compotes et les accompagnements de plats salés.

Les conserves de poires au sirop se font surtout avec la variété williams, employée par ailleurs pour faire une eau-de-vie et une liqueur. L'eau-de-vie (parfois appelée « williamine »), vieillie quelques mois dans un cruchon de grès ou en bouteille, développe un arôme délicat, proche de la fragrance du fruit, que l'on ravive, à la dégustation, en frappant les verres avec des glaçons. La liqueur est faite d'eau-de-vie diluée et édulcorée, ou d'un mélange de distillation et de macération.

charlotte aux poires → CHARLOTTE
compote poire-pomme caramélisée → COMPOTE
flaugnarde aux poires → FLAUGNARDE
gratinée de poires aux pistaches → GRATINÉE
noisettes de chevreuil au vin rouge et poires rôties → CHEVREUIL

RECETTE DU RESTAURANT
LA TOUR D'ARGENT, À PARIS

poires Charpini

« Fouetter 6 jaunes d'œuf avec 125 g de sucre en poudre. Ajouter 40 g de farine. Verser 1/2 litre de lait bouillant aromatisé avec 2 gousses de vanille fendues. Incorporer 1/2 litre de crème fouettée ferme et sucrée. Tapisser un plat profond de ce mélange, ranger dessus 10 demi-poires fondantes pelées, épépinées et pochées dans un sirop bien vanillé. Recouvrir avec le reste de l'appareil. Saupoudrer de sucre cristallisé et caraméliser au fer rouge. Servir glacé. »

poires Joinville

Caraméliser un moule à savarin de 22 cm de diamètre. Faire bouillir 1 litre de lait avec 1/2 gousse de vanille ; mélanger dans une terrine 12 œufs et 200 g de sucre semoule ; arroser peu à peu avec le lait bouillant en fouettant, puis passer la crème au chinois et la verser dans le moule caramélisé. Placer le moule dans une plaque à pâtisserie emplie d'eau à mi-hauteur du moule ; faire chauffer sur le feu jusqu'à ce que l'eau frémisse, puis enfourner l'ensemble à 200 °C et cuire

20 min (la crème doit être prise). La laisser refroidir complètement avant de la démouler sur un plat de service. Égoutter le contenu d'une grande boîte de poires au sirop. Faire fondre sur feu doux 200 g de marmelade d'abricot et la parfumer avec 1 dl de kirsch ou d'eau-de-vie de poire. Préparer une crème chantilly avec 2 dl de crème fraîche épaisse, 3/4 de dl de lait glacé, 50 g de sucre glace et 1 sachet de sucre vanillé. Couper les poires en fines lamelles et les dresser à l'intérieur de la couronne de crème. Mettre la chantilly dans une poche munie d'une douille cannelée et en décorer les poires. Servir aussitôt, avec la sauce à l'abricot dans une saucière.

RECETTE DE MICHEL ROSTANG

poires rôties au sauternes

« Préparer une glace à la noix avec 1 litre de lait, 150 g de purée de noix, 150 g de sucre semoule et 6 jaunes d'œuf. Éplucher, épépiner et couper en deux 9 poires doyennés du Comice. Mettre dans un sautoir 200 g de beurre et 300 g de sucre. Dès que le caramel remonte, ajouter les poires, puis une bouteille de sauternes, et cuire jusqu'à ce que les fruits soient tendres. Servir nappé de glace. »

poires Savarin

Peler 12 poires, les couper en deux, les épépiner et les remplir de roquefort malaxé avec un peu de beurre. Les dresser dans un plat et les napper de 3 dl de crème fraîche épaisse. Poudrer de paprika. Servir très frais, en hors-d'œuvre.

RECETTE D'HERVÉ RUMEN

poires au vin

« Éplucher et citronner 8 belles poires williams ou passe-crassane, en leur conservant la queue. Dans une grande casserole, verser sur les épluchures 1 litre de vin rouge tannique (côtes-du-rhône ou madiran), 100 g de miel, 150 g de cassonade, 1 zeste de citron préalablement blanchi, un peu de poivre blanc, quelques grains de coriandre, 1 pointe de muscade et 3 gousses de vanille fendues en deux. Porter à ébullition douce. Après 10 min, y mettre les poires, queue en l'air. Couvrir et cuire doucement 20 min. Laisser refroidir et mettre 24 heures au réfrigérateur. Servir nappé du jus gélifié. »

RECETTE DU RESTAURANT
LA TOUR D'ARGENT, À PARIS.

poires Wanamaker

« Couper 6 madeleines en tranches. Les ranger dans un plat beurré en les espaçant légèrement. Les arroser de kirsch et les napper de marmelade de poire mêlée d'un peu de gelée de groseille. Mettre sur chaque tranche 1 demi-poire cuite au sirop vanillé. Préparer un appareil à soufflé à la vanille et en recouvrir les poires ; faire dorer au four. Servir éventuellement avec un sabayon au kirsch. »

salade de poires et de pêches aux framboises → SALADE DE FRUITS

sorbet à la poire → SORBET

tarte aux poires Bourdaloue

Foncer un moule à tarte beurré avec une pâte brisée assez fine en faisant une petite crête sur les bords. Garnir de crème d'amande, puis de poires au sirop émincées. Cuire 30 min au four préchauffé à 190 °C. Laisser refroidir, puis enduire d'un nappage à l'abricot.

POIRE (VIANDE) Petit muscle de la cuisse du bœuf, faisant partie du tende-de-tranche (voir planche de la découpe du bœuf pages 128 et 129). De forme ronde, la poire appartient, avec le merlan, aux « morceaux du boucher » réservés aux biftecks. Elle pèse environ 600 g pour une demi-carcasse de 180 kg.

POIRÉ Boisson fermentée préparée comme le cidre, mais avec du jus de poire fraîche. Le poiré est une boisson très ancienne dans l'ouest de la France (Normandie, Bretagne, Maine). Moins consommé que le cidre, il ressemble à un vin blanc léger. Les poires sont lavées, broyées, mises en cuve à l'air et pressées ; le jus, versé en fût, fermente naturellement (assez vite), puis il est soutiré en bouteilles. Selon sa densité, le poiré peut être tranquille, pétillant ou mousseux. Il est souvent mélangé au cidre, auquel il apporte du parfum et une certaine acidité. On autorise également l'utilisation du poiré dans l'élaboration des calvados AOC du pays d'Auge et du Domfrontais.

POIREAU Plante potagère, de la famille des liliacées, issue d'une variété d'ail originaire du Proche-Orient, cultivée comme légume.

Le poireau se mange toujours cuit. Il est formé de feuilles engainantes, constituant un fût cylindrique ; la partie souterraine, blanche et tendre (le « blanc de poireau »), est la plus appréciée ; les feuilles vertes (le « vert ») sont généralement coupées à la base de l'endroit où elles s'écartent.

Le poireau était déjà cultivé par les Égyptiens et les Hébreux. Les Romains, qui en faisaient une grande consommation, l'introduisirent en Grande-Bretagne, où il constitue aujourd'hui le « légume national » gallois.

Diurétique, riche en cellulose, en mucilage et en sels minéraux, peu calorique (40 Kcal pour 100 g), le poireau est bien pourvu en soufre et en vitamine A.

■ **Emplois.** Produit en France dans toutes les ceintures vertes des villes, mais principalement dans la Loire-Atlantique, le Nord, la Manche, les Yvelines et les Bouches-du-Rhône, le poireau est disponible pratiquement toute l'année.

De novembre à avril, on trouve surtout des variétés à gros fût blanc, de 10 à 20 cm de long, à feuillage vert foncé, mais aussi les poireaux de Créances, très délicats, au goût de noisette.

De mai à juillet apparaissent les poireaux nouveaux (surtout de Nantes, délicieux et fondants), ainsi que les poireaux « baguettes », moins tendres, avec un petit oignon à la racine.

À partir de la mi-juillet reviennent les variétés d'hiver, qui seront repiquées ; elles ont davantage de goût et sont moins fondantes ; les très gros poireaux, comme le malabar du Sud-Ouest, de 5 cm de diamètre, vendus en automne, sont aussi très bons.

À l'achat, les poireaux doivent être très frais, lisses, de couleur tendre, avec le feuillage dressé. On les épluche en éliminant les racines et la base, puis on coupe le blanc jusqu'au départ des feuilles en un seul tronçon, en réservant le vert ; le lavage doit être répété plusieurs fois. Ils sont généralement blanchis à l'eau bouillante salée avant d'être apprêtés : froids à la vinaigrette ou à la mayonnaise, chauds à la béchamel, en sauce blanche, gratinés, braisés, au beurre fondu ou à la crème, ainsi qu'en potage et en tarte, mais aussi en beignets, à la grecque, voire farcis. Le blanc de poireau, taillé en brunoise, en julienne, en paysanne, etc., figure souvent dans les garnitures aromatiques, les courts-bouillons et les fonds de cuisson.

crème de poireau → CRÈME-POTAGE
escalopes de turbot à l'embeurrée de poireau, filets de turbot à la fondue de poireau et à la moelle → TURBOT
flamiche aux poireaux → FLAMICHE
foie gras de canard au poivre blanc et au vert de poireau → FOIE GRAS
papet vaudois aux poireaux → PAPET

poireaux braisés
Nettoyer les blancs de 12 poireaux et les détailler en tronçons réguliers ; les mettre dans une cocotte avec 3 cuillerées de beurre, saler et poivrer. Mouiller de 5 cuillerées à soupe d'eau et cuire 40 min à l'étuvée. Dresser les poireaux dans un légumier et les arroser du fond de cuisson additionné d'une grosse cuillerée de beurre. On peut aussi braiser les poireaux au gras en les mouillant de jus de viande un peu clair ou de bouillon de pot-au-feu.

poireaux au gratin
Nettoyer des blancs de poireau et les blanchir 5 min dans une grande quantité d'eau bouillante salée. Les égoutter, les étuver au beurre, puis les dresser dans un plat beurré allant au four. Les poudrer de parmesan râpé. Arroser de beurre fondu et faire gratiner dans le four préchauffé à 240 °C.

soles de ligne à la fondue de poireau → SOLE
soupe aux poireaux et aux pommes de terre → SOUPE
terrine de poireaux et fromage de chèvre frais → TERRINE
turbotin aux poireaux → TURBOT

POIS D'ANGOLA Graine de la famille des légumineuses, originaire d'Asie, mais également cultivée en Afrique, aux Antilles et en Asie du Sud-Est (voir planche des légumes exotiques page 615). Cette graine, un peu aplatie, est contenue avec quatre à sept autres graines dans une longue gousse poussant sur un buisson. Appelés aussi « pois d'ambrevade », « pois cajan », « pois de bois », « gandules », etc., les pois d'Angola, de couleur vert pâle à rouge foncé, se consomment comme les pois à écosser d'Europe : frais, en salade, en potage ou en garniture ; ou secs (ils sont alors beaucoup plus nourrissants), en purée ou comme base de sauce. On en fait également une farine avec laquelle on prépare des beignets et des gâteaux.

POIS CASSÉ Petit légume sec demi-sphérique, vert pâle, issu de graines de petits pois récoltés à maturité complète. Cueillis en été, les pois sont débarrassés de leur enveloppe de cellulose, divisés en deux et souvent glacés. Très énergétiques (351 Kcal pour 100 g), les pois cassés sont riches en glucides, en protides, en phosphore et en potassium. Ils servent à préparer soupes, potages et purées ; en grains, ils accompagnent le jambon à l'os.

pois cassés : cuisson
Faire tremper des pois cassés (de l'année) 1 h 30 dans de l'eau froide. Jeter l'eau de trempage et verser les pois dans une casserole à raison de 2 litres d'eau froide par 500 g ; ajouter 1 carotte, 1 branche de céleri, 1 blanc de poireau et 1 oignon taillés en mirepoix ; compléter avec 1 bouquet garni enrichi de vert de poireau, 1 crosse de jambon et des feuilles vertes de laitue. Porter lentement à ébullition, écumer, saler et poivrer, couvrir et cuire doucement 2 h 30. Retirer le bouquet garni et la crosse de jambon avant l'utilisation.

POIS CHICHE Légumineuse méridionale, se présentant en graines arrondies et bosselées, de couleur beige, contenues dans des gousses. Toujours consommés cuits et préalablement trempés, les pois chiches s'utilisent en garniture, en purée ou en potage. Originaires du bassin méditerranéen, ils sont vendus secs ou en conserve, au naturel.

Très énergétiques (361 Kcal pour 100 g), ils sont riches en glucides, en protides, en phosphore, en calcium et en fer.

■ **Emplois.** Les pois chiches sont présents dans nombre de plats méridionaux : estouffade, potée, ragoût, cocido, olla podrida, puchero. Ils garnissent traditionnellement le couscous et s'apprêtent comme les haricots secs. On peut également les accommoder en salade, comme les lentilles, voire en gratin, nappés de sauce Mornay. On fait également de la farine de pois chiches.

pois chiches au chorizo
Faire tremper 500 g de pois chiches 12 heures dans de l'eau froide. Les égoutter. Les mettre dans une marmite avec 1 carotte, 1 oignon, 2 branches de céleri, 1 blanc de poireau, émincés, 250 g de poitrine fumée et 1 bouquet garni. Couvrir de 2 litres d'eau froide et porter à ébullition. Écumer, saler et poivrer, puis baisser le feu

et ajouter 3 ou 4 cuillerées à soupe d'huile. Cuire doucement de 2 à 3 heures. Ajouter un morceau de chorizo fort et poursuivre la cuisson 30 min. Ôter le bouquet garni, le lard et le chorizo ; égoutter les pois chiches et les mettre dans une casserole avec 2 dl de fondue de tomate aromatisée à l'ail. Couper le chorizo en rondelles, le lard en tranches, les mettre dans la casserole et faire mijoter 15 min. Servir brûlant.

POIS GOURMAND Variété de petit pois, appelée également « princesse », dont on consomme les cosses avec les graines. Vendus en hiver et au début du printemps, les pois gourmands viennent surtout de deux variétés, carouby de Maussane et corne-de-bélier. Moins énergétiques que les petits pois, ils sont assez riches en sucre, en potassium et en vitamines. Entiers, ils s'apprêtent comme les petits pois frais.

POISSON Animal vertébré aquatique, le plus souvent recouvert d'écailles, qui respire à l'aide de branchies et se déplace avec des nageoires. On en connaît actuellement plus de trente mille espèces, qui forment un groupe très hétérogène. La plupart vit dans les mers et les océans, à des niveaux plus ou moins profonds. Les poissons d'eau douce sont beaucoup moins nombreux ; certains d'entre eux (anguille, saumon) passent d'ailleurs une partie de leur existence en mer.

Les poissons sont d'abord classés d'après leur squelette, cartilagineux (requin, roussette, raie) ou osseux (la majorité), puis d'après la forme de leur corps : fuselé, comprimé verticalement ou latéralement (poissons plats), ou allongé et serpentiforme. Le nombre et la forme des nageoires, la largeur de la bouche, la présence de dents, d'épines, d'éperons, de barbillons, l'épaisseur de la peau, le tracé de la ligne latérale, la pigmentation permettent aussi de les différencier.

■ **Choix.** Trois éléments déterminent l'achat : la saison, la fraîcheur et le pourcentage de déchets.

• SAISON. On trouve aujourd'hui presque toute l'année des poissons pêchés sur les côtes africaines ou nordiques. Il est cependant conseillé de choisir ceux qui sont pris dans les eaux proches en pleine saison, car ils sont plus savoureux et moins onéreux.

• FRAÎCHEUR. C'est la qualité première d'un poisson, qui n'est jamais meilleur que lorsqu'il sort de l'eau. Toutefois, les moyens de transport et de réfrigération permettent aujourd'hui de consommer, loin des lieux de pêche, des poissons d'une saveur sans défaut.

Les techniques de conservation sont d'ailleurs très anciennes, qu'il s'agisse du froid (déjà utilisé par les Romains), de la dessiccation (notamment pour le hareng et la morue), du fumage (saumon) ou de la mise en caque ou en baril. Enfin, les possibilités de consommation ont été élargies grâce aux conserves en boîte, puis considérablement augmentées grâce aux surgelés.

• POURCENTAGE DE DÉCHETS. Un poisson acheté entier donne de 30 à 60 % de déchets ; un poisson étêté et en tronçons de 15 à 25 % ; un poisson en tranches 10 % environ ; et un poisson en filets… aucun déchet. Ces chiffres ont leur importance au moment de l'achat.

■ **Diététique.** Tous les poissons sont très riches en protéines, mais aussi en phosphore, en magnésium, en cuivre, en fer, en iode ainsi qu'en vitamine B, et, en ce qui concerne les poissons dits « gras », en vitamines A et D.

Dans tous les cas, ils ont, en fait, une teneur en lipides faible ou très moyenne, qui diminue encore après le frai. Le plus gras des poissons, l'anguille (25 % de lipides), n'est pas plus gras que la viande de mouton ou de porc.

Lever les filets d'un poisson rond



1. Habiller le poisson : couper les nageoires dorsale, ventrale et latérales. Maintenir le poisson de côté horizontalement devant soi. Avec un couteau à filets de sole, inciser au-dessus de la nageoire dorsale.



2. Détacher progressivement le filet, en appuyant fermement le couteau sur l'arête.



3. Placer le poisson tête vers soi et arête contre la planche. Tenir le couteau parallèle à l'arête, et le faire remonter en le tirant de la tête vers la queue pour lever peu à peu le filet.

Les poissons « maigres », de loin les plus nombreux, rassemblent gadidés, pleuronectidés, dorades, grondins, rougets et raies (0,5 à 4 % de lipides).

Les poissons « demi-gras » (4 à 10 % de lipides, moins qu'une viande « maigre »), comprennent les sardines, les maquereaux, les harengs et les truites.

Les poissons « gras », peu nombreux, regroupent les thons (13 %), les saumons (8 à 12 %), les murènes et les lamproies (13 à 17 %).

■ **Apprêts.** Le poisson de mer ou de rivière est apprêté chaud ou froid de multiples façons et admet les farces, les garnitures et les accompagnements de sauces, de beurres composés et de légumes (voire de fruits) les plus variés.

La cuisson d'un poisson est toujours délicate, car ce dernier doit être suffisamment cuit (à peine « rose à l'arête » et non gluant), mais pas trop (il est alors effeuillé et sec).

Elle peut se pratiquer soit à sec, soit en milieu humide (au court-bouillon, à la nage...), en friture, à la vapeur, ou bien en papillote ou en caisse ; enfin, le poisson cru a également ses amateurs, mais il exige une fraîcheur absolue et une découpe habile (il est parfois « faussement cru », c'est-à-dire mariné dans du jus de citron).

L'Association des gastronomes amateurs de poisson cherche à développer la consommation du poisson en France, car celle-ci n'occupe pas une place aussi importante que dans certains pays (Bassin méditerranéen, Japon, Scandinavie). D'une façon générale, depuis que la pratique du « jour maigre » est en voie de disparition, on consomme en effet moins de poisson que par le passé.

Aujourd'hui, des poissons « nobles » comme la sole, la truite, la lotte, le saumon, le turbot, la barbue et le merlan jouissent des apprêts à la fois les plus nombreux et les plus gastronomiques ; certains poissons, surtout de rivière, se font rares (brochet, omble chevalier, alose, féra), tandis que d'autres sont moins fréquemment cuisinés (anguille, esturgeon) ; quelques-uns (rouget, loup, dorade) connaissent en revanche un regain de faveur. Parmi les poissons les plus populaires figurent la sardine, le colin, ou merlu, la morue, le maquereau et le hareng.

Des espèces exotiques apparaissent de plus en plus sur le marché, en provenance des côtes africaines ou américaines.

aspic de poisson → ASPIC

Habiller une sole et lever les filets



1. *Inciser la peau noire sur la caudale et tirer de la queue vers la tête pour la décoller. Retourner la sole et enlever la peau blanche de la même façon. Vider le poisson et le laver : on dit qu'on l'« habille ».*



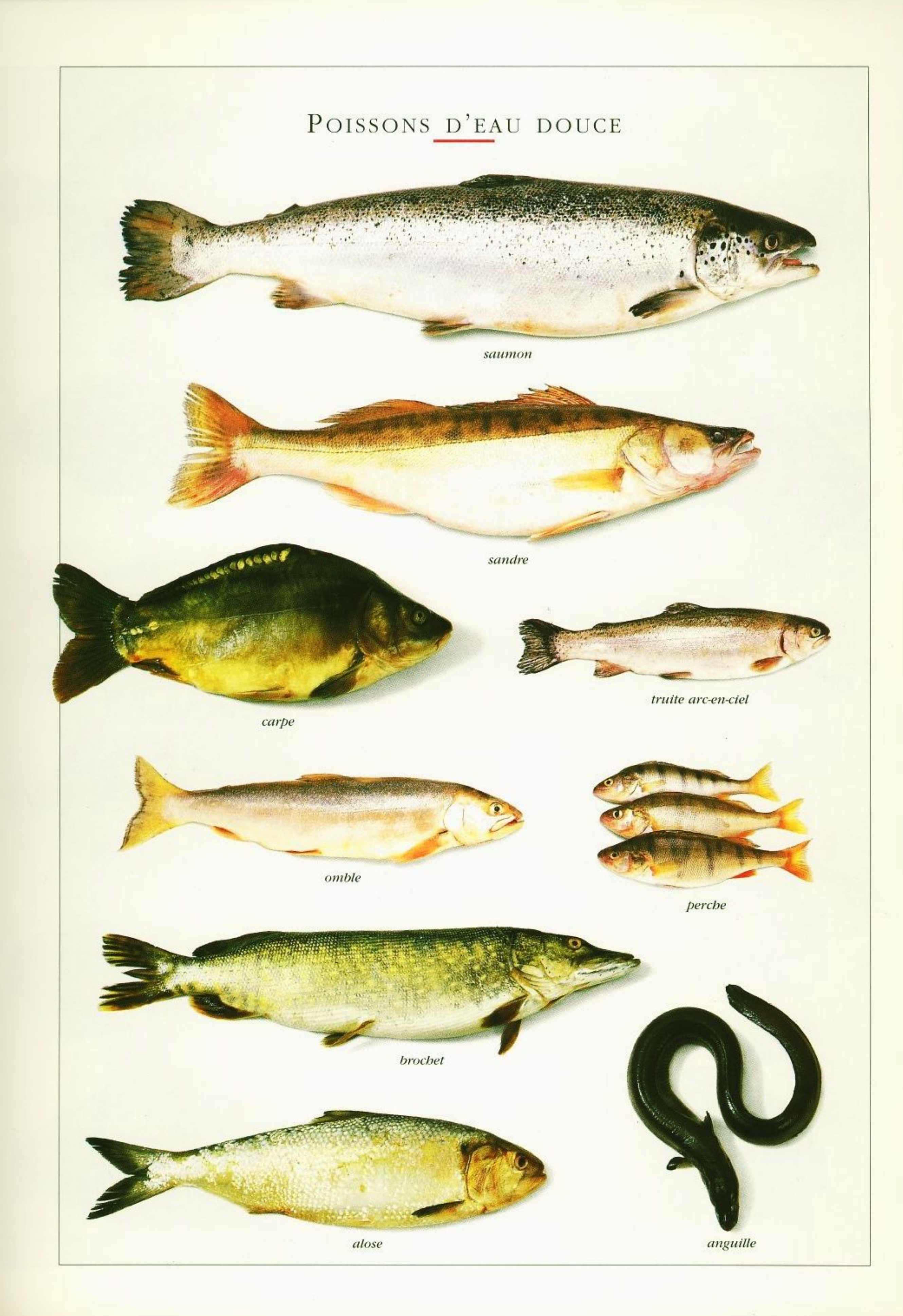
2. *Retourner de nouveau la sole. Avec la pointe du couteau à filets de sole, détacher délicatement le haut des deux filets en contournant la tête. Inciser tout le long de l'arête centrale.*

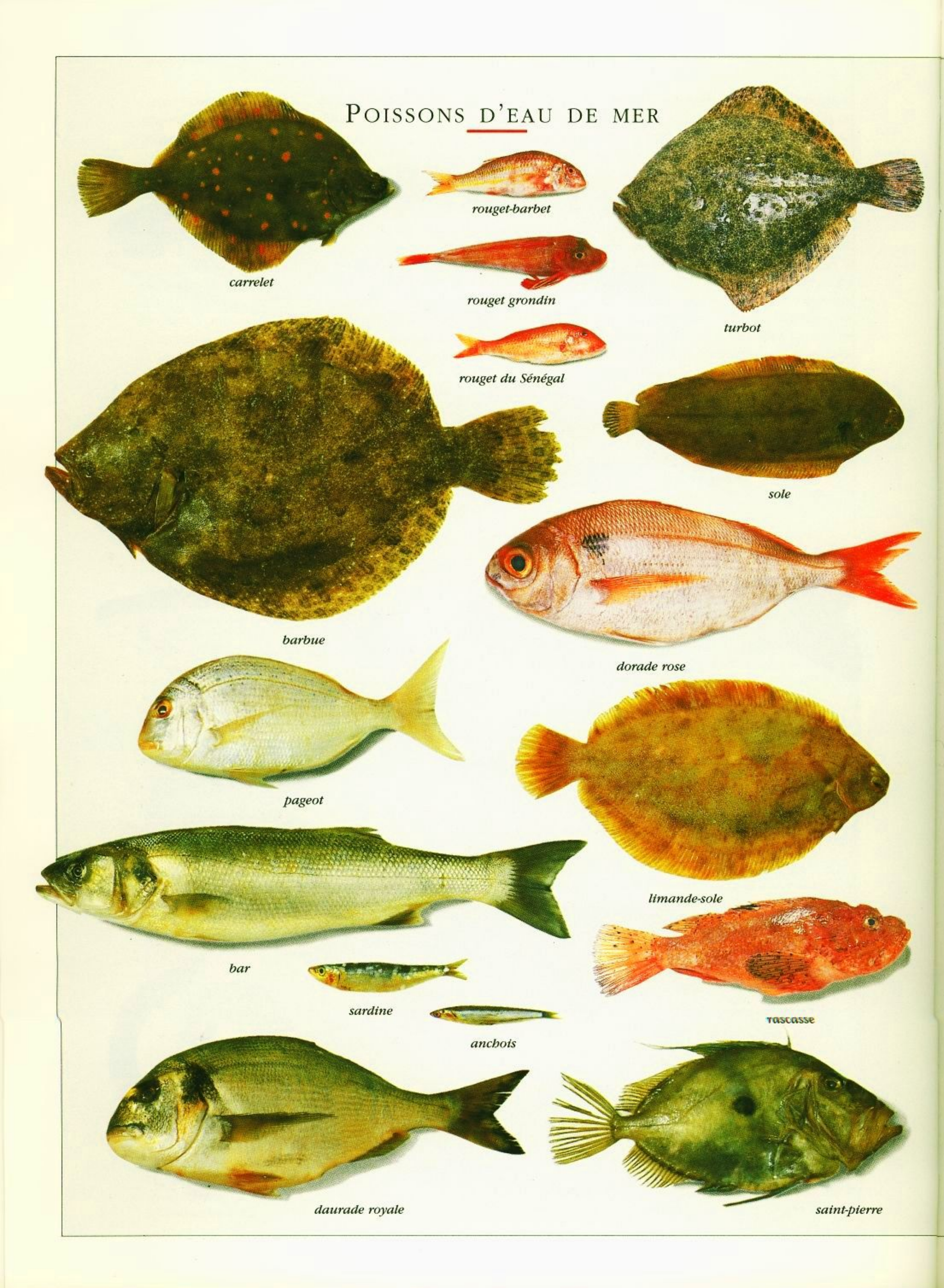


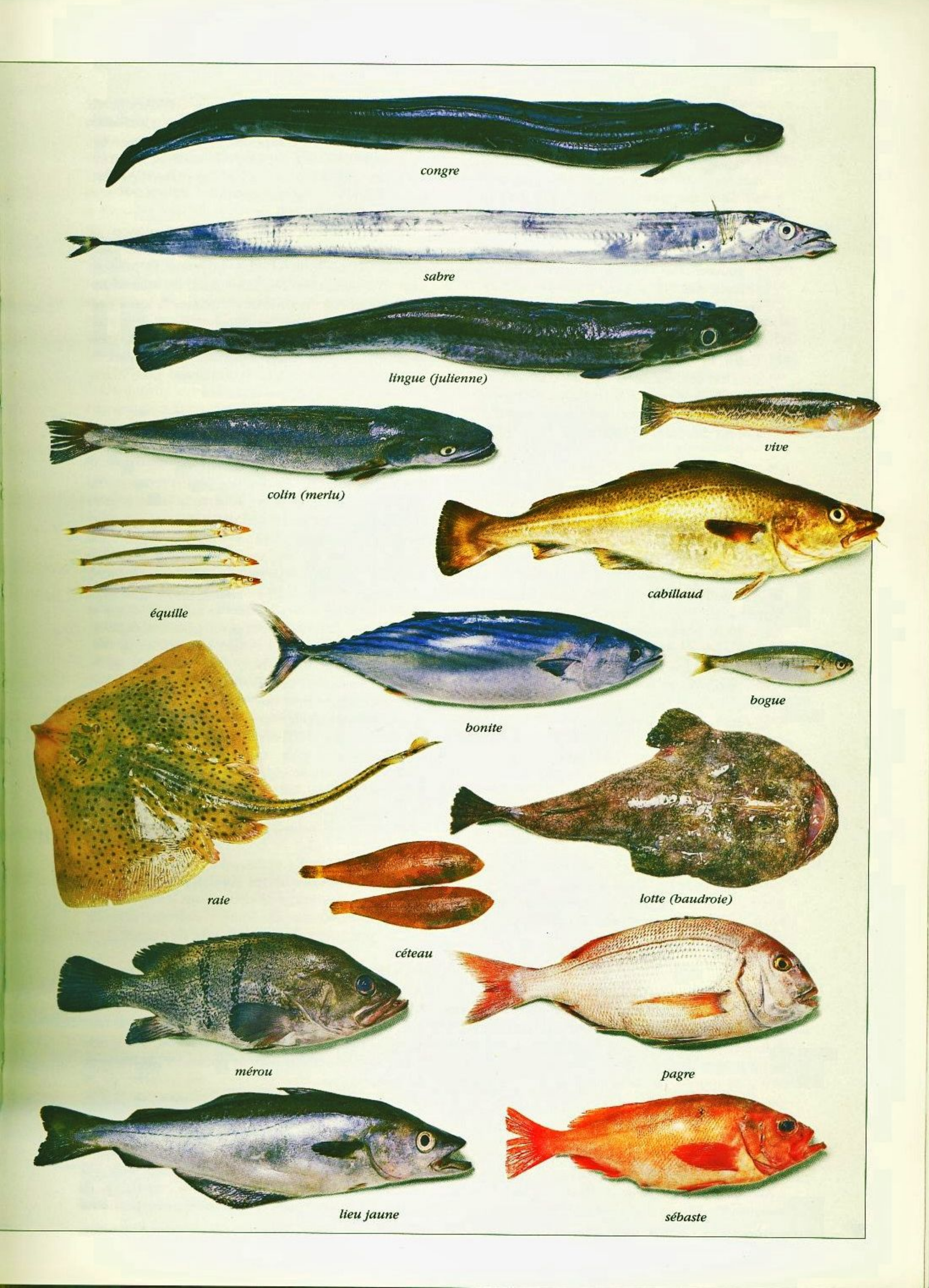
3. *Glisser fermement le couteau entre l'arête et le filet et, d'un mouvement franc, lever celui-ci en appuyant bien la lame sur l'arête pour prélever toute la chair sans la déchirer.*



4. *Procéder de la même façon pour les autres filets. Les débarrasser des parties sanguinolentes et noirâtres et des barbes qui restent. Les laver à l'eau courante et les éponger délicatement.*


POISSONS D'EAU DOUCE
saumon
sandre
carpe
truite arc-en-ciel
omble
perche
brochet
alose
anguille


POISSONS D'EAU DE MER
carrelet
rouget-barbet
rouget grondin
turbot
rouget du Sénégal
barbue
sole
dorade rose
pageot
limande-sole
bar
sardine
anchois
rascasse
daurade royale
saint-pierre


congre
sabre
lingue (julienne)
vive
colin (merlu)
cabillaud
équille
bonite
bogue
raie
lotte (baudroie)
céteau
mérou
pagre
lieu jaune
sébaste

RECETTE DE ROBERT COURTINE

blaff de poissons

« Écailler et vider 1 kg de poissons blancs (vivaneau, grande gueule, tanche). Les citronner, les rincer et les couper éventuellement en deux. Les faire mariner 45 min dans un peu d'eau avec le jus de 3 citrons, du sel et de petits morceaux de piment rouge. Composer un bouquet garni et éplucher 1 oignon et 5 gousses d'ail. Mettre le tout dans une cocotte avec 1 litre d'eau bouillante et écraser les gousses avec une cuillère de bois. Verser 2 cuillerées à soupe d'huile, porter de nouveau à ébullition et ajouter le poisson. Cuire 15 min à couvert. Presser 5 citrons dans un bol, écraser 1 gousse d'ail dans un peu d'huile et verser le tout dans la cocotte. Servir le blaff dans sa cuisson, accompagné de patates douces ou d'ignames. »

bordure de farce de poisson aux médaillons de homard à l'américaine → BORDURE
choucroute aux poissons → CHOUCROUTE
colle de poisson clarifiée pour entremets → COLLE
consommé simple de poisson → CONSOMMÉ
coquilles chaudes de poisson à la Mornay → COQUILLE
court-bouillon pour poissons d'eau douce, court-bouillon pour poissons de mer → COURT-BOUILLON
couscous au poisson → COUSCOUS
farce mousseline de poisson, farce pour poisson → FARCE
fricassée de mer au sabayon de Bellet → FRICASSÉE
fumet de poisson → FUMET
gelée de poisson blanche, gelée de poisson au vin rouge → GELÉE DE CUISINE
glace de poisson → GLACE DE CUISINE
marinade instantanée pour poissons grillés → MARINADE
meurette de poisson → MEURETTE
mousse de poisson → MOUSSE
nage de poissons du lac à l'aligoté et aux herbes fraîches → NAGE
œufs de poisson grillés → ŒUFS DE POISSON
pain de poisson → PAIN DE CUISINE

poissons marinés à la grecque

Faire suer 100 g d'oignons finement émincés dans 1,5 dl d'huile d'olive. Mouiller avec 1,5 dl de vin blanc, 1,5 dl d'eau et le jus passé de 1 citron. Ajouter 2 poivrons coupés en julienne, 1 gousse d'ail non épluchée mais écrasée, et 1 bouquet garni, 4 g de sel et du poivre. Faire bouillir 15 min. Verser aussitôt sur 500 g de rougets ou de sardines parés, laisser refroidir puis mettre au frais.

salpicon au poisson → SALPICON
sauce bourguignonne pour poissons, sauce chaud-froid brune pour poissons et gibiers, sauce moutarde pour poissons froids → SAUCE
velouté de poisson → VELOUTÉ

POISSON D'AVRIL Attrape qu'il est d'usage de faire le premier jour du mois d'avril. Cette tradition est l'occasion, pour les confiseurs, de confectionner des poissons en chocolat, en pâte d'amande ou en sucre. En Alsace, des moules en forme de poisson permettent aussi de réaliser des gâteaux.

POISSONNIÈRE Vaste récipient de cuisson de forme allongée, à haut bord vertical, muni de deux poignées, d'une grille et d'un couvercle. La poissonnière, ou saumonière (en aluminium, en acier inoxydable ou en cuivre étamé intérieurement), sert à faire cuire au court-bouillon les poissons longs de grande taille, traités entiers (colin, saumon, brochet, etc.). Sa grille permet de retirer le poisson sans le briser. La turbotière, elle, est conçue spécialement pour le traitement des gros poissons plats.

POITOU La cuisine poitevine est l'héritière de solides traditions culinaires. Champs de céréales, troupeaux de bœufs, de moutons et de chèvres, élevages de porcs et de volailles en font une région prospère, où l'on chasse encore le lièvre, le lapin, la caille, la grive et la perdrix. On pêche des poissons dans les cours d'eau et les étangs : tanche, lamproie, anguille ; le Marais poitevin donne des grenouilles, et le littoral vendéen, proche, abonde en poissons de mer, coquillages et crustacés. Les cultures maraîchères fournissent en particulier artichauts et asperges, choux et choux-fleurs, haricots blancs et verts, melons, oignons, petits pois, poireaux. Les vergers sont plantés de cerisiers, de noyers, de pêchers et de pommiers, tandis que les châtaigniers des bois sont renommés.

Parmi les plats poitevins les plus authentiques figurent la « sauce de pire » (poumon et foie de porc mijotés avec oignons, échalotes, vin rouge et aromates), le gigorit de porc et de volaille, la fressure vendéenne au lard, dégustée froide, le pirot de chevreau à l'ail vert et à l'oseille, les « biftecks » poitevins (hachés et liés de moelle, d'œufs, de mie de pain, d'oignons et de vin blanc), ainsi que le far et les multiples farcis.

Le Poitou produit de bons fromages frais, comme les caillebottes et les petits caillés, mais surtout une grande diversité de chèvres. Au chapitre des desserts, on retrouve le fromage de chèvre dans le tourteau fromagé, mais surtout les fruits : clafoutis, grimolle (crêpe aux fruits cuite au four), pâté de prunes.

POITRINE Pièce de viande constituée par les muscles pectoraux de l'animal.

La poitrine de bœuf (voir planche de la découpe du bœuf pages 128 et 129) comprend le gros haut de poitrine, le milieu de poitrine et le tendron, très moelleux ; elle est utilisée pour le pot-au-feu, le braisé et le sauté. La poitrine de veau (voir planche de la découpe du veau page 1083) se compose de la poitrine proprement dite, du tendron et du flanchet. Elle se cuisine en blanquette, en braisé, en marengo, en sauté, ou farcie. La poitrine de mouton et d'agneau (voir planche de la découpe de l'agneau page 22), détaillée en morceaux, entre dans la préparation du couscous, des navarins et des sautés ; elle peut aussi

être grillée entière ou farcie. La poitrine de porc (voir planche de la découpe du porc page 839) fraîche se préparait jadis en ragoût ; demi-sel, elle s'apprête aujourd'hui comme le petit salé. Elle constitue aussi le lard maigre et s'utilise en cuisine, fumée ou salée. Elle peut être roulée, embossée et séchée, ou farcie.

▶ **Recettes** : AGNEAU, MOUTON, PORC, VEAU.

POIVRADE Nom de diverses sauces où le poivre joue un rôle plus important que celui de simple condiment. La plus connue est une mirepoix mouillée de vinaigre et de vin blanc, réduite, additionnée d'un roux et de vin blanc, et relevée de grains de poivre écrasés. Elle accompagne la viande marinée et le gibier à poil. Les autres sauces poivrades sont à base de vinaigre et d'échalote (chaudes) ou de vinaigrette (froides).

On appelle aussi « poivrade » un petit artichaut que l'on mange à la croque au sel.

▶ **Recettes** : CHEVREUIL, SAUCE.

POIVRE Fruit du poivrier, plante grimpante de la famille des pipéracées, originaire de l'Inde, de Java et des îles de la Sonde, dont les fleurs donnent naissance à des grappes de baies, d'abord vertes, puis rouges et enfin brunes, qui deviennent noirâtres, sèches et ratatinées une fois cueillies.

■ **Variétés.** En France, seul le grain du *Piper nigrum* a légalement droit à l'appellation « poivre ».

– Le poivre noir est la baie entière, cueillie à peine rouge et séchée ; c'est le plus piquant.

– Le poivre vert est cueilli avant maturité ; il est vendu séché, au vinaigre ou en saumure ; son parfum est moins piquant, mais plus fruité.

– Le poivre blanc est récolté très mûr, puis débarrassé de sa coque par triturage dans de l'eau salée ; il est également moins ardent et convient notamment pour assaisonner les sauces blanches ; broyé, il prend le nom de « mignonnette », et peut alors être mélangé avec d'autres poivres.

– Le poivre gris est un mélange de poivre noir et de poivre blanc.

Les autres épices parfois commercialisées sous le nom de poivre doivent y adjoindre un qualificatif. On distingue ainsi le poivre « de Guinée », dont le goût tient à la fois du gingembre et du curcuma ; le poivre « long », très piquant, de la même famille que le poivre mais d'une autre espèce ; le « petit » poivre, ou « poivrette », c'est-à-dire la nigelle ; le poivre « de Cayenne », qui est en fait du piment réduit en poudre ; enfin, le poivre « rose », ou « d'Amérique », qui est le fruit de *Schinus molle*, petit arbre sud-américain, dont le noyau a une saveur légèrement piquante (aromatique et décoratif, ce poivre a connu une certaine faveur dans la « nouvelle cuisine »).

Le poivre est vendu en grains ou moulu. Mais, pour préserver ses qualités, il vaut toujours mieux le moudre soi-même, au fur et à mesure des besoins. Les meilleures variétés portent souvent le nom du port d'exportation : poivre blanc de Tellicherry (Inde), poivre noir de Lampong (îles de la Sonde), de Mangalore (Madras), de Saigon, de Singapour, etc.

■ **Histoire.** Depuis des temps immémoriaux, le poivre est l'épice la plus populaire et la plus répandue dans le monde. Il était d'usage courant depuis longtemps en Inde et en Chine lorsque Alexandre le Grand l'introduisit en Grèce, au IVe siècle av. J.-C. À Rome, on falsifiait déjà le poivre en y ajoutant des baies de genièvre. Apicius, au Ier siècle av. J.-C., suggérait de l'employer pour rehausser la fadeur des mets bouillis et cacher l'arôme trop puissant des viandes faisandées, rôle que le poivre continuera à jouer chez Taillevent, au XIVe siècle.

Caractéristiques des différents types de poivres et apparentés

types	plante	provenance	aspect	saveur
poivres				
poivre blanc	poivrier noir	Inde, Brésil, Indonésie, Malaisie, Italie	baie cueillie très mûre (rouge), macérée dans l'eau salée, débarrassée de l'enveloppe, séchée, vendue en poudre ou en grains	assez piquante
poivre noir	poivrier noir	Inde, Brésil, Indonésie, Malaisie	baie noire, cueillie avant maturité, noircie et ridée au séchage, vendue en poudre ou en grains	piquante
poivre vert	poivrier noir	Inde, Brésil, Indonésie, Malaisie	baie verte, cueillie avant maturité, vendue fraîche (sur place), en saumure ou séchée	piquante, fruitée
apparentés				
piment de la Jamaïque	myrte-piment	Jamaïque	baie noire, récoltée verte, séchée au soleil	bien marquée
poivre « rose », ou d'Amérique	*Shinus molle*	Amérique du Sud	baie rose foncé à rouge	un peu piquante, aromatique
poivre du Sichuan, ou fagara	frêne épineux	Chine	baie foncée, assez grosse, séchée, éclatée	piquante, florale

Au Moyen Âge, cette épice demeura rare et chère, et servit à plusieurs reprises de monnaie d'échange pour payer impôts ou rançons ; les voyages des grands explorateurs furent d'ailleurs motivés notamment par le désir de trouver un approvisionnement sûr en épices. Au cours des siècles, la vogue du poivre s'amplifia et celui-ci finit par devenir d'un usage courant, complémentaire du sel, pour la majorité des assaisonnements. Le Lyonnais Pierre Poivre, au nom prédestiné, gouverneur de Fort-de-France dans les années 1770, introduisit dans l'île Bourbon (l'actuelle Réunion) la culture du poivrier, jusque-là pratiquée exclusivement en Asie. Aujourd'hui, la consommation annuelle de poivre en Europe est plus ou moins de 100 g par personne.

Le poivre doit sa saveur piquante à des huiles essentielles, à une résine âcre et à une matière cristalline, la pipérine. Il stimule l'appétit et favorise la digestion. Riche en sels minéraux, il est cependant excitant et irritant à fortes doses.

■ **Emplois.** Plusieurs apprêts tirent du poivre leur nom et leur caractère : sauce poivrade, steak au poivre, *Pfefferkuchen* allemand (pain d'épice, littéralement « gâteau au poivre ») ou *pepper pot* hollandais (ragoût de mouton à l'oignon, très épicé).

Le poivre fait figure d'épice par excellence, et pratiquement tous les mets salés, chauds ou froids, y font appel. En grains entiers, il parfume les courts-bouillons, les marinades et les conserves au vinaigre ; concassé, il parsème les grillades, certaines crudités, des farces et des hachis ; fraîchement moulu, il aromatise les salades et les cuissons.

Le poivre vert connaît des applications particulières, notamment dans le canard poêlé, les terrines de poisson et la salade d'avocat.

▶ **Recettes** : BŒUF, CANARD, CANARD SAUVAGE, FOIE GRAS, SAUMON.

POIVRÉ Qualificatif désignant un goût légèrement piquant, allié à une saveur aromatique ; c'est le cas de la menthe dite « poivrée » ou de certains champignons bolets. La sensation en bouche, quand elle demeure tolérable, rappelle alors celle du poivre.

POIVRON Fruit d'une espèce de piment doux, plante potagère herbacée de la famille des solanacées, utilisé comme légume, cuit ou cru (voir tableau). Le poivron, de différentes couleurs, se distingue des piments forts par sa grosseur. Sa diffusion dans la cuisine est liée à l'introduction des mets méditerranéens dans le répertoire classique. Il est peu calorique (22 Kcal pour 100 g), mais riche en vitamine C.

■ **Emplois.** À l'achat, les poivrons doivent être bien brillants ; ils s'emploient épépinés et parfois pelés (après passage au four), et sont souvent farcis. Ils interviennent également dans les salades, les condiments marinés et certains plats typiques, comme la caponata, le gaspacho, la piperade et la ratatouille. Accompagnant aussi bien le jambon, le lapin, le mouton, le poulet et le thon que les œufs et le riz, ils caractérisent les apprêts à l'andalouse, à la basquaise, à la mexicaine, à la portugaise, à la turque, etc.

couronnes de loup au poivron → COURONNE
médaillons de lotte au beurre de poivron rouge → LOTTE DE MER

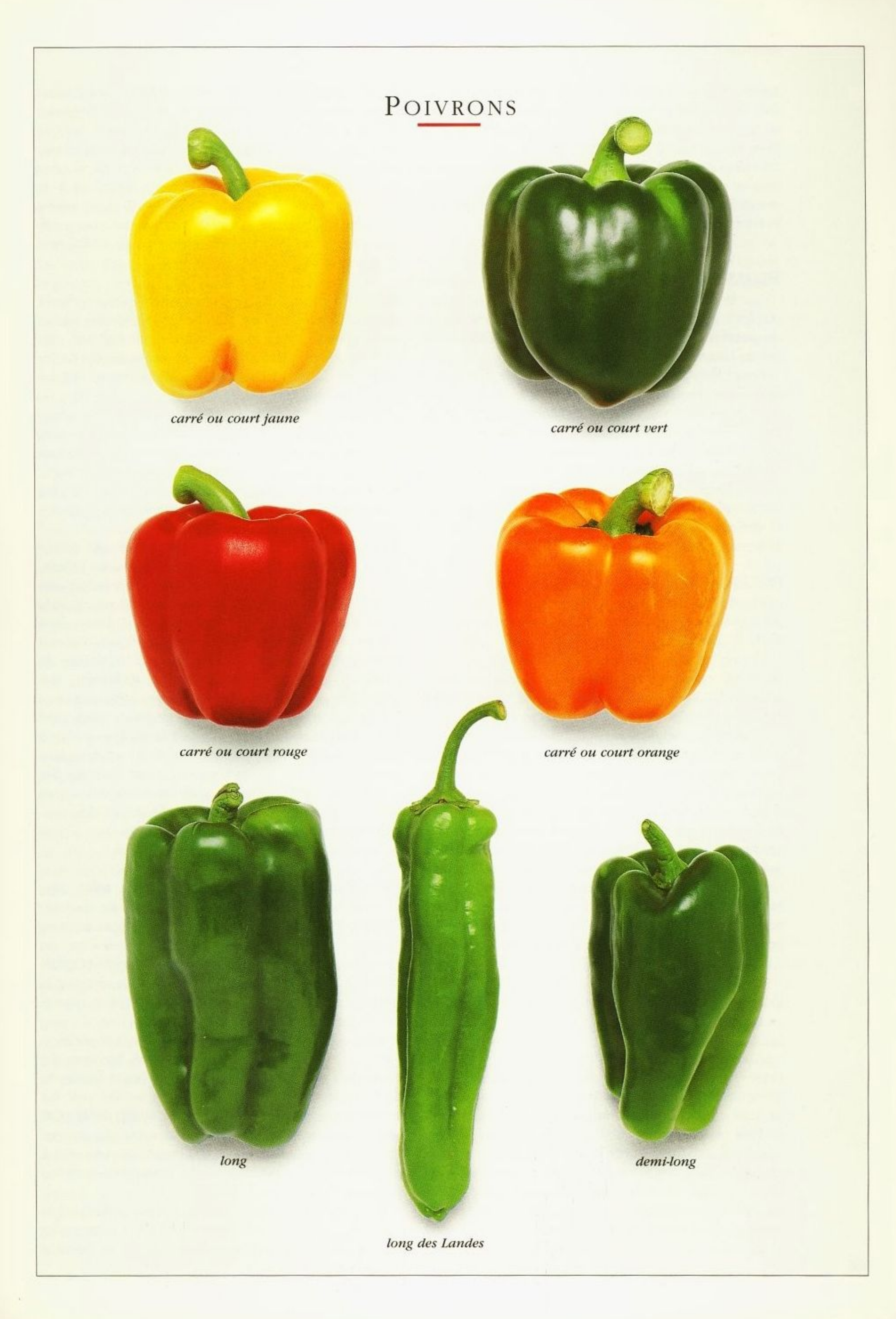
poivrons farcis

Ouvrir du côté du pédoncule 12 poivrons verts très petits. Les épépiner et les blanchir 5 min dans de l'eau bouillante salée. Préparer une farce en hachant 2 poignées de feuilles d'oseille très fraîches, 4 tomates pelées et épépinées, 3 oignons d'Espagne, 3 poivrons verts et 1 petite branche de fenouil. Chauffer dans une casserole 2 cuillerées à soupe d'huile d'olive chaude et y cuire ce hachis quelques minutes ; le tamiser pour éliminer le liquide. Garnir les poivrons de cette farce, additionnée d'un volume égal de riz au gras. Huiler une sauteuse et y ranger les poivrons farcis les uns contre les autres. Mouiller à mi-hauteur de sauce tomate claire, additionnée de jus de citron et de 2 dl d'huile d'olive. Cuire 25 min à couvert. Dresser les poivrons dans un plat creux avec leur cuisson. Servir chaud, ou laisser refroidir et mettre 1 heure dans le réfrigérateur avant de déguster en hors-d'œuvre.

Caractéristiques des différents types de poivrons

types	**provenance**	**époque**	**aspect**	**saveur**
carré ou court	Sud-Est, Sud-Ouest, Pays-Bas	juin-nov.	vert, rouge, orange, jaune ou violet, parfois marbré	douce à parfumée
	Espagne, Israël	nov.-juill.		
demi-long	Sud-Est, Sud-Ouest	juin-nov.	vert (surtout), rouge ou jaune	douce
	Espagne	nov.-juin		
long	Sud-Est, Sud-Ouest	juill.-nov.	large, vert ou rouge à maturité, parfois marbré	douce
	Espagne	nov.-juill.		
long des Landes	Sud-Ouest	juill.-nov.	long, très étroit, le plus souvent vert	très douce
pimiento del Piquillo de Lodosa	Espagne (Navarre)	sept.-nov.	petit, rouge, triangulaire	un peu piquante, très marquée

Poivrons



carré ou court jaune

carré ou court vert

carré ou court rouge

carré ou court orange

long

demi-long

long des Landes

poivrons à la piémontaise
Faire griller des poivrons, les peler, les épépiner et les couper en lanières. Préparer un risotto au fromage. Beurrer un plat à gratin et y disposer des couches alternées de poivrons et de risotto. Terminer par une couche de poivrons, poudrer de parmesan râpé, arroser de beurre fondu et faire gratiner doucement dans le four préchauffé à 230 °C.

POJARSKI Nom d'un apprêt de la côte de veau (dont la chair est hachée) et, par extension, d'une côtelette reconstituée, à base de blanc de volaille ou de saumon, farinée ou panée à l'anglaise, et enfin sautée au beurre clarifié.

Les *kotliety pojarskie* sont une préparation de la cuisine russe classique, qui portent le nom de leur créateur, Pojarski, un aubergiste du début du XIXe siècle réputé pour ses boulettes de viande hachée. À l'origine, ces boulettes étaient faites avec du bœuf et plaisaient fort à l'empereur Nicolas Ier, lequel arriva un jour à l'improviste chez Pojarski : celui-ci lui servit alors des boulettes de veau qui séduisirent tout autant le tsar, d'où leur succès.

▶ **Recettes** : SAUMON, VEAU.

POLENTA Bouillie de semoule de maïs, dont il existe de très nombreuses variantes, bien que ce soit à l'origine une spécialité traditionnelle de la Vénétie et de la Lombardie.

Ce type de bouillie est d'ailleurs ancien : les Romains consommaient diverses bouillies de céréales sous le nom de *puls*. Néanmoins, le maïs n'arriva d'Amérique qu'au début du XVIe siècle.

La polenta se prépare traditionnellement à l'eau, dans un vaste chaudron en cuivre non étamé, où on la remue avec une grande spatule de bois ; quand on la mange « dura » (solide), on la fait refroidir sur un plateau rond en bois avant de la détailler à l'aide d'une ficelle. On peut aussi la préparer au lait (pour des entremets), ou à l'eau et au lait mélangés, car la polenta se prête, comme le riz et les pâtes, à d'innombrables préparations : beignets, croûtes, gratins, timbales, etc. Nature, au beurre et au fromage, servie avec une sauce, voire agrémentée de légumes ou de jambon, la polenta accompagne de très nombreux plats.

grives à la polenta → GRIVE

polenta au parmesan
Verser en pluie dans 1 litre d'eau bouillante salée 250 g de semoule de maïs. Bien mélanger et cuire de 25 à 30 min, en remuant sans arrêt avec une cuillère de bois. Ajouter alors de 60 à 70 g de beurre et 75 g de parmesan râpé. Verser la bouillie sur une plaque mouillée, en l'étalant en une couche régulière, et la laisser refroidir complètement. La détailler en carrés ou en losanges et dorer ceux-ci au beurre. Les dresser dans un plat rond, les poudrer de parmesan râpé et les arroser de beurre noisette.

POLIGNAC Nom de divers apprêts de cuisine classique, dédiés à des membres de la famille Polignac. Les suprêmes de volaille Polignac sont nappés de sauce suprême, additionnée de truffes et de champignons en fine julienne ; les poissons plats, pochés et accommodés d'une sauce au vin blanc et à la crème, avec une julienne de champignons ; les œufs, moulés sur des lames de truffe, dressés sur toast, nappés de beurre maître d'hôtel dissous et additionné de glace de viande.

POLKA Gâteau fait d'une couronne de pâte à choux dressée sur un fond de pâte brisée ou sucrée, garnie après cuisson de crème pâtissière ou frangipane, qui est ensuite poudrée de sucre et caramélisée au fer rouge en forme de croisillons. Le polka se fait en grosse ou en petite pièce.

Le « pain polka » est typique du Val de Loire ; généralement rond et plat, pesant 2 kg, bien cuit sous une croûte brune, il porte sur le dessus de profondes entailles qui se recoupent en quadrillage, comme les figures de la polka, danse d'origine polonaise ; les fentes permettent de rompre le pain sans le couper.

POLO (MARCO) Marchand vénitien (Venise 1254 - *id.* 1324) célèbre pour le récit de son séjour en Orient. Tout jeune homme, il accompagna son père et son oncle dans un voyage à travers toute l'Asie centrale jusqu'à la cour mongole du grand khan Kubilay, dans le nord de la Chine. C'est seulement quelque vingt ans plus tard qu'il repartit vers sa ville natale, chargé de plusieurs missions officielles par le souverain. Fait prisonnier par les Génois en 1298, il raconta son épopée à l'écrivain Rusticello, qui rédigera plus tard *le Livre des merveilles du monde*. On attribue à Marco Polo la découverte et la diffusion du riz et des pâtes alimentaires, bien que celles-ci aient été connues dès le milieu du XIIe siècle sur la côte ligure ; mais il ouvrit surtout Venise au commerce des épices et des produits exotiques.

▶ **Recette** : SOLE.

POLOGNE La cuisine polonaise est le reflet d'influences très diverses. Nombre d'apprêts slaves relèvent en effet de mariages russo-polonais ; par ailleurs, l'Église catholique a toujours été très présente en Pologne et, lors des fêtes religieuses, des plats et gourmandises spécifiques sont encore préparés ; quant à la communauté juive, elle a également marqué la gastronomie polonaise.

■ **Soupes consistantes.** Les Polonais ont la réputation d'être de solides mangeurs et de grands buveurs. Au repas du matin figure souvent de la viande froide ou de la charcuterie, tandis que le repas du soir est constitué de pommes de terre au lait caillé, de *klouski* (sorte de knepfles), de petits pâtés ou de grosses ravioles, qui accompagnent le potage ; on retrouve à cette occasion les pirojki, cyrniki, cromesqui et autres varieniki, communs à la Russie.

C'est vers 14 heures qu'a lieu le repas polonais traditionnel *(obiad)*, qui comprend plusieurs services. La soupe est toujours imposante : d'abord le *barszcz*

(voisin du borchtch russe), mais aussi la *zupa szczawiowa*, à l'oseille et au lard fumé, le chlodnik, le rassolnick, le *krupnik*, une crème d'orge aux légumes, ainsi que le *kapusniack*, au chou, au céleri et au lard, et le *stchi*, sorte de pot-au-feu de bœuf, de langue et d'oreilles de porc, parfumé au fenouil.

■ **Viandes et poissons.** Les viandes de boucherie sont presque toujours braisées ou cuisinées en ragoût (tel le bigos national) ; on apprécie aussi les apprêts farcis. Mais l'animal roi est, en Pologne, le porc, avec lequel on produit une charcuterie savoureuse.

Le gibier, perdreau et sanglier surtout, s'accommode aux fruits. La volaille se fait essentiellement rôtir ; oie et dinde sont aussi très appréciées.

Les plats de poisson sont souvent empruntés à la cuisine juive : harengs marinés ou à la crème, carpe en gelée à la sauce aigre-douce ou au raifort, maquereaux à l'aigre-doux ; mais on prépare également la truite à la cracovienne, pochée, et servie avec des œufs durs hachés, du jus de citron et du beurre fondu.

Au chapitre des légumes, le chou est omniprésent, notamment dans la salade de choucroute aux pommes et aux carottes. Nombre de légumes cuits à l'eau s'apprêtent avec des œufs durs hachés et du beurre fondu. L'aigre-doux se retrouve dans les salades, ainsi que dans les conserves de prunes au vinaigre et aux épices.

■ **Desserts et boissons.** La pâtisserie polonaise est somptueuse : baba ou *babka* (intermédiaire entre la brioche et le kouglof, mais non imbibé de rhum) ; *chrust* (biscuit très sucré) ; gâteaux au miel (dont la Pologne est grande productrice) ou au gingembre. Le *mazurek* ressemble à une Linzertorte, tandis que le *makowiec* de Noël est un gâteau roulé en gelée, fourré aux graines de pavot, et la *tort orzechowy*, un gâteau aux noix, glacé au café ; les *paczki* sont des beignets fourrés à la confiture, et les nalesniki, des crêpes fourrées au fromage blanc.

À table, les Polonais boivent surtout de la bière, et du thé avec les desserts. La vodka se déguste en début de repas, avec les zakouski, comme en Russie : la *zubrowka* (vodka parfumée à l'« herbe de bison », graminée très odorante) est particulièrement appréciée. On boit souvent le café glacé ou additionné de peau de lait bouilli.

POLONAISE Pâtisserie constituée d'une brioche – pour plusieurs personnes ou individuelle – imbibée de rhum ou de kirsch, farcie de fruits confits additionnés de crème pâtissière, puis entièrement masquée de meringue et semée d'amandes effilées avant d'être dorée au four.

▶ **Recette** : BRIOCHE.

POLONAISE (À LA) Se dit de légumes cuits au naturel, parsemés de jaune d'œuf dur haché et de persil ou de fines herbes, puis arrosés de mie de pain frite au beurre (apprêt classique, notamment, pour le chou-fleur et les asperges). L'appellation concerne également d'autres recettes inspirées de la cuisine polonaise.

▶ **Recettes** : ASPERGE, CHOU-FLEUR, SALSIFIS.

POLYÉTHYLÈNE Matériau thermoplastique obtenu à partir de l'éthylène ; il est formé en planches sur des presses à haute pression. Le polyéthylène, qui résiste à la déformation et absorbe les chocs, est utilisé pour le travail des viandes en boucherie et en cuisine.

POLYPORE Terme générique désignant de très nombreuses espèces de champignons poussant sur les troncs d'arbre. Le polypore en touffe, ou « poule de bois », et le polypore en ombelle sont réputés en Orient pour leur consistance et leur flaveur, qui accompagnent bien celles des volailles et des poissons.

POMEROL Vin AOC rouge, présentant un bouquet chaleureux, de la rondeur et de la souplesse, essentiellement produit à partir de différents cépages de merlot, dans un petit secteur au sol caillouteux contigu à celui de Saint-Émilion (voir BORDELAIS).

POMIANE (ÉDOUARD POZERSKI DE) Médecin et gastronome français (Paris 1875 - *id.* 1964). Chef du laboratoire de physiologie de l'alimentation à l'Institut Pasteur, où il fit toute sa carrière, le docteur de Pomiane fut naturellement conduit à s'intéresser à la cuisine. Il inventa la « gastrotechnie », étude raisonnée des phénomènes physico-chimiques subis par les aliments pendant la cuisson. Gourmand et gourmet, il cuisinait lui-même à la perfection. Édouard de Pomiane reste l'un des auteurs et chroniqueurs gastronomiques français les plus populaires et les plus modernes dans son propos et ses suggestions.

On lui doit notamment *Bien manger pour bien vivre* (1922), *le Code de la bonne chère* (1924), *la Cuisine en six leçons* (1927), *Radio-Cuisine* (publication, en 1936, des émissions radiophoniques qu'il fit en 1932-1933 et en 1934-1935). Avec *Cuisine juive, ghettos modernes* (1929), il remonta aux sources de sa famille polonaise (son père avait émigré en France en 1845). Il publia *la Cuisine pour la femme du monde* (1934), *Réflexes et Réflexions devant la nappe* (1940) et *Cuisine et Restrictions* (1940). Optimiste malgré les difficultés de ravitaillement, il fit paraître sous l'Occupation *Bien manger quand même* (1942).

POMMARD Vin AOC rouge de la Côte de Beaune, le bourgogne le plus connu dans le monde, puissant et solide, tannique et généreux (voir BOURGOGNE).

POMME Fruit du pommier, arbre fruitier de la famille des rosacées, le plus cultivé dans le monde, originaire d'Asie Mineure, mais poussant déjà à l'état sauvage, en Europe, à l'époque préhistorique (voir tableau page 828).

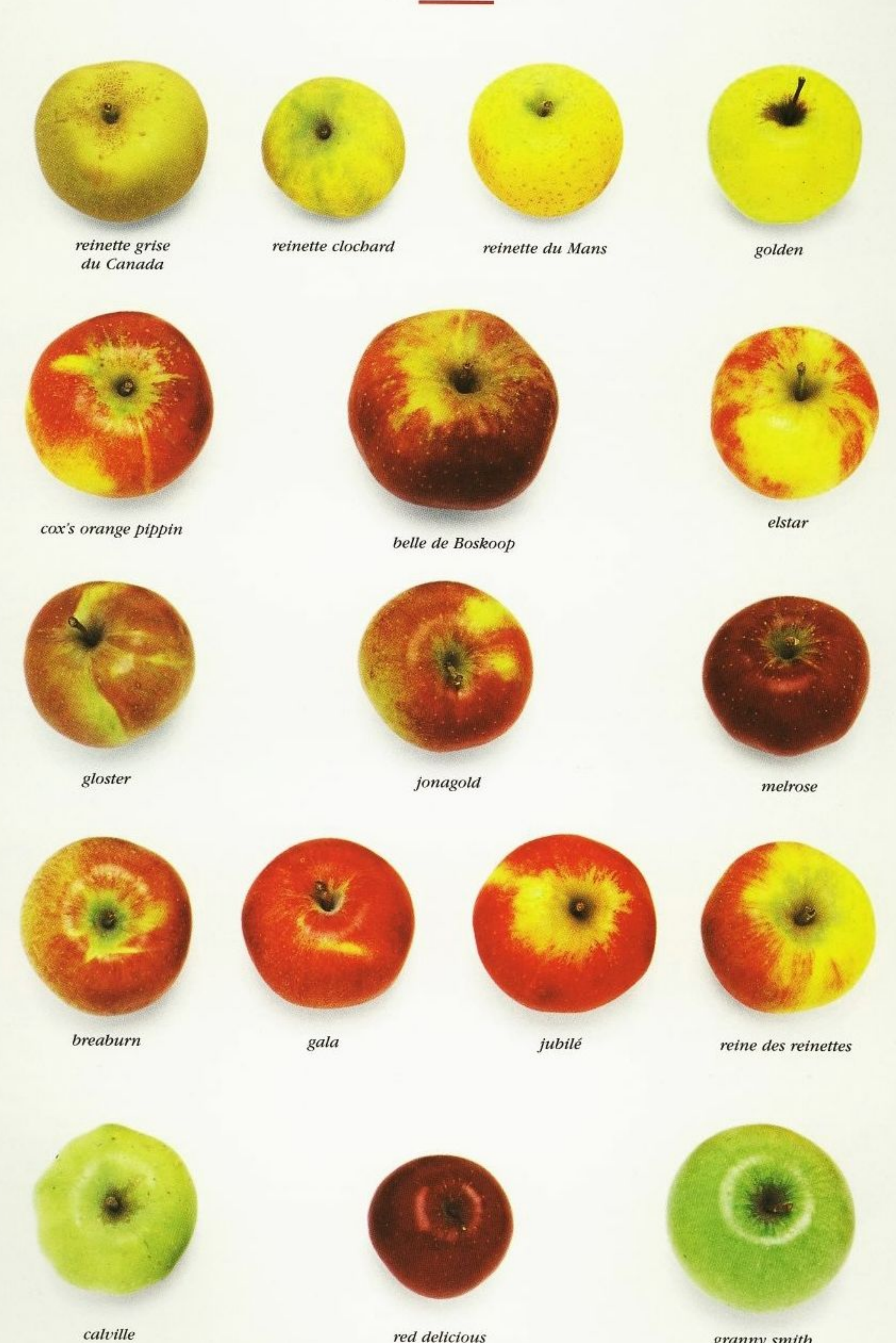
Fruit par excellence (*pomum* signifie « fruit » en latin), chargé de symboles (fruit de la connaissance, fruit défendu du Paradis, « pomme » de discorde), la pomme était connue et appréciée dans tout le monde antique, et les Gaulois en tiraient même du cidre. On en cultiva très tôt de multiples variétés.

C'est aujourd'hui le fruit le plus consommé en France, ainsi qu'aux États-Unis, en Angleterre et en Allemagne.

Caractéristiques des principales variétés de pommes

variétés	provenance	époque	aspect	saveur
bicolores				
belle de Boskoop	Nord	nov.-fin févr.	grosse, bosselée, peau épaisse, vert-jaune lavé de rouge, chair juteuse	acidulée, sucrée
breaburn	Sud-Est, Sud-Ouest, Val de Loire	sept.-mars	moyenne, peau un peu striée, rouge brique, chair très ferme	acidulée
cox's orange pippin	Nord, Angleterre, Belgique, Hollande	fin sept.-début oct.	petite à moyenne, jaune verdâtre et rouge, chair jaunâtre, texture ferme	juteuse, sucrée, un peu acidulée
elstar	Val de Loire, Nord	sept.-mars	moyenne, aplatie, peau épaisse, jaune d'or strié d'orangé, chair jaune clair, juteuse	peu sucrée, très acide
fuji	Sud-Est, Sud-Ouest	nov.-juin	moyenne à grosse, peau rouge à verte, chair crème, nuancée de doré et de vert, très juteuse	sucrée et acide
gala	Sud-Est, Sud-Ouest, Val de Loire	août.-févr.	moyenne, peau lisse, jaune flammé de rouge, chair beige et jaune-vert	très sucrée, peu acide
gloster	Midi, Val de Loire, Nord, Sud-Ouest	fin sept.-début oct.	assez grosse, rouge sombre sur fond jaune	fine et croquante, sucrée, juteuse
idared	Val de Loire, Nord	mi-janv.-mi-juin	grosse, peau épaisse, fond jaune strié de rouge-orangé, chair beige, blanche, juteuse	sucrée et acide, un peu salée
jonagold	Val de Loire, Nord	mi-oct.-avr.	grosse à très grosse, peau lisse vert-jaune lavé de rouge-orangé, chair blanche fondante	sucrée, peu acide, un peu salé
jubilé	Val de Loire	fin sept.-début oct.	grosse, rouge écarlate striée avec un peu de jaune-vert, texture fine	croquante, juteuse
melrose	Val de Loire, Nord, Rhône-Alpes	avr.	grosse, peau épaisse, rouge foncé sur fond vert à jaune pâle, chair ivoire, juteuse	très fraîche, sucrée et acide
reine des reinettes	Sud-Est, Sud-Ouest, Val de Loire	fin août-fin oct.	petite à moyenne, peau rugueuse, jaune-rouge orangé, chair beige, granuleuse	un peu sucrée, acidulée
blanche				
calville blanc	Europe	décembre	grosse, conique, très côtelée, cuvette de l'œil plissée, chair blanche	tendre, sucrée, juteuse
grise				
reinette grise du Canada	Val de Loire, Sud-Ouest, Nord	nov.-mars	moyenne à très grosse, peau très épaisse, brun-gris à vert doré, chair jaune-vert, blanche, ivoire, crissante	sucrée, acide, souple
jaune doré				
golden	Sud-Est, Sud-Ouest, Val de Loire, Limousin	toute l'année	assez grosse, peau lisse, vert-jaune, chair jaune, croquante, juteuse	fine, assez sucrée, un peu acidulée
reinette clochard	Val de Loire	sept.-début oct.	petite à moyenne, jaune verdâtre	fine
reinette du Mans	Val de Loire	mi-oct.	petite à moyenne, jaune	douceâtre
rouge				
red delicious	Sud-Est, Sud-Ouest	oct.-fin avr.	assez grosse, tronconique, peau fine, rouge brillant, rubis à grenat, chair jaune-vert à crème, juteuse	sucrée, peu acidulée, douceâtre
verte				
granny smith	Sud-Est, Midi-Pyrénées, Val de Loire	mi-oct.-fin avr.	moyenne, peau dure, luisante, verte, chair brillante, blanche, jaune-vert et jaune pâle, juteuse	très acide, un peu sucrée

Pommes


reinette grise du Canada
reinette clochard
reinette du Mans
golden
cox's orange pippin
belle de Boskoop
elstar
gloster
jonagold
melrose
breaburn
gala
jubilé
reine des reinettes
calville
red delicious
granny smith

Au Canada, la McIntosh, très sucrée et très colorée, est la plus répandue ; elle est produite dans les vallées d'Annapolis (Nouvelle-Écosse), du Richelieu, (Québec) et de l'Okanagan (Colombie-Britannique).

La pomme fournit 52 Kcal pour 100 g ; elle est riche en glucides, en fer, en potassium et en vitamines.

■ **Emplois.** La pomme se conserve en fruitier ventilé ou en armoire frigorifique. On peut la faire sécher : en rondelles fines, au four, à chaleur douce, porte ouverte pendant trente minutes, puis four éteint et porte fermée pendant douze heures, en renouvelant l'opération deux fois et en montant le thermostat à 3, puis à 4. Les autres procédés de conservation donnent les confitures, gelées et marmelades, les conserves au sirop, la pâte de pomme et le sucre de pomme, ainsi que des spécialités anglaises : beurre de pomme et chutneys.

Abstraction faite de la distillerie (calvados) et de la fabrication du cidre et du jus de pomme, la pomme a des emplois nombreux et variés en pâtisserie : beignets, chaussons, charlottes, flans, puddings et tartes, sans oublier les deux classiques : Strudel autrichien et apple-pie anglais. Citons aussi les pommes « fricassées », meringuées, flambées, farcies, à la bonne femme, en surprise, à l'impératrice, Bourdaloue ou Condé, en salade de fruits (au kirsch ou au calvados), en compote ou en mousse, tiède ou frappée, ou en croustade, comme le font les Canadiens, avec une garniture de farine d'avoine, beurre et cassonade, etc. La pomme cuite se marie particulièrement bien avec la cannelle, la vanille et le jus de citron, et elle s'accompagne volontiers de crème fraîche ou d'une sauce aux fruits rouges.

Dans les apprêts salés, la pomme est associée au boudin noir, à l'andouillette et au rôti de porc, mais aussi au gibier et à la volaille, parfois même au hareng grillé ou au maquereau aux groseilles, soit en compote non sucrée, soit en quartiers poêlés. Elle accompagne bien les plats cuisinés au cidre et permet de préparer l'apple-sauce anglaise. Elle entre dans la composition de salades, avec du céleri, de la mâche, des noix, des raisins secs, de la betterave rouge, etc., avec une vinaigrette à la moutarde ou une rémoulade.

Le jus obtenu en pressant des pommes fraîches constitue un suc mucilagineux très utile pour la confection des gelées de fruits trop aqueux, car il ne dénature pas leur parfum.

apple-pie → PIE
beignets de pommes → BEIGNET
chaussons aux pommes et aux pruneaux → CHAUSSON
compote poire-pomme caramélisée → COMPOTE
couronne de pommes à la normande → COURONNE

RECETTE DE SŒUR MONIQUE CHEVRIER DANS *LA CUISINE DE MONIQUE CHEVRIER, SA TECHNIQUE, SES RECETTES* (ÉD. MIRABEL/INVI)

croustade de pommes à la québécoise

« Peler et trancher 1 kg de pommes McIntosh. Les disposer au fond d'un plat ayant au moins 7,5 cm de profondeur. Les saupoudrer avec 50 g de sucre et 1 pincée de cannelle. Pour la garniture, défaire en crème 75 g de beurre, ajouter 125 g de cassonade et bien mélanger. Incorporer 40 g de farine et 40 g de farine d'avoine avec une pincée de sel. Étendre cette pâte sur les fruits. Faire cuire au four préchauffé à 190 °C jusqu'à ce que la croustade soit bien dorée. »

daurade royale braisée aux quartiers de pomme → DAURADE ROYALE ET DORADES
délicieux aux pommes → DÉLICE ET DÉLICIEUX
escalopes de foie gras de canard aux pommes → FOIE GRAS
filets de sole aux pommes → SOLE
flamusse aux pommes → FLAMUSSE
flan aux pommes Grimaldi → FLAN

RECETTE DE JEAN ET PIERRE TROISGROS

jeu de pommes

« Préparer une pâte fine en mélangeant au mixeur 200 g de farine, 140 g de beurre assez ferme, 1 g de sel, 8 g de sucre et 2 dl d'eau. Faire tourner l'appareil et sortir la pâte : les particules de beurre doivent apparaître. Abaisser finement la pâte et découper à l'emporte-pièce 16 ronds de 12 cm de diamètre environ. Les déposer sur une plaque de four antiadhésive et les garnir de tranches de pommes finement émincées. Les badigeonner de beurre fondu et les poudrer de sucre semoule. Cuire 15 min au four préchauffé à 220 °C, retourner chaque tartelette et saupoudrer de sucre glace. Les passer au gril pour les caraméliser, c'est-à-dire obtenir une pellicule croquante et brillante. Laisser tiédir et superposer 4 tartelettes dans des assiettes à dessert. Au moment de servir, napper chaque jeu de pommes de miel d'acacia additionné de jus de citron et d'un peu de calvados. Accompagner éventuellement d'une cuillerée de sorbet au citron. »

marmelade de pomme → MARMELADE
pâte de pomme → PÂTE DE FRUITS

RECETTE DE CHRISTIANE MASSIA

pommes reinettes au miel et au beurre salé

« Peler 8 pommes reinettes, les couper en deux, ôter le cœur. Verser 250 g de miel liquide d'acacia dans une plaque à four en le répartissant uniformément. Poser cette plaque sur un feu vif jusqu'à ce que le miel soit doré. Hors du feu, disposer les demi-pommes dans la plaque, côté bombé dessous, et mettre dans chacune une petite noix de beurre salé. Enfourner à 240 °C et faire cuire pendant 10 min. Servir aussitôt. »

▶
Pommes soufflées
Recette voir page 832.



pommes soufflées
Couper en deux 8 grosses pommes, retirer le cœur, puis évider à moitié les demi-pommes. Dans une casserole, cuire la pulpe 5 min à couvert, sans remuer. Ajouter alors 300 g de sucre semoule et faire dessécher en remuant pour obtenir une purée très fortement réduite. Arroser l'intérieur des demi-fruits avec 1 dl de fine champagne et en ajouter autant à la purée de pomme. Fouetter 5 blancs d'œuf en neige ferme et les incorporer à la purée de pomme, avec une cuillère de bois (en soulevant la purée sans la battre). Disposer les demi-fruits dans un plat à four bien beurré. Les emplir de purée de pomme, poudrer de 50 g de sucre glace et faire gratiner de 10 à 12 min au four préchauffé à 230 °C. Servir aussitôt, éventuellement avec une sauce crème au caramel. (Voir photographie page 831.)

pudding aux pommes à l'anglaise → PUDDING
sauce aux pommes → SAUCE
Strudel aux pommes → STRUDEL
tarte aux pommes légère et chaude, tarte Tatin → TARTE

POMME DE CAJOU Renflement charnu et piriforme, situé à la base du pédoncule de l'anacardier, arbre de la famille des térébinthacées qui produit aussi la noix de cajou (contenant une amande blanche). La pomme de cajou se consomme à maturité, de préférence avec du sucre, car elle est un peu acidulée. Au Brésil (elle est moins connue ailleurs), on en fait des confitures, des gelées, des compotes et des boissons, et même un vin de liqueur et un vinaigre.

POMME DE PIN (LA) Taverne fondée au XVe siècle dans l'île de la Cité, à Paris. Déjà célébrée par le poète François Villon, puis par l'écrivain François Rabelais au siècle suivant, elle fut liée à trois siècles de vie littéraire et reçut, devant ses pots d'étain, les poètes de la Pléiade au XVIe siècle, puis les classiques. Au XVIIe siècle, on y laissait les écrivains « s'enivrer gratis », ce qui assura longtemps la renommée de la maison.

POMME DE TERRE Tubercule farineux originaire d'Amérique (voir tableau), devenu une denrée majeure, comme légume frais (toujours cuit) et comme produit transformé (chips, flocons), utilisé également

Caractéristiques des différentes variétés de pommes de terre

variétés	provenance	époque	description	aspect de la chair
à chair ferme				
belle de Fontenay	Bretagne, Loiret, Bassin parisien, Nord, Picardie	mars-juin	claviforme, jaune, assez régulière	jaune foncé
BF 15	Bretagne, Bassin parisien, Nord, Picardie	juill.-mars	claviforme, jaune	jaune foncé
charlotte	Bretagne, Bassin parisien, Nord, Picardie	toute l'année	oblongue, jaune, très régulière	jaune
francine	toute la France	sept.-avr.	allongée, rouge, régulière	jaune
nicolas	toute la France	toute l'année	oblongue, jaune	jaune
pompadour	toute la France	sept.-mai	allongée, jaune	jaune
ratte	Massif central, Nord, Picardie, Ardèche	août-mai	allongée, réniforme, jaune	jaune
roseval	Bretagne, Maroc	toute l'année	oblongue, rouge	jaune
rosine	toute la France	août-mai	allongée, rouge, régulière	jaune pâle
courantes				
bintje	Bretagne, Bassin parisien, Nord, Picardie	sept.-mai	oblongue, jaune, régulière	jaune
estima	toute la France	sept.-avr.	oblongue, jaune, très régulière	jaune
manon	toute la France	août-avr.	oblongue, jaune, très régulière	jaune
monalisa	toute la France	août-mars	oblongue, jaune, très régulière	jaune
samba	toute la France	août-mai	oblongue, cuivrée, régulière	jaune
urgenta	toute la France	août-oct.	oblongue, régulière, rouge	jaune pâle
primeurs	Bretagne, Sud-Est	mai-juin	petite, jaune à jaune clair	jaune à jaune pâle
	Maroc	févr.-avr.		
ostara	Bretagne, Sud-Est	mai-juin	oblongue, régulière, jaune	jaune
resy	Bretagne, Sud-Est	mai-juin	oblongue, assez régulière, jaune	jaune

en distillerie, en féculerie et en biscuiterie. Une pomme de terre moyenne de 100 g, fournissant 86 Kcal, contient 77 g d'eau, 19 g de glucides (amidon), 2 g de protides et des sels minéraux (potasse, fer, iode) ; elle remplace 40 g de pain, mais contient deux fois et demie moins d'hydrates de carbone.

Ses qualités nutritionnelles, sa saveur et sa digestibilité sont indéniables, si l'on évite l'abus de corps gras pour la préparer ; la cuisson à la vapeur lui conserve ses vitamines B et C, cette dernière étant particulièrement abondante dans la pomme de terre « nouvelle ».

■ **De la « papa » à la « frite ».** Cultivée ancestralement par les Incas, la pomme de terre fut découverte au Pérou par Pizarro et parvint en Europe en 1534 ; cinquante ans plus tard, Walter Raleigh, favori d'Élisabeth Ire d'Angleterre, fit la même découverte en Virginie. La confusion entre *papa* (pomme de terre) et *patata* (patate douce) fit que les Anglais baptisèrent la pomme de terre *potato* et les Espagnols *batata*, tandis que les Italiens, auxquels les Espagnols la firent connaître, l'appelaient *tartufola*, « petite truffe », par analogie avec ce champignon qui pousse aussi sous la terre. La pomme de terre s'implanta rapidement partout en Europe.

En France, ce fut Antoine Parmentier qui s'en fit le propagateur à l'échelle nationale, à la fin du XVIIIe siècle, malgré les préjugés qui s'attachaient à cette nourriture de pauvre, de rustre ou de soldat.

Devenue un aliment de base, sain et bon marché, la pomme de terre, presque indispensable en cuisine, connaît la gamme de recettes la plus riche de tous les légumes, allant des apprêts les plus simples et les plus populaires aux plus raffinés.

■ **Consommation et conservation.** En France, la consommation annuelle moyenne de pommes de terre est de 80 kg par habitant, le chiffre variant selon les régions (plus élevé dans le Nord) et le milieu social. À l'échelle mondiale, la consommation atteint 200 kg par habitant en Belgique et en Pologne, mais descend à 52 aux États-Unis, dont la moitié en produits transformés. Les pommes de terre se conservent dans un endroit sec et aéré (entre 8 et 10 °C, pour éviter le gel et la germination), et surtout obscur, pour empêcher l'apparition de la solanine, qui les fait verdir et les rend amères et indigestes.

Elles sont disponibles toute l'année, car, ramassées avant maturité, elles sont stockées avec des inhibiteurs chimiques et des germicides (dont la mention est obligatoire depuis 1979) ; ceux-ci étant toxiques, il faut laver les pommes de terre avant et après épluchage, et éviter de les cuire dans leur peau ; la seule exception concerne, outre les légumes biologiques, les petites pommes de terre nouvelles, dites parfois « grenailles », provenant du Midi ou de Bretagne, à chair ferme et à peau très fine, mais qui ne se conservent pas.

Caractéristiques des différents apprêts de pommes de terre

appellation	préparation	mode de cuisson
gratin dauphinois	pelées, lavées, taillées en rouelles	braisées au four avec lait, crème, fromage
pommes allumettes, mignonnettes, pont-neuf	pelées, lavées, détaillées, lavées, séchées	frites en deux fois : blanchies à 170 °C, saisies à 180 °C
pommes à l'anglaise, pommes vapeur	pelées, lavées, tournées en gousses	cuites à l'eau salée, cuites à la vapeur
pommes Anna	pelées, lavées, détaillées en rondelles	moulées, cuites au four, au beurre, dans un récipient spécial
pommes boulangère	pelées, lavées, taillées en rouelles	braisées au four avec un fond blanc
pommes Darphin, crêpes de pommes de terre	pelées, lavées, râpées	sautées au beurre à la poêle
pommes fondantes	pelées, lavées, tournées en grosses gousses	braisées dans un fond blanc
pommes frites	pelées, lavées, détaillées, séchées	frites en une fois
pommes noisettes	pelées, lavées, tournées	blanchies
pommes en papillote	dans leur peau, lavées	cuites au four à sec
pommes parisienne, cocotte, château	pelées, lavées, tournées	rissolées au beurre et à l'huile
pommes purée, liaisons de potages	pelées, lavées, détaillées en quartiers	cuites à l'eau salée
pommes en robe des champs	dans leur peau, lavées	cuites à l'eau salée
pommes sautées à cru	pelées, lavées, coupées en tranches, en dés	sautées au beurre, à la poêle, cuites au four

■ **Emplois.** On trouve aujourd'hui deux grandes catégories de pommes de terre : celles à chair farineuse (de « consommation courante ») et celles à chair ferme, les premières étant plutôt destinées aux soupes, aux frites et aux purées, les secondes aux autres apprêts.

La pomme de terre peut accompagner pratiquement toutes les viandes, volailles et poissons, et même les œufs, et nombre de ces associations sont classiques. Elle est aussi la base de plats traditionnels, régionaux ou étrangers : aligot, criques, goulache, gratin dauphinois ou savoyard, irish stew, pflutters, rösti suisse, saladier lyonnais, etc.

On relève souvent le goût de la pomme de terre avec du fromage râpé, des lardons, de l'oignon, de la crème fraîche, des fines herbes ou des aromates. Enfin, elle donne de la consistance à nombre d'apprêts. Au début du XIXe siècle, Antonin Carême imagina même d'en faire une petite pâtisserie.

blancs de pintade aux pommes de terre Alex-Humbert → PINTADE

RECETTE DE GEORGES BLANC

crêpes vonnassiennes de la mère Blanc

« Cuire à l'eau salée 500 g de pommes de terre à chair blanche et faire une purée en ajoutant un peu de lait. Laisser refroidir. Ajouter 3 cuillerées à soupe de farine. Incorporer successivement 3 œufs entiers, 4 blancs d'œuf et 2 cuillerées de crème épaisse. Mélanger le tout afin que la pâte ait la consistance d'une crème pâtissière. Placer sur feu vif une poêle bien plate avec du beurre clarifié, comme pour une omelette ; lorsqu'il est très chaud, verser une cuillerée à soupe de la pâte : les ronds se forment seuls. Retourner les crêpes à l'aide d'une spatule. Les déposer sur du papier absorbant. Servir comme accompagnement ou saupoudrer de sucre semoule comme entremets. »

croquettes de pomme de terre → CROQUETTE
croustade de pommes de terre duchesse → CROUSTADE
escargots en pommes de terre → ESCARGOT
galette de pomme de terre → GALETTE

RECETTE DE GÉRARD VIÉ

galettes de pommes de terre au lard et caviar

« Éplucher et laver 1 kg de pommes de terre charlottes ; les tailler en rondelles de 2 mm d'épaisseur. Faire fondre 500 g de beurre, le clarifier, puis y pocher 3 min les pommes de terre ; les égoutter. Chemiser des moules à tarte individuels antiadhésifs de 6 fines tranches de poitrine fumée, en partant du centre du moule et en les laissant dépasser de moitié. Recouvrir de rondelles de pommes de terre, ajouter 1 cuillerée à soupe d'oignon émincé et sué au beurre, et recouvrir de pommes de terre, en les disposant en monticule, puis recouvrir l'ensemble des tranches de lard en les faisant se joindre au centre. Cuire 20 min au four préchauffé à 200 °C. Émincer 2 échalotes, les mettre dans une casserole, ajouter 2 dl de vin blanc, faire réduire de moitié sur feu vif, puis mettre 3 dl de crème liquide et faire réduire de nouveau. Passer la sauce au chinois, la tenir au chaud et ajouter 2 grosses cuillerées à soupe de caviar sevruga. Lorsque les galettes sont cuites, disposer la sauce dans le fond des assiettes, mettre une galette au centre et la coiffer d'une quenelle de caviar. »

RECETTE DE GUY DUCREST

gâteau de pommes de terre des vendangeurs

« Beurrer l'intérieur d'un sautoir en fonte ou en cuivre avec 40 g de beurre clarifié. Peler 1 kg de pommes de terre belle de Fontenay, les laver et bien les essuyer. Les couper en rondelles de 3 mm d'épaisseur. Tapisser le fond et les parois du sautoir de fines tranches de poitrine fumée. Disposer une rangée de pommes de terre et saupoudrer de 30 g de gruyère râpé. Arroser d'une cuillerée à soupe de beurre clarifié et recouvrir le tout de quelques tranches de poitrine demi-sel. Recommencer l'opération trois fois en terminant par une rangée de poitrine fumée. Poivrer légèrement. Recouvrir d'une feuille d'aluminium et d'un couvercle. Mettre 1 h 30 au four préchauffé à 210 °C, en pressant de temps en temps avec une écumoire. À la fin de la cuisson, laisser reposer 10 min dans le four éteint. Passer un couteau tout autour du plat et démouler le gâteau sur un plat. Servir très chaud. »

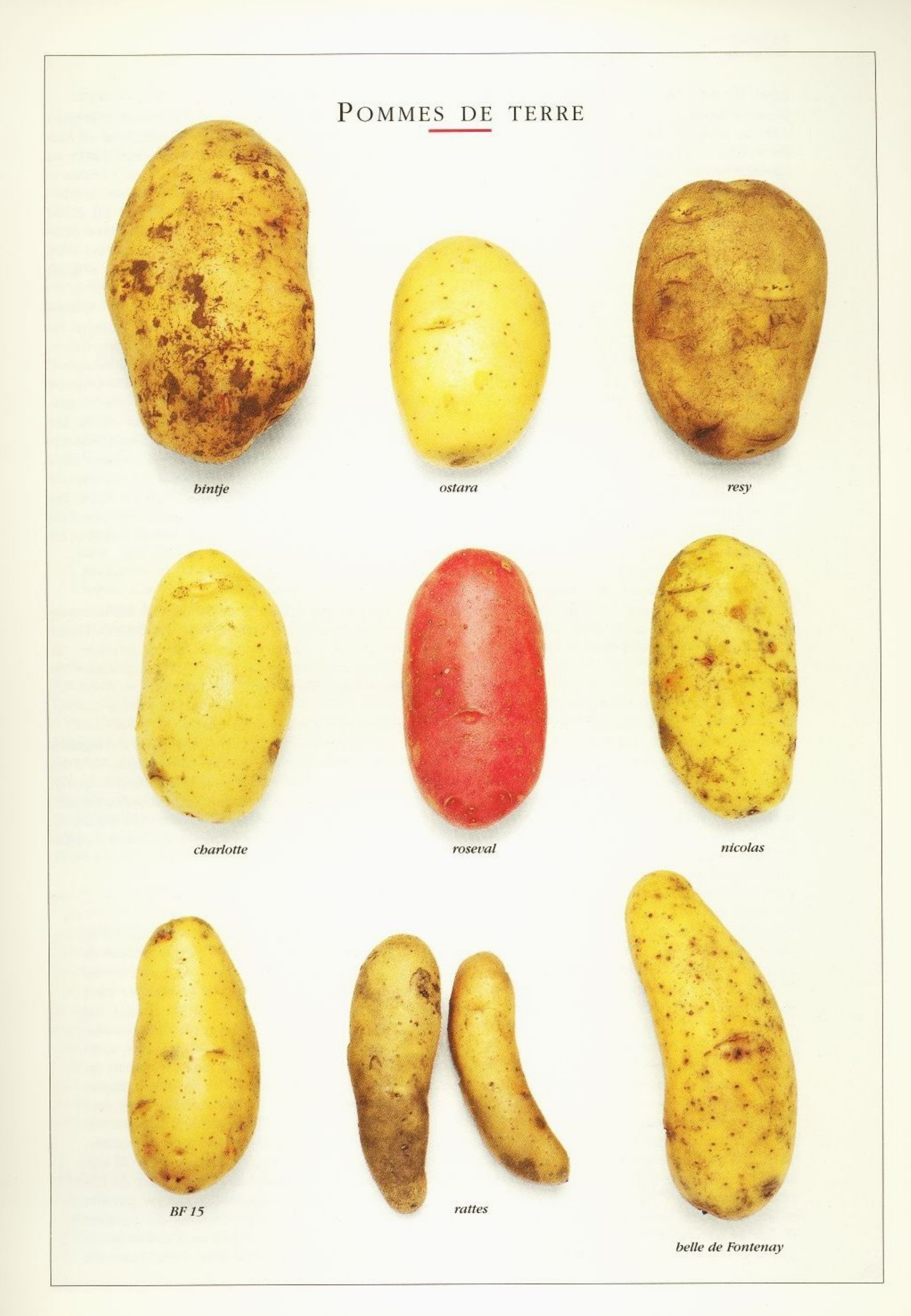
gratin dauphinois → GRATIN
panade à la pomme de terre → PANADE

pommes Anna

Éplucher 1 kg de pommes de terre, les couper en rondelles fines et régulières, les laver, les éponger, saler et poivrer. Faire blondir 100 g de beurre dans un moule à pommes Anna et y disposer les pommes de terre en couches circulaires. Remuer pour bien les imprégner de beurre, puis les tasser en galette en appuyant avec une spatule de bois. Couvrir et cuire 25 min sur feu doux, puis fort. Retourner le moule d'un geste vif et cuire encore 15 min.

pommes dauphine

Cuire à l'eau salée 1 kg de pommes de terre. Les faire sécher quelques minutes à l'entrée du four. Bien les égoutter et les passer au presse-purée ; ajouter 100 g de beurre, 1 œuf entier et 5 jaunes. Préparer de la pâte à choux avec 1/4 de litre d'eau, 150 g de beurre, 125 g de farine tamisée, 4 œufs, un peu de muscade



Pommes de terre
bintje
ostara
resy
charlotte
roseval
nicolas
BF 15
rattes
belle de Fontenay

râpée, du sel et du poivre. Incorporer à cette pâte les pommes de terre. Faire glisser la pâte cuillerée par cuillerée dans de l'huile très chaude (180 °C). Quand les pommes dauphine sont gonflées et dorées, les égoutter, les éponger sur du papier absorbant ; saler et servir très chaud.

pommes duchesse : appareil

Peler 500 g de pommes de terre farineuses, les couper en quartiers et les cuire à grande eau bouillante salée. Les égoutter, les mettre dans un plat à gratin et les dessécher à l'entrée du four préchauffé à 200 °C : elles doivent blanchir. Les passer au presse-purée (grille fine). Verser cette purée dans une casserole et ajouter du sel, du poivre, un peu de muscade râpée et 50 g de beurre. Bien mélanger sur le feu et dessécher quelques instants. Retirer du feu et incorporer intimement 1 œuf entier et 2 jaunes.

RECETTE DE GUY SAVOY

pommes Maxim's

« Émincer finement avec une mandoline 600 g de pommes de terre épluchées. Les laver et les sécher soigneusement dans un torchon. Les saler. Les arroser de 125 g de beurre clarifié. Mettre les rondelles sur une plaque en les faisant se chevaucher légèrement et les cuire au four préchauffé à 240 °C, jusqu'à ce qu'elles soient dorées. Disposer les pommes de terre en couronne. »

pommes pont-neuf

Peler de grosses pommes de terre à pulpe ferme ; les laver et les tailler en bâtonnets à section carrée de 1 cm sur 7 cm de long. Les laver longuement à grande eau, les éponger dans un linge et les plonger de 7 à 8 min dans de l'huile très chaude (180 °C). Les laisser juste blondir, puis les égoutter longuement. Au dernier moment, les replonger dans la friture, mais à 180 °C, pour les faire dorer.

pommes de terre boulangère

Peler 800 g de pommes de terre et 400 g d'oignons ; les émincer et les faire revenir séparément dans du beurre. Les dresser par couches alternées dans un plat beurré allant au four ; les saler et les poivrer légèrement, puis les recouvrir à hauteur de bouillon. Cuire 25 min au four préchauffé à 200 °C, puis réduire la température à 180 °C et poursuivre la cuisson 20 min.

pommes de terre Darphin

Éplucher 1 kg de pommes de terre à chair ferme, les laver, les faire tremper 4 heures dans de l'eau froide, puis les râper en pommes paille. Les éponger dans un torchon. Verser 1/4 de litre d'huile dans une tourtière et mettre dans le four préchauffé à 240 °C. Chauffer 50 g de beurre dans une poêle et y faire sauter 5 min la moitié des pommes de terre. Verser dans la tourtière et tasser. Procéder de la même façon pour la seconde moitié des pommes de terre. Arroser de 1/4 de litre d'huile et poursuivre la cuisson 20 min. Démouler la galette et servir très chaud.

pommes de terre farcies

PREMIÈRE MÉTHODE. Trancher dans la longueur le quart supérieur de grosses pommes de terre cuites au four avec leur peau et les évider sans les briser. Passer au tamis la pulpe retirée et la mélanger avec l'élément choisi (duxelles, fromage, hachis cuit, jambon, mirepoix, oignon fondu, etc.), du beurre, du sel et du poivre. Garnir les légumes évidés de cette farce, poudrer de chapelure ou de fromage râpé (ou d'un mélange des deux), arroser de beurre fondu et gratiner au four préchauffé à 270 °C.

SECONDE MÉTHODE. Peler de grosses pommes de terre allongées crues et les parer en cylindres. Trancher les deux extrémités, évider l'intérieur avec précaution. Ébouillanter les pommes de terre évidées, les égoutter et les éponger. Les saler, les poivrer intérieurement et extérieurement, les emplir de la farce puis les ranger les unes contre les autres dans un plat beurré. Les mouiller presque à hauteur de consommé. Porter à ébullition sur le feu, puis cuire de 30 à 35 min dans le four préchauffé à 200 °C. Égoutter les pommes de terre et les disposer dans un plat à gratin beurré. Les poudrer de chapelure ou de fromage râpé (ou d'un mélange des deux), les arroser de beurre fondu et les gratiner dans le four poussé à 280 °C.

pommes de terre frites

Plonger les pommes de terre coupées en bâtonnets de 1 cm d'épaisseur sur 7 cm de longueur dans de l'huile très chaude ; attendre que la friture, refroidie, ait retrouvé sa température pour que les pommes de terre dorent (voir POMMES PONT-NEUF).

pommes de terre à la landaise

Faire revenir dans de la graisse d'oie 100 g d'oignons et 150 g de jambon de Bayonne coupé en dés de 2 cm de côté. Lorsqu'ils sont bien rissolés, ajouter dans la sauteuse 500 g de pommes de terre coupées en gros dés. Saler et poivrer. Cuire à couvert en remuant de temps en temps. Au dernier moment, ajouter 1 cuillerée d'ail et de persil finement hachés.

RECETTE DE JEAN ET PIERRE TROISGROS

pommes de terre mère Carles

« Éplucher des pommes de terre (BF 15 de préférence) et y tailler 28 gros bouchons de 5 cm de long environ, avec un couteau d'office. Couper 225 g de poitrine de porc fumée en 28 tranches fines. Ranger les pommes de terre bien serrées dans une sauteuse et recouvrir d'eau froide salée ; amener à ébullition, juste pour blanchir les pommes de terre, puis les égoutter complètement. Remettre la sauteuse sur le feu avec 50 g de beurre. Quand celui-ci est noisette, y ajouter les pommes de terre égouttées, puis poivrer et couvrir. Laisser dorer 20 min environ en remuant souvent. Retirer du feu, laisser tiédir, puis enrouler chaque pomme de terre dans une tranche de poitrine fumée. Disposer celles-ci dans une sauteuse et les tenir 10 min à four chaud, sans les

couvrir. Vider le gras de cuisson de la sauteuse et le remplacer par 30 g de beurre frais ; rouler les pommes de terre dans ce beurre avant de les servir. »

pommes de terre (ou purée) mousseline
Cuire des pommes de terre en robe des champs au four, les peler, puis passer la pulpe au tamis. Travailler cette purée sur le feu en y ajoutant 200 g de beurre par kilo de pulpe, puis 4 jaunes d'œuf. Saler, poudrer de poivre blanc et de muscade râpée. Hors du feu, ajouter 2 dl de crème fouettée.

RECETTE DU RESTAURANT *LA CRÉMAILLÈRE*, À BRIVE-LA-GAILLARDE

pommes de terre à la sarladaise
« Éplucher et laver 1,5 kg de pommes de terre BF 15, les couper en deux dans la longueur, puis chaque moitié en quartiers. Chauffer dans une cocotte 2 cuillerées à soupe de graisse d'oie, jusqu'à ce qu'elle prenne une belle couleur noisette. Y verser les pommes de terre, sur feu vif. Remuer souvent. Enlever l'excès de graisse. Saler et poivrer. Écraser 4 gousses d'ail entières non épluchées et les ajouter aux pommes de terre, ainsi que, en saison, les queues de 2 cèpes frais, coupées en quartiers. Couvrir et cuire 40 min au four préchauffé à 200 °C. »

pommes de terre soufflées
Éplucher de grosses pommes de terre à pulpe très ferme, les laver, les éponger ; les tailler en tranches de 3 mm d'épaisseur ; les laver et les éponger à nouveau. Les cuire 8 min dans de l'huile chauffée à 150 °C ; les égoutter sur du papier absorbant et les laisser refroidir. Augmenter la température de l'huile à 175 °C et y plonger de nouveau les pommes de terre. Les laisser gonfler et dorer, puis les égoutter sur du papier absorbant. Les dresser dans le plat de service très chaud et les poudrer de sel fin.

purée de navet et de pomme de terre, purée de pomme de terre → PURÉE
rougets en écailles de pommes de terre → ROUGET-BARBET
salade de pommes de terre et pieds de porc truffés → SALADE
saumon cru, pommes à l'huile → SAUMON
soufflé à la pomme de terre → SOUFFLÉ
soupe aux poireaux et aux pommes de terre → SOUPE
subrics de pommes de terre → SUBRIC
tarte aux pommes de terre → TARTE
vieilles aux pommes de terre → VIEILLE

POMME DE TERRE-CÉLERI Rhizome de l'arracacia, de la famille des ombellifères, originaire de Colombie. Charnue et féculente, la pomme de terre-céleri produit une farine alimentaire et se cuisine comme l'igname ou la patate douce.

POMPADOUR (JEANNE POISSON, MARQUISE DE) Favorite royale (Paris 1721 - Versailles 1764). Épouse du fermier général Le Normant d'Étiolles, elle devint, en 1745, la maîtresse de Louis XV, qui la fit marquise de Pompadour. Comme nombre de courtisans de l'époque, elle s'intéressait beaucoup à l'art culinaire. Certains apprêts qui portent son nom lui ont été dédiés de son vivant ou au XIXe siècle, mais d'autres semblent bien de sa création, comme les filets de sole aux truffes et aux champignons, les blancs de volaille en bellevue, les tendrons d'agneau « au soleil » (cuits dans un blond de veau avec de fines escalopes et des truffes). Charles Monselet lui attribue également une sauce pour asperges, au beurre et aux jaunes d'œuf, liée de farine de maïs et relevée de verjus.

En cuisine classique, « Pompadour » est en outre le nom d'un apprêt de noisettes d'agneau ou de tournedos sautés et nappés de sauce Choron, puis entourés en cordon du déglaçage à la sauce Périgueux et garnis de fonds d'artichaut, remplis de pommes noisettes légèrement rissolées.

Enfin, le salpicon Pompadour (généralement foie gras en dés, langue écarlate, champignons et truffe, liés de sauce au madère) sert à garnir timbales, bouchées, rissoles, etc.

▶ **Recettes** : PAVÉ, RISSOLE.

POMPE Pâtisserie sucrée ou salée, populaire dans plusieurs régions d'Auvergne, du Lyonnais et de la Provence. Il s'agit généralement d'une tourte, d'un pâté ou d'une brioche, diversement garnis. En Provence, la pompe à l'huile fait partie des treize desserts de Noël ; cette grosse galette de pâte levée, à l'huile d'olive, est parfumée à l'eau de fleur d'oranger ou au zeste de citron, parfois agrémentée de safran.

pompes de Noël
Mettre 1 kg de farine dans une grande terrine. Ajouter 250 g de levain de pâte à pain coupé en morceaux, 250 g de cassonade, 1 cuillerée à café de sel, 1/2 verre d'huile d'olive et 3 ou 4 œufs entiers. Bien mélanger. Ajouter les zestes râpés de 1 orange et de 1 citron. Travailler la pâte en la frappant sur la table. Lorsqu'elle est bien souple, la rouler en boule et la laisser lever 6 heures dans un endroit tiède, à l'abri des courants d'air. La malaxer à nouveau, puis la diviser en 8 morceaux et façonner ceux-ci en couronnes. Disposer les pompes sur une tôle beurrée et les laisser lever encore 2 heures. Les cuire 25 min au four préchauffé à 230 °C. Les sortir, les humecter de fleur d'oranger et les laisser sécher 5 min à l'entrée du four ouvert.

PONCHON (RAOUL) Poète français (La Roche-sur-Yon 1848 - Paris 1937). Il est l'auteur de quelque cent cinquante mille vers sur le thème du boire et du manger, publiés dans des quotidiens et dont des extraits sont réunis dans *la Muse au cabaret*, 1920. Il proclamait néanmoins la supériorité de la bouteille sur la casserole (« Il faut manger pour boire et non pas boire pour manger »). Il fut élu académicien Goncourt en 1924.

PONT-L'ÉVÊQUE Fromage normand AOC de lait de vache (45 % de matières grasses), à pâte molle et à croûte lavée (**voir** tableau des fromages français page 495). Le pont-l'évêque se présente sous la forme d'un carré de 10 cm de côté et de 3 cm d'épaisseur, nu, enveloppé dans un papier sulfurisé ou en boîte de bois. Affiné pendant six semaines, il a une saveur et un goût prononcés ; on dit qu'il doit « sentir le terroir et non le fumier ».

PONT-NEUF Se dit d'un apprêt de pommes de terre frites, taillées en bâtonnets deux fois plus épais que les allumettes (**voir** tableau des apprêts de pommes de terre page 833). Les pommes pont-neuf servent surtout de garniture aux petites pièces de bœuf grillées, et notamment au tournedos Henri IV.

▶ **Recette** : POMME DE TERRE.

PONT-NEUF (GÂTEAU) Petite pâtisserie parisienne faite d'une tartelette en feuilletage ou en pâte brisée, garnie d'un mélange de pâte à choux et de crème pâtissière parfumée au rhum ou additionnée de macarons pilés ; le dessus est garni de deux petites bandes de pâte disposées en croisillon. La crème pont-neuf, additionnée de raisins macérés au rhum, garnit les chaussons napolitains. L'appellation concerne aussi une variété de talmouse ornée de croisillons de pâte.

ponts-neufs

Préparer une pâte à foncer avec 200 g de farine, 1 pincée de sel, 25 g de sucre semoule, 100 g de beurre ramolli et 1 œuf entier. La rouler en boule et la réserver dans le réfrigérateur. Confectionner une crème pâtissière avec 4 dl de lait, 4 œufs, 50 g de sucre, 1/2 gousse de vanille et 30 g de farine ; lui ajouter, en dernier lieu, 30 g de macarons finement écrasés ; la laisser refroidir. Préparer une pâte à choux avec 1,25 dl d'eau, 30 g de beurre, 1 pincée de sel, 65 g de farine, 3 œufs et 1 cuillerée à café de sucre ; la laisser refroidir. Abaisser la pâte sur 2 mm d'épaisseur, y découper 10 disques et foncer autant de moules à tartelette d'un diamètre légèrement inférieur. Réserver les chutes de pâte et les rouler en boule. Mélanger la pâte à choux avec la crème pâtissière et emplir les moules foncés. Dorer à l'œuf le dessus des tartelettes. Abaisser le reste de la pâte sur 1 mm et y couper 20 bandelettes de 2 mm de large ; les disposer en croix sur chaque gâteau. Cuire de 15 à 20 min au four préchauffé à 190 °C, puis laisser refroidir sur grille. Chauffer sur feu doux 100 g de gelée de groseille ; en napper deux quartiers opposés de chaque gâteau et poudrer les autres de sucre glace. Mettre au frais jusqu'au moment de servir.

POP-CORN Grains de maïs soufflés, que l'on fait éclater avec de l'huile chauffée dans une poêle couverte et que l'on poudre éventuellement de sucre.

PORC Mammifère omnivore élevé pour sa chair. Le mâle est appelé « verrat », la femelle « truie » et le jeune, selon son âge, « goret », « porcelet », « nourrain » ou « coureur » (**voir** COCHON, COCHON DE LAIT). L'ancêtre du porc est le sanglier ; il s'apprivoisa de lui-même en devenant le commensal de l'homme, vivant de ses déchets aux abords des lieux d'habitation, d'où la notion d'impureté attachée à la viande de porc par plusieurs religions. Depuis le Moyen Âge, l'abattage du porc, source de provisions abondantes, constitue traditionnellement une fête.

■ **Choix**. Autrefois, les porcs étaient hauts sur pattes, engraissés avec des pommes de terre ou des châtaignes, et abattus vers dix ou douze mois ; aujourd'hui, ils sont bas sur pattes et donnent un maximum de viande ; engraissés en six ou sept mois, avec des farines composées, ils pèsent entre 100 et 110 kg ; leur chair est devenue en général moins consistante et moins savoureuse (**voir** tableau).

Cependant, certains d'entre eux, élevés et nourris dans des conditions très précises, peuvent se voir attribuer un label de qualité.

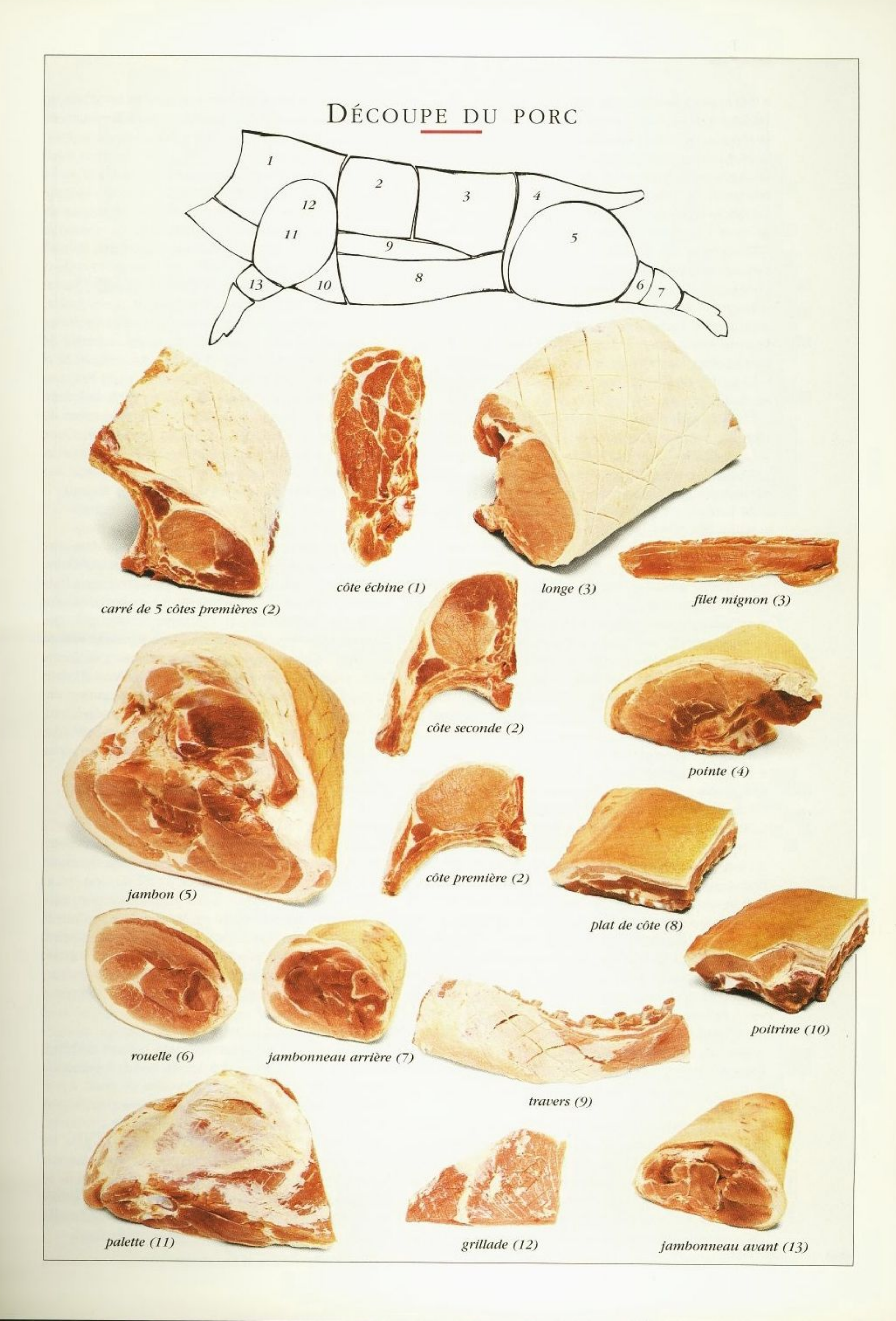
Le porc est la viande la plus consommée en France (ainsi qu'en Allemagne et en Scandinavie), et la Bretagne est la première région productrice.

Un porc de qualité se reconnaît à sa chair rose, assez ferme et sans excès d'humidité. Dans le Nord et l'Est, la viande presque blanche est la plus demandée ; ailleurs, on la préfère plus rose. En charcuterie, on privilégie une viande assez colorée dont la rétention d'eau est meilleure.

La viande de porc se consomme fraîche, demi-sel, salée ou fumée. En outre, comme l'affirme un antique dicton, « tout se mange » sur le porc.

Caractéristiques des différentes races de porcs

races pures	provenance	description	élevage
large white (LW) Yorkshire	Grande-Bretagne	blanc, oreilles dressées	spécialisé
landrace (LR)	Danemark	blanc, oreilles inclinées	spécialisé
piétrain (P)	Belgique	blanc, taches noires, oreilles dressées	spécialisé
blanc de l'Ouest	Normandie, Bretagne	blanc, oreilles tombantes	extensif, plein air
pie noir du Pays basque	Pays basque	noir et rose, oreilles inclinées	extensif
gascon	Gascogne	noir, oreilles inclinées	extensif
cul noir du Limousin	Limousin	noir et rose, oreilles inclinées	plein air


DÉCOUPE DU PORC
1
2
3
4
5
6
7
8
9
10
11
12
13
carré de 5 côtes premières (2)
côte échine (1)
longe (3)
filet mignon (3)
côte seconde (2)
pointe (4)
jambon (5)
côte première (2)
plat de côte (8)
rouelle (6)
jambonneau arrière (7)
poitrine (10)
travers (9)
palette (11)
grillade (12)
jambonneau avant (13)

■ **Découpe et morceaux.** La dépouille du porc, une fois l'animal abattu, est débarrassée de son intérieur (abats) et séparée de la tête, puis coupée en deux ; sur chaque demi-carcasse, on retire alors la poitrine-hachage (dans la découpe parisienne) et, au niveau du jarret (jambonneau), la cuisse arrière (jambon) et l'épaule, que l'on traite séparément. C'est surtout le dos du porc (rein ou longe) qui est vendu comme viande fraîche.

– L'échine se fait rôtir ou braiser ; moins sèche que le filet, elle s'apprête aussi en potée ; elle donne des tranches à griller ou à poêler, et des cubes pour brochettes.

– Le carré de côtes et le milieu de filet, désossés ou non, sont détaillés en succulents rôtis, mais aussi en bonnes côtelettes à griller ou à poêler ; ce sont des morceaux maigres et légèrement secs.

– La pointe de filet, moins sèche que le milieu de filet, se cuisine en rôti.

– Le filet mignon fait partie du milieu du filet ; détaché, il constitue une « noisette » savoureuse et tendre.

– Les grillades, avec leurs fibres musculaires en éventail bien apparentes, sont des morceaux plats à griller, savoureux mais peu nombreux.

– Le jambon est parfois commercialisé frais ; on peut y tailler des tranches épaisses, à griller, ou des morceaux pour brochettes. On le cuit aussi dans du bouillon, au four, ou bien encore on le fait braiser.

– La palette se fait souvent braiser avec l'os ; hachée, elle constitue des farces fines pour pâtés ; on peut aussi la rôtir (non bardée) ou la traiter en sauté ; enfin, elle agrémente souvent la potée ou la choucroute.

– Le travers comporte une partie des côtes ; il était jadis consommé en petit salé ; aujourd'hui, il se fait aussi griller (spare-ribs) ou « laquer » à la chinoise.

C'est sur le dessus de l'animal que l'on prélève la bardière (peau et lard) pour faire des bardes et des lardons après avoir retiré la couenne.

■ **Cuisine et gastronomie.** En France, depuis le temps des Gaulois, le porc a toujours été très apprécié. C'était cependant une viande populaire, et Grimod de La Reynière, qui voyait dans le porc un « animal encyclopédique, un véritable repas sur pattes », estimait qu'il ne fournissait guère de « rôti pour les tables distinguées » et ne retenait comme étant digne d'intérêt que le cochon de lait.

Le porc s'accommode volontiers avec des fruits ou une purée de légumes. On le relève souvent de poivre vert, de moutarde, d'oignons rissolés, de sauce poivrade, d'ail, voire d'une sauce au roquefort. Les garnitures de légumes secs font de solides plats d'hiver, tandis que les herbes aromatiques (sauge, notamment) parfument rôtis et grillades.

Base de toutes les potées régionales, le porc entre dans des recettes inspirées des cuisines étrangères.

carré de porc à l'alsacienne

Saler et poivrer un carré de porc et le cuire dans le four préchauffé à 210 °C, en comptant 40 min par kilo et en le retournant à mi-cuisson. Préparer de la choucroute braisée, avec sa garniture de lard et de saucisses. Égoutter le carré, le placer au milieu de la choucroute et poursuivre la cuisson 15 min. Découper le lard en tranches régulières et séparer les côtes du carré. Les dresser sur la choucroute, avec les saucisses et des pommes de terre cuites à l'eau.

chair à saucisse ou farce fine de porc → CHAIR À SAUCISSE

collet de porc aux fèves des marais

Faire tremper 1 kg de collet de porc fumé *(Judd)* 12 heures dans de l'eau fraîche, en changeant celle-ci deux ou trois fois si la viande paraît trop salée. Mettre le porc dans une cocotte et le couvrir d'eau froide. Porter à ébullition et écumer. Ajouter 1 poireau, 1 carotte, 1 oignon, 1 morceau de céleri, 1 feuille de laurier, 6 grains de poivre, 3 clous de girofle et 20 cl de rivaner. Cuire à couvert de 2 à 3 heures. Préparer dans une casserole un roux blond avec 50 g de beurre et 2 cuillerées à soupe de farine. L'allonger avec du bouillon de la cocotte pour former une sauce. Cuire 1 kg de fèves avec quelques branches de sarriette. Servir le collet découpé en tranches, accompagné des fèves et de dés de pommes de terre cuites à l'eau.

côtes de porc Pilleverjus

Aplatir légèrement et parer 4 côtes de porc. Les saler et les poivrer ; les dorer des deux côtés au saindoux. Mettre dans le plat à sauter 4 cuillerées d'oignons finement hachés et à moitié cuits au beurre. Ajouter 1 bouquet garni, couvrir et laisser mijoter 30 min. Cuire au beurre un cœur de chou nouveau détaillé en julienne ; le mouiller de quelques cuillerées de crème bouillante et remuer. Dresser la julienne de chou dans un plat creux, disposer les côtes dessus et garnir éventuellement de pommes de terre cuites à l'eau. Déglacer le plat à sauter avec 1 cuillerée de vinaigre et 4 cuillerées de jus de viande, et en napper les côtes.

crépinettes de porc → CRÉPINETTE

épaule de porc au cinq-épices

Écraser dans un mortier 2 gousses d'ail et 2 échalotes avec 1 cuillerée à dessert de sucre, autant de nuoc-mâm et de sauce soja, 1 cuillerée à café de cinq-épices et un peu de poivre noir. Dorer l'épaule de porc avec sa couenne, puis ajouter le mélange d'épices. Couvrir et cuire 30 min à feu moyen, en retournant la viande à mi-cuisson. Laisser réduire à découvert, rouler l'épaule dans sa cuisson, puis la retirer, la détailler en tranches ; dresser celles-ci sur un plat et arroser de la cuisson.

gelée luxembourgeoise de porcelet

La veille, cuire 3 ou 4 heures, dans 6 litres d'elbling, 1,5 kg de tête de porc, 1,5 kg de bœuf, 4 jarrets de porc, 6 pieds de porc, 500 g d'oreilles de porc, 2 poireaux, 4 carottes, 1 branche de céleri, un peu de persil, 8 clous de girofle, quelques graines de moutarde, du sel et du bouillon concentré. Sortir les viandes, les laisser refroidir et les détailler en morceaux. Réserver. Laisser le bouillon épaissir toute une nuit ; enlever le dépôt de graisse. Réchauffer le bouillon et le clarifier au travers d'une étamine. Le faire de nouveau bouillir avec la viande. Verser en terrine. Servir très frais.

gigue de porc fraîche aux pistaches
Faire mariner une gigue de porc (ou un jambon frais) 24 heures dans une marinade au bordeaux blanc ; faire tremper 750 g de pruneaux dans du bordeaux blanc tiède. Piquer la gigue d'ail et de pistaches décortiquées ; la mettre dans une braisière, ajouter 3 verres de marinade, couvrir et cuire 3 heures sur feu modéré. Ajouter les pruneaux égouttés, puis poursuivre la cuisson 45 min et servir très chaud.

RECETTE DU RESTAURANT *LE CERF*, À MARLENHEIM

jarrets de porc au chou rouge
« Effeuiller 1 chou rouge de 2 kg, enlever les grosses côtes et les couper en fine julienne. Blanchir les feuilles à l'eau bouillante salée. Les égoutter sans les rafraîchir et les arroser de 1 dl de vinaigre de vin rouge pour qu'elles changent de couleur. Faire suer 2 oignons épluchés et émincés dans 50 g de graisse d'oie ou de canard, ou 50 g de saindoux, puis ajouter le chou, 75 cl de pinot noir, 1 oignon piqué de 1 clou de girofle, 4 pommes reinettes épluchées, vidées et coupées en quatre, 300 g de marrons épluchés, 1 bouquet garni, 30 g de sucre, du sel et du poivre. Mouiller à hauteur d'eau ou de bouillon et cuire 1 h 30 à petit feu. Dans une cocotte en fonte, dorer 4 jarrets de porc assaisonnés, 1 queue de porc et 1 pied de porc coupé en deux. Couvrir et cuire 30 min. Ajouter 250 g de mirepoix et poursuivre la cuisson 15 min à couvert, puis 15 min à découvert pour concentrer et colorer les sucs. Bien déglacer la cocotte avec 2 dl de vin rouge, faire réduire, ajouter 3 dl de bouillon et 1 bouquet garni, et braiser les jarrets à découvert, en arrosant souvent, jusqu'à ce qu'ils soient bien caramélisés. »

oreilles de porc bouillies,
oreilles de porc braisées,
oreilles de porc au gratin → OREILLE

palette de porc aux haricots blancs
Dessaler à l'eau froide 1 palette de porc demi-sel en changeant l'eau une fois. L'égoutter, la piquer d'éclats d'ail et la mettre dans un fait-tout. La recouvrir largement d'eau froide, ajouter 1 bouquet garni et laisser mijoter 2 heures. Cuire des haricots blancs secs ou frais (ou des lentilles) ; 30 min avant la fin de leur cuisson, égoutter la viande et l'ajouter aux haricots. Rectifier l'assaisonnement et poursuivre la cuisson, doucement et à couvert.

pâté de porc à la hongroise → PÂTÉ

RECETTE DU RESTAURANT *SCHILLINGER*, À COLMAR

petite marmite de cochon laqué « élevé dans la forêt vosgienne »
« Dégraisser légèrement 1 kg de plat de côtes de porc, 2 jarrets de porc, 500 g d'échine de porc, 1 kg de poitrine de porc désossée et 1 joue de porc. Bien colorer les viandes de tous les côtés dans une cocotte avec 1 dl d'huile d'arachide. Les débarrasser et faire suer une mirepoix composée de 200 g d'oignons et de 200 g de carottes, et aromatisée avec 10 g d'origan, 10 g de thym, 10 g de sarriette, 10 g de sauge, 10 g de coriandre et 5 g de muscade. Ajouter 150 g de miel d'acacia, cuire de 2 à 3 min et déglacer avec 3 dl de vinaigre de xérès. Remettre le porc dans la cocotte et mouiller à hauteur avec 5 dl de fond de veau et de l'eau. Porter à ébullition sur le feu, puis mettre 1 h 45, à découvert, au four préchauffé à 300 °C. Décanter la viande et bien laisser réduire le fond. Quand les morceaux de porc sont refroidis, les couper de même taille. Glacer à brun 200 g d'oignons grelots ; tailler 500 g de pommes de terre en bâtonnets et les sauter à la poêle. Disposer les morceaux de porc au fond de chaque assiette et napper de la sauce. Servir avec les pommes de terre sautées. »

RECETTE DE JEAN FLEURY,
RESTAURANT *PAUL BOCUSE*, À COLLONGES

petit salé aux lentilles
« Faire tremper 2 heures au moins dans de l'eau froide 500 g de travers de porc demi-sel, 1 tranche de jambonneau demi-sel, 400 g d'échine demi-sel et 200 g de poitrine entrelardée demi-sel. Rincer tous les morceaux, les mettre dans une grande quantité d'eau froide, porter à ébullition, bien écumer et laisser frémir 1 heure. Trier 500 g de lentilles vertes du Puy, les laver, les égoutter et les cuire 15 min à grande eau. Les égoutter de nouveau et les ajouter à la viande avec 1 gros oignon piqué de 2 clous de girofle, 2 carottes, 2 poireaux, 1 bouquet garni et quelques grains de poivre noir. Laisser mijoter 45 min, en écumant de temps en temps. Ajouter 1 saucisson à cuire et poursuivre la cuisson 40 min. Sortir les viandes et les réserver au chaud ; ôter le bouquet garni, égoutter les lentilles. Les mettre dans un grand plat et disposer par-dessus les viandes tranchées. »

pieds de porc : cuisson → PIED

poitrine roulée salée
Choisir une poitrine de porc entrelardée pas trop grasse. La parer, la tailler en rectangle et la ciseler à l'intérieur. La frotter avec du sel mélangé d'ail haché, puis la parsemer de thym frais. La rouler sur elle-même et la ficeler serré. Frotter l'extérieur, côté couenne, avec du sel fin, assez longtemps pour qu'il pénètre bien. Couper la poitrine en deux ou en trois, selon la grandeur du saloir.

rillettes de Tours → RILLETTES
rillons → RILLONS

rôti de porc aux topinambours
Peler 750 g de topinambours, les parer en forme de grosses gousses et les blanchir 5 min. Les rafraîchir et les égoutter. Chauffer 20 g de saindoux dans une cocotte et y dorer un rôti de porc de 1 kg ; 20 min après, ajouter les topinambours ; saler, poivrer et laisser cuire encore 30 min.

salade de pommes de terre et pieds de porc truffés → SALADE

tête fromagée de Péribonka
Parer 1 tête de porc de 2 kg et la couper en quatre. Faire tremper les morceaux de 5 à 6 heures dans de l'eau salée avec 1 pied de porc de 750 g. Égoutter, blanchir, couvrir d'eau et porter à ébullition. Assaisonner avec du sel, du poivre, 1 clou de girofle et 1 feuille de laurier ; ajouter 350 g de carottes et 750 g d'oignons, coupés grossièrement. Laisser mijoter longuement. Défaire la viande et couper un peu de gras en dés. Remettre à bouillir 5 min avec le fond de cuisson. Laisser refroidir, en remuant de temps en temps. Verser dans des moules. Laisser 5 ou 6 heures dans le réfrigérateur avant de servir.

tête de porc mijotée Île-de-France → TÊTE

PORCELAINE Céramique à pâte fine, compacte, souvent blanche, fortement vitrifiée, translucide, généralement recouverte d'un émail incolore et transparent. Ce matériau sert à réaliser les services de table, à thé et à café ; avec la porcelaine à feu, ou aluminite (porcelaine très dure, à faible teneur en feldspath, résistant bien aux chocs thermiques), on fabrique aussi des récipients de cuisson (moules, plats à gratin, ramequins, etc.).

La pâte à porcelaine contient essentiellement du kaolin, du feldspath et de l'eau ; elle subit deux cuissons et reçoit parfois un décor en émaux.

C'est en Chine, à l'époque Tang (Ier siècle de notre ère), que la véritable porcelaine dure fut mise au point. D'abord artisanale, la production se concentra, sous les Ming (XIVe-XVIIe siècle), dans des manufactures. Le Japon développa ensuite à son tour une production importante. Pendant longtemps, l'Europe s'efforça d'imiter les porcelaines orientales. À la fin du XVIe siècle, Florence produisit des pâtes à mi-chemin entre la pâte dure et la pâte tendre. Cette dernière est une production essentiellement française, qui débuta à Rouen et à Saint-Cloud à la fin du XVIIe siècle, à une époque où l'on n'avait pas encore découvert de kaolin en Europe. La porcelaine tendre française tire sa beauté particulière de son éclat velouté et de son aptitude à recevoir de riches décors polychromes.

En 1709, l'alchimiste du prince électeur de Saxe découvrit un gisement de kaolin et parvint à fabriquer la première porcelaine européenne. C'est alors que débuta la très riche production de la manufacture de Meissen (Saxe), imitée à Vienne, à Nymphenburg, à Berlin, etc. En France, on découvrit du kaolin en 1776, à Saint-Yrieix, près de Limoges, qui devint le centre de fabrication de la porcelaine dure française.

PORÉE Purée ou potage plus ou moins épais de la cuisine médiévale. La porée se préparait avec des légumes verts, des épinards, des bettes, des poireaux, du cresson. Selon que l'on était en période de jours maigres ou de jours gras, ces feuilles étaient cuites dans de l'eau, dans du bouillon de viande ou dans du lait d'amande, et les cuisiniers étaient très attentifs à leur couleur.

RECETTE DE BRIGITTE HUERTA

porée charentaise
« Émincer les blancs de 1,5 kg de poireaux et les faire fondre 10 min dans une sauteuse avec 100 g de beurre demi-sel. Ajouter 2 dl de fumet de poisson, 200 g de crème fraîche, 1 pincée de gros sel et du poivre. Poser dessus 6 filets de turbot ou de saint-pierre, 6 tranches de lotte, 6 noix de Saint-Jacques et 6 queues de langoustine. Couvrir et cuire 8 min. Servir les poissons sur le lit de poireaux. Lier la cuisson avec 2 jaunes d'œuf et en napper le plat. Décorer de cerfeuil. »

PÖRKÖLT Plat hongrois, le plus typique parmi les quatre spécialités hongroises cuisinées au paprika. Fortement relevé d'oignon, le pörkölt se prépare souvent avec une viande plus grasse que pour le goulache, et coupée en morceaux plus gros. On cuisine ainsi surtout le porc, mais aussi le mouton, le gibier, l'oie, le canard, le veau, voire le poisson (carpe), et parfois même les écrevisses (au vin blanc).

PORRIDGE Bouillie de farine ou de flocons d'avoine, cuite à l'eau ou au lait, que l'on mange sucrée ou non, additionnée de lait froid ou chaud, ou de crème fraîche liquide. C'est une des bases traditionnelles du breakfast dans les pays anglo-saxons. Le porridge, qui a toujours été très populaire en Écosse, en Irlande et dans le pays de Galles, a ensuite gagné toute l'Angleterre, où on l'apprécie notamment arrosé de *golden syrup* (sirop de sucre de canne).

porridge
Porter à ébullition 1 litre d'eau avec 15 g de sel. Y jeter en pluie 250 g de flocons d'avoine et maintenir 15 min à léger frémissement, sans cesser de remuer à la spatule de bois. Pour servir, ajouter à chaque portion 3 cuillerées à soupe de lait, ou 1 grosse cuillerée de crème fraîche, et du sucre.

PORTEFEUILLE (EN) Se dit d'apprêts caractérisés par un dressage, un pliage ou un fourrage faisant apparaître les ingrédients disposés en couches superposées : côtes de veau fendues, fourrées et cuites en crépine ou panées ; gratin composé de pommes sautées à la lyonnaise, de viande émincée liée de sauce, puis de purée ; omelette pliée en trois.
▶ **Recette** : VEAU.

PORTE-MAILLOT Nom d'une garniture pour grosses pièces de boucherie braisées, composée de carottes, de navets, d'oignons et de haricots verts ; cette jardinière est parfois complétée de laitues braisées et de chou-fleur. (On dit aussi « maillot ».)

▶ **Recette** : BŒUF.

PORTEUR D'EAU Homme qui, jusqu'à la seconde moitié du XIXe siècle, apportait de l'eau aux citadins qui avaient répondu à son cri : « Qui veut de l'eau ? À chacun duit, C'est un des quatre éléments ! »

Les demeures princières et les grands hôtels particuliers des villes avaient souvent sinon l'eau courante, du moins l'usage d'un puits privé. La majorité de la population, elle, devait s'approvisionner aux fontaines publiques, peu nombreuses et inégalement réparties.

À Paris, il fallut attendre 1860 pour que, sous l'impulsion du baron Haussmann, des bornes-fontaines fussent installées systématiquement ; on recourait donc souvent aux services des porteurs d'eau.

Un document fiscal de 1292 signale qu'il en existait déjà cinquante-huit dans la ville : ils portaient, en équilibre sur l'épaule, la « courge » aux extrémités de laquelle se balançaient deux seaux remplis d'eau. Il s'agissait alors de l'eau de la Seine, qu'il leur était cependant interdit de puiser entre la place Maubert et le pont Neuf, « à cause de l'infection et de l'impureté des eaux qui y croupissent ».

Au XVIIIe siècle, la corporation comptait vingt mille membres environ ; la « voie » (deux seaux) coûtait deux sous pour les deux premiers étages, trois aux autres étages. La charge de porteur d'eau se négociait à l'époque mille deux cents livres environ.

PORTO Vin muté le plus célèbre du monde, produit au Portugal, dans la vallée du haut Douro, et expédié de Porto, à l'embouchure du fleuve.

Le porto est muté à l'eau-de-vie, ce qui interrompt sa fermentation. Il est plus ou moins sucré selon le moment où intervient cette opération et selon les mélanges auxquels on procède par la suite.

Seuls les portos millésimés, appelés « vintage », proviennent d'une seule vendange, d'une année exceptionnelle ; mis en bouteilles jeunes, ils doivent passer une quinzaine d'années en cave pour acquérir leur plénitude.

Tous les autres portos sont des coupages et mûrissent en fûts de chêne.

– Les plus jeunes, dits « ruby », sont doux et fruités, d'une belle couleur rouge.

– Ceux qui ont passé des années dans le bois prennent une teinte brun doré : on les appelle « tawny » (basané) ; les uns comme les autres sont vendus pour être bus rapidement et ne gagnent rien à séjourner en bouteille.

– Le porto blanc, couleur topaze, provient des cépages blancs.

En principe, le porto se boit chambré, en digestif. Les portos les plus légers et les blancs peuvent néanmoins être servis en apéritif et consommés frappés. En cuisine, le porto est associé à la volaille et au jambon.

▶ **Recettes** : CANARD SAUVAGE, FAISAN.

PORT-SALUT Fromage de lait de vache pasteurisé (45 à 50 % de matières grasses), à pâte pressée non cuite et à croûte lavée. Le Port-Salut se présente sous la forme d'un disque de 20 cm de diamètre et de 8 cm d'épaisseur. Tendre et moelleux, il a une saveur douce. Port-Salut est une marque déposée, cédée à un établissement commercial – qui produit industriellement du saint-paulin – par les religieux de l'abbaye du Port-du-Salut, à Entrammes, dans la Mayenne ; ces derniers fabriquent cependant encore un trappiste (**voir** ce mot).

PORTUGAISE (À LA) Se dit de divers apprêts (œuf, poisson, rognon, petite pièce de boucherie, volaille) où dominent surtout les tomates.

▶ **Recette** : SOLE.

PORTUGAL La cuisine portugaise se distingue par de subtiles combinaisons de goûts, l'emploi modéré d'épices fortes, mais beaucoup de fines herbes et d'aromates. Quelques traits généraux ressortent : grande consommation de chou, de riz, de pomme de terre et de morue ; goût marqué pour les soupes ; nombreux apprêts de poissons et de fruits de mer ; charcuterie renommée ; desserts très sucrés, souvent à base d'œuf.

■ **Cuisines régionales.** Le Nord est réputé pour son caldo verde, tandis que la lamproie du Minho se cuisine au cari ; les multiples plats de riz s'accompagnent de lapin, de canard ou de perdrix, avec du jambon salé et du jus de citron. Les traditionnelles *açordas* (soupes de pain « sèches », c'est-à-dire de pain trempé d'un peu d'huile et aromatisé d'ail écrasé) sont garnies de légumes, de porc, de poulet, de poisson ; l'*açorda* de fruits de mer, à la coriandre et aux œufs pochés, est très réputée. L'azeitão, le serra et l'évora sont de bons fromages de brebis, généralement frais.

Porto, célèbre pour son vin, est aussi la capitale des tripes en ragoût (cuisinées avec des haricots blancs, du saucisson pimenté, des oignons et du poulet, et servies avec du riz). Sur le littoral, fruits de mer et poissons s'imposent : raie frite, dorade aux légumes, sardines et rougets grillés, coquillages en escabèche, seiches en ragoût. La caldeirada, sorte de bouillabaisse, en est la plus belle expression : celle d'Aveiro associe poissons d'eau douce et poissons de mer avec des palourdes, des moules et des carottes, le tout relevé de coriandre.

À Coimbra, la cuisine est consistante : le bifteck « à la portugaise » en est originaire (enduit d'une purée d'ail et de poivre, surmonté, au moment du service, de rondelles de citron et de jambon grillé, et accompagné de pommes de terre sautées). Plus typiques sont la *canja*, un consommé de volaille garni de citron et de menthe (parfois aussi d'amandes, de jambon et de rondelles d'oignon), et les pieds de porc salés, garnis de jeunes pousses de navet.

Cependant, le poisson national est la morue *(bacalhau)*, qui connaît, dit-on, mille recettes différentes, mais qui se cuisine surtout de trois manières. Elle peut être préparée soit en croquettes frites (avec coriandre, menthe et persil), servies coiffées d'œufs pochés ;



soit pochée et effeuillée, garnie de moules cuites au vin et de tomates, puis mijotée au four dans la cuisson des moules ; ou pochée et cuite au four sur un lit de pommes de terre et d'oignons, garnie d'olives noires et d'œufs durs en quartiers.

■ **Associations surprenantes.** La cuisine portugaise associe parfois les ingrédients d'une façon étonnante, mais délicieuse : on apprécie, par exemple, le porc mariné servi avec des coquillages farcis de lardons ou la matelote de poulet à l'anguille, garnie d'écrevisses ; le caneton rôti s'accompagne de jambon et de chorizo, tandis que, dans la *cataplana* (une poêle profonde fermée par un couvercle), mijotent piments rouges et oignons, jambon fumé et saucisses, palourdes et praires, tomates et persil.

À Lisbonne et dans le Sud, les fruits de mer sont toujours au menu, notamment le homard cuit au court-bouillon, servi avec une sauce à la tomate et au piment. Dans les *cervejarias* (petites brasseries), on trouve toutes sortes de coquillages et de mollusques fraîchement pêchés, moules et gros bouquets, buccins et calmars (grillés, avec des œufs brouillés). Dans l'extrême Sud, une cuisine délicate propose le foie de veau mariné au vin rouge et le *sarapatel* (ragoût d'agneau et de chevreau mélangés).

■ **Goûts sucrés.** À Lisbonne, le café est roi, mais on apprécie aussi les limonades et les sirops (de capillaire, notamment), ainsi que l'anis au sucre candi. Les pâtisseries sont toujours abondamment sucrées : *pudim flan,* crémeux, épais et riche en œufs ; riz au lait, parfumé à la cannelle ; coings caramélisés au four et beignets arrosés de sirop ; partout, les massepains sont très appréciés. Le gâteau le plus original est sans doute la *lampreia de ovos,* faite de jaunes d'œuf cuits et moulés en forme de lamproie, décorée de fruits confits et dressée sur un lit de jaune d'œuf. Le Sud a pour spécialités des figues fourrées aux amandes et au chocolat, et un gâteau aux amandes, au citron et à la cannelle, le « lard céleste ».

■ **Vins.** Si les Portugais exportent une grande partie de leur porto, ils consomment en revanche la majorité de leurs vins. Le vin ordinaire, généralement rouge, est bon, corsé et peu coûteux. Les vins d'appellation sont régis par une réglementation *(denominaçao de origem)* très stricte, avec des contrôles de qualité rigoureux. Outre le célèbre porto, deux autres vins vinés ont droit à l'appellation d'origine : le madère, produit dans l'île du même nom, située à 850 km de Lisbonne, et le moscatel de Setúbal, un des meilleurs muscats d'Europe. Parmi les vins d'origine certifiée, le plus connu est le vinho verde du Nord, rouge, blanc ou beaucoup plus rarement rosé, plein de vivacité et légèrement pétillant. Le dão, récolté sur des vignes en terrasses, est la plupart du temps rouge et particulièrement suave. Autre vin rouge robuste, le colares vieillit longtemps en fût de bois, et le bucelas, vin blanc sec, assez léger, provient des environs de Lisbonne.

Le Portugal produit également des mousseux et des rosés, ces derniers étant vendus sous la marque de Mateus rosé, un des vins les plus vendus dans le monde, et qui est apprécié essentiellement des Anglais et des Américains.

◄
Portugal. Sur une place de Porto.
Les oignons, ici joliment présentés en tresses, font partie intégrante de la cuisine portugaise.

POT Récipient cylindrique, légèrement pansu ou élargi vers le bas. En terre vernissée ou en grès, c'est le pot à cornichons ou à olives, fermé par un couvercle ou un gros bouchon de liège.

En aluminium et doté d'une anse, c'est le pot à lait avec lequel on allait naguère chercher le lait vendu au litre ; le pot à lait à poignée latérale, doté d'un anti-monte-lait, était destiné à faire bouillir le lait ; parmi les pièces des services à thé ou à café figure un petit pot à lait assorti.

Dans la région lyonnaise, le pot est une petite bouteille d'environ un demi-litre (46 cl), destinée à servir le beaujolais.

► **Recettes** : CONSOMMÉ, POULE AU POT.

POTAGE Mets liquide servi le plus souvent chaud dans des assiettes creuses, en début de repas, le soir essentiellement. En cuisine, on distingue deux grands groupes de potages, selon leur composition.

– Les potages « clairs » comprennent : les bouillons et consommés de viande, de volaille, de poissons ou de crustacés, parfois légèrement liés au tapioca ou à la fécule et souvent additionnés d'une garniture.

– Les potages « liés » (à la crème, au beurre, à l'arrow-root, à la crème de riz, au tapioca, au roux blanc, aux légumes ou au jaune d'œuf) rassemblent : les potages-purées (dont les grands classiques sont les potages Parmentier, Saint-Germain, soissonnais, Crécy et Ésaü, selon le légume de base), les coulis, ou bisques (**voir** ces mots) à base de crustacés, les crèmes, les veloutés, les consommés liés, les soupes (**voir** ces mots), souvent à caractère régional, et les potages taillés, c'est-à-dire non passés.

pannequets à potage → PANNEQUET

POTAGES CLAIRS

potage au mouton (mutton broth)

Tailler en brunoise 1 carotte, 1 navet, 2 blancs de poireau, 1 branche de céleri et 1 oignon ; faire fondre ces légumes au beurre, puis verser 2 litres de consommé blanc. Ajouter 300 g de poitrine et de collier de mouton, puis 100 g d'orge blanchie. Couvrir et cuire doucement 1 h 30. Désosser la viande et la détailler en dés, puis remettre ceux-ci dans le potage pour les réchauffer. Au moment de servir, parsemer de persil ciselé.

potage oxtail

Mettre 1,5 kg d'os de veau très gélatineux dans un fait-tout, ajouter 4 litres d'eau et faire mijoter de 7 à 8 heures, puis passer le liquide. Éplucher et émincer 3 carottes, 2 poireaux et 2 oignons et les mettre dans une cocotte. Ajouter 1,5 kg de queue de bœuf

détaillée en petits tronçons, couvrir et cuire 30 min au four préchauffé à 230 °C. Mouiller de 2,5 litres du fond de veau ; saler, poivrer et laisser doucement frémir de 3 à 4 heures. Passer le bouillon ; quand il est complètement refroidi, le dégraisser et le clarifier. Préparer 3 dl de brunoise étuvée au beurre (carotte, céleri et navet), ajouter 1/2 litre de bouillon et faire réduire complètement. Chauffer le bouillon et le verser dans des bols à consommé. Garnir chaque bol de tronçons de queue de bœuf, d'un peu de brunoise et d'une cuillerée de xérès.

POTAGES CLAIRS LIÉS

RECETTE D'ANTONIN CARÊME

potage d'arrow-root

« Vous préparez votre consommé selon la règle, puis vous délayez dans une casserole 10 cuillerées à bouche d'arrow-root de l'Inde avec du consommé froid pour en former une pâte lisse et déliée ; ensuite vous ajoutez peu à peu le reste du consommé et vous faites bouillir le potage en le remuant sans cesse avec la cuillère de bois ; lorsque l'ébullition a lieu, vous le faites mijoter durant une demi-heure, en ayant soin de le remuer de temps en temps. »

potage Germiny

Nettoyer, tailler en chiffonnade et faire fondre au beurre 300 g de feuilles d'oseille. Mouiller de 1,5 litre de consommé de bœuf ou de volaille. Délayer 4 à 6 jaunes d'œuf avec 3 à 5 dl de crème fraîche. En lier le potage jusqu'à ce que le consommé nappe la spatule, sans laisser bouillir. Ajouter 1 cuillerée à soupe de pluches de cerfeuil et servir accompagné de rondelles de flûte séchées au four.

POTAGES-CRÈMES

potage à la citrouille de Saint-Jacques de Montcalm

Faire blondir dans 45 g de beurre 80 g d'oignons et 80 g de céleri-branche. Verser 20 g de farine en pluie et cuire quelques minutes en remuant sans arrêt. Ajouter 25 cl de bouillon de poulet, 25 cl de lait et porter doucement à ébullition en remuant. Poudrer de 1 pincée de paprika et de 1 pointe de muscade, saler et poivrer. Incorporer 1 litre de purée de citrouille. Chauffer doucement, sans laisser bouillir. Ajouter 25 cl de crème fraîche et garder au chaud. Servir avec du bacon cuit émietté et quelques croûtons de pain frits.

potage froid de concombre

Peler 1 très gros concombre, l'épépiner et le détailler en dés. Éplucher une douzaine de petits oignons nouveaux et les couper en quatre. Hacher ces légumes. Passer ce hachis dans un mixeur avec le même volume de fromage blanc maigre, du sel et du poivre : la purée obtenue doit être bien relevée. Mettre dans le réfrigérateur. Avant de servir, allonger la purée d'eau glacée jusqu'à consistance d'un potage un peu épais. Parsemer de ciboulette ou de persil ciselé.

RECETTE DE PAUL HAEBERLIN

potage aux grenouilles

« Éplucher et hacher 4 belles échalotes ;, les faire fondre avec 50 g de beurre. Ajouter 36 cuisses de grenouille. Mouiller avec 1/4 de litre de riesling et 1 litre de fond de volaille. Saler, poivrer et laisser cuire 10 min. Sortir les cuisses de grenouille et les désosser. Nettoyer 1 botte de cresson et la ciseler. Faire fondre 50 g de beurre dans une casserole ; y mettre le cresson ciselé, laisser mijoter 5 min et mouiller avec la cuisson des grenouilles. Ajouter 1 cuillerée de beurre manié et laisser bouillir un bon quart d'heure. Passer le tout au mixeur, puis au chinois. Faire une liaison avec 1/4 de litre de crème et 3 jaunes d'œuf et l'ajouter au potage, en fouettant. Ne plus laisser bouillir. Mettre les cuisses de grenouille et 1 cuillerée à soupe de pluches de cerfeuil dans la soupière et verser le potage dessus. »

potage des Grisons

Mettre à tremper 50 g d'orge perlé. Peler et couper en dés 2 carottes et 1 morceau de céleri-rave. Couper en rondelles 1 poireau entier. Faire revenir ces légumes dans une cocotte avec un morceau de beurre. Mouiller de 1 litre de bouillon. Dès que le liquide frémit, verser l'orge avec son eau de trempage. Piquer 1 oignon de 1 feuille de laurier et de 1 clou de girofle. Le mettre dans le potage avec 100 g de carré de porc fumé. Cuire 1 h 30 à feu doux. Détailler la viande en petits cubes et la remettre dans le potage. Au moment de servir, délayer 1 jaune d'œuf dans 1 dl de crème et lier la sauce. Remuer vigoureusement hors du feu. Parsemer de ciboulette ciselée.

potage aux huîtres

Ouvrir 24 huîtres, les retirer de leur coquille, les mettre dans une sauteuse et verser dessus leur eau passée à travers une mousseline ; mouiller à hauteur de 2 dl de vin blanc. Chauffer et retirer du feu dès les premiers frémissements ; écumer ; ajouter 2 dl de crème, 3 cuillerées de crackers écrasés et 100 g de beurre divisé en petits fragments. Saler et poivrer, relever d'une pointe de poivre de Cayenne, mélanger. Servir en soupière.

RECETTE DU D[R] PAUL RAMAIN

potage aux oronges et aux noisettes

« Nettoyer, peler, couper en très petits dés 625 g d'oronges des Césars (ou d'oronges solitaires). Puis nettoyer et ciseler six laitues pommées comme pour une salade, assaisonner les feuilles, en ajoutant une cuillerée à dessert de sucre en poudre. Dans une casserole, verser les feuilles de laitue et les

oronges sur 75 g de beurre en train de revenir ; cuire à feu doux, sous couvercle, 30 minutes. Ajouter un jarret de veau, un gros oignon coupé en quatre, deux litres d'eau, un litre de lait, six cuillerées à soupe de riz préalablement ébouillanté pendant une minute. Saler légèrement et incorporer une cuillerée à soupe de poudre de marasmes d'Oréade desséchés. Cuire à feu modéré pendant deux heures. Retirer le jarret une fois cuit et passer le potage au tamis fin. Le remettre sur feu doux. Enfin, piler une poignée de noisettes épluchées et 75 g de beurre. Passer cette pommade, au tamis fin métallique, dans une soupière chaude ; ajouter trois jaunes d'œuf, 125 g de crème fraîche. Verser le potage dessus en fouettant vigoureusement. Servir très chaud. »

POTAGES-PURÉES

potage Condé
Cuire des haricots rouges en les salant très peu et les réduire en fine purée. Ajouter suffisamment de bouillon de volaille pour obtenir un potage fluide. Lier de beurre frais et servir brûlant, avec éventuellement des petits croûtons frits au beurre ou à l'huile.

potage Crécy
Gratter 500 g de carottes très tendres, les couper en fines rondelles et les faire fondre avec 50 g de beurre. Ajouter 2 cuillerées à soupe rases d'oignon émincé, 1 pincée de sel et 1/2 cuillerée à café de sucre. Mouiller de 1 litre de consommé de bœuf ou de volaille, porter à ébullition et ajouter 100 g de riz. Laisser mijoter 20 min à couvert. Passer au moulin à légumes, puis au tamis ou à l'étamine. Ajouter quelques cuillerées de consommé. Chauffer et ajouter 30 g de beurre. Servir avec des croûtons frits au beurre.

potage Du Barry
Cuire 1 chou-fleur à l'eau bouillante salée, le passer au mixeur. Lui ajouter le quart de son poids de purée de pomme de terre. Délayer le mélange avec du consommé ou du lait jusqu'à consistance onctueuse. Ajouter 2 dl de crème fraîche et éventuellement un peu de beurre, rectifier l'assaisonnement et parsemer de persil ciselé.

potage Longchamp
Tailler de l'oseille en fine chiffonnade et la faire étuver au beurre à couvert. En mettre 3 cuillerées à soupe dans 1 litre de purée de pois frais. Ajouter 1/2 litre de consommé au vermicelle et bien mélanger. Réchauffer et parsemer de pluches de cerfeuil.

potage à la paysanne
Éplucher et couper en gros dés 200 g de carottes, 100 g de navets, 75 g de blanc de poireau, 1 oignon et 2 branches de céleri. Faire étuver ces légumes dans une cocotte, à couvert, avec 40 g de beurre. Mouiller de 1,5 litre d'eau et porter à ébullition. Blanchir 100 g de chou taillé en petits cubes, le rafraîchir, l'égoutter et l'ajouter dans la cocotte. Laisser mijoter 1 heure, puis ajouter 100 g de pommes de terre taillées en dés et 1 tasse de petits pois frais. Poursuivre la cuisson 25 min. Sécher du pain au four. Au moment de servir, ajouter 30 g de beurre, parsemer de cerfeuil ciselé et présenter avec le pain séché.

potage-purée de céleri
Effiler 500 g de côtes de céleri-branche ; les émincer et les faire étuver avec 50 g de beurre. Réduire le céleri en purée, le verser dans une casserole, ajouter 1,75 litre de bouillon de volaille et 250 g de pommes de terre farineuses coupées en quartiers. Porter à ébullition et cuire 30 min. Passer au presse-purée, puis délayer avec du bouillon pour obtenir la consistance désirée. Rectifier l'assaisonnement. Au moment de servir, incorporer 50 g de beurre en petits morceaux.

potage-purée soissonnais
Faire tremper 12 heures au moins à l'eau froide 350 g de haricots blancs secs. Les mettre dans une casserole avec 1,5 litre d'eau froide et porter à ébullition. Ajouter 1 oignon piqué de 2 clous de girofle, 1 carotte épluchée et coupée en dés, 1 bouquet garni et 75 g de poitrine de porc demi-sel blanchie, coupée en dés et rissolée au beurre. Couvrir, porter à ébullition et cuire jusqu'à ce que les haricots s'écrasent facilement. Retirer le bouquet garni et l'oignon ; passer au moulin à légumes en ajoutant la cuisson. Remettre la purée dans la casserole, allonger éventuellement de bouillon ou de consommé, rectifier l'assaisonnement et porter à ébullition. Ajouter, en fouettant, 50 g de beurre. Présenter en même temps des petits croûtons frits au beurre.

potage-purée de tomate
Peler 50 g d'oignons et les émincer. Les faire suer avec 30 g de beurre ; ajouter 750 g de tomates pelées, 1 gousse d'ail écrasée, 1 petit bouquet garni, du sel et du poivre. Faire mijoter 20 min, puis ajouter 100 g de riz et remuer. Mouiller avec 1,5 litre de bouillon très chaud, mélanger, couvrir et cuire 20 min. Retirer le bouquet garni. Réduire le tout en purée dans un appareil électrique, puis remettre dans la casserole et ajouter en fouettant 50 g de beurre coupé en petits morceaux. Parsemer de persil ou de basilic ciselé. Servir avec des petits croûtons frottés à l'ail et frits à l'huile d'olive.

potage Saint-Germain
Mettre dans une casserole 750 g de petits pois frais écossés, 1 cœur de laitue, 12 oignons nouveaux, 1 bouquet garni enrichi de cerfeuil, 50 g de beurre, 9 g de sel et 1 cuillerée à soupe de sucre semoule. Ajouter 1 tasse d'eau froide, porter à ébullition et laisser mijoter de 30 à 35 min. Retirer le bouquet garni et passer au tamis, puis au chinois. Délayer avec un peu de consommé ou d'eau chaude pour obtenir la consistance désirée et réchauffer. Ajouter 25 g de beurre en fouettant et parsemer de fines herbes ciselées.

potage Solferino

Émincer et faire étuver 15 min 100 g de blancs de poireau et 100 g de carottes avec 30 g de beurre. Lever avec une cuillère parisienne une vingtaine de boules dans de grosses pommes de terre, les plonger dans de l'eau bouillante salée et les cuire 15 min sans qu'elles se défassent. Les réserver. Peler 750 g de tomates, les épépiner et les concasser. Ajouter cette pulpe aux légumes étuvés, avec 1 bouquet garni et 1 gousse d'ail. Saler, poivrer et laisser mijoter 15 min à couvert, puis mouiller avec 1,5 litre de bouillon ; ajouter 250 g de pommes de terre épluchées et coupées en morceaux. Cuire 30 min. Retirer le bouquet garni, passer les légumes et la cuisson au moulin. Allonger éventuellement avec un peu de bouillon, réchauffer, ajouter hors du feu en fouettant 60 à 80 g de beurre en petits morceaux, puis les boules de pommes de terre. Au moment de servir, parsemer de pluches de cerfeuil.

POTAGE TAILLÉ

potage froid de betterave

Bien laver 1 kg de petites betteraves crues et les cuire doucement à l'eau salée ; ajouter le jus de 1 citron et laisser refroidir. Faire prendre 3 ou 4 blancs d'œuf au bain-marie, dans un petit récipient à fond plat. Laver et hacher quelques oignons nouveaux avec leur tige. Éplucher les betteraves froides et les couper en julienne fine. Détailler le blanc d'œuf ainsi que 2 cornichons à la russe en petits dés. Verser dans le bouillon de cuisson des betteraves la julienne, les dés de blanc d'œuf et de cornichon, les oignons hachés, 1 grosse pincée de sucre et de 1,5 à 2 dl de crème fraîche épaisse. Bien remuer et mettre dans le réfrigérateur. Parsemer de persil ciselé.

POTASSIUM Élément minéral qui joue un rôle indispensable dans le métabolisme des cellules de l'organisme, dans leur hydratation (à égalité avec le sodium), dans le maintien de l'automatisme cardiaque, dans l'assimilation des glucides et dans la synthèse protéique. Très répandu dans les aliments, le potassium est abondant dans les fruits et les légumes secs, ainsi que dans le chocolat. Les besoins (limités dans certains régimes pour insuffisance rénale) sont de 3 à 4 g par jour.

POT-AU-FEU Apprêt spécifiquement français, qui fournit à la fois un potage (le bouillon), de la viande bouillie (de bœuf surtout) et des légumes (raves et feuilles). Ses variantes sont aussi nombreuses que celles de la potée, du potage ou de la poule au pot, mets qui sont tous préparés dans un vaste « pot », où les ingrédients cuisent longuement ensemble dans de l'eau avec des aromates. Pour réussir un pot-au-feu, il faut plusieurs viandes de textures et de goûts différents : morceaux maigres (macreuse, bavette maigre, griffe), morceaux plus gras (plat de côtes, poitrine, tendron, flanchet) et morceaux gélatineux (jumeau, gîte, queue) ; d'épaisses tranches de jarret fourniront l'os à moelle.

■ **Préparation.** Si l'on veut privilégier la saveur et la limpidité du bouillon, on met les viandes dans l'eau froide, on porte à ébullition, puis on écume dès les premiers frémissements : le bouillon est clair et savoureux, mais la viande est plus fade. En revanche, quand on souhaite que celle-ci garde son goût, il vaut mieux la mettre dans l'eau bouillante : les sucs restent ainsi dans la viande et ne se mêlent pas au bouillon. Un pot-au-feu cuit la veille est plus savoureux.

Les légumes sont classiquement des carottes, des navets, du panais, de l'oignon, souvent clouté de girofle, des poireaux et du céleri-branche, sans oublier aromates et bouquet garni. Les pommes de terre, qui ne sont d'ailleurs pas indispensables dans les recettes les plus classiques, sont cuites à part.

Un pot-au-feu bien garni constitue un repas à lui seul. On sert d'abord le bouillon dégraissé, avec des croûtons grillés et parfois du fromage râpé, puis la moelle, sur des toasts, enfin, les viandes tranchées, entourées de leurs légumes, avec du gros sel marin, du poivre du moulin, des cornichons, du raifort râpé, des moutardes diversement aromatisées, des pickles, des petites betteraves et des oignons marinés au vinaigre, voire de la gelée de groseille, comme il est de tradition dans l'Est.

Les restes de la viande de pot-au-feu connaissent divers emplois froids ou chauds : salade de bœuf aux cornichons, aux pommes à l'huile ou à l'échalote ; miroton, ou « bouilli », saucé et gratiné ; boulettes, coquilles, croquettes, fricadelles, hachis Parmentier, etc.

clarification du bouillon de pot-au-feu → CLARIFIER

pot-au-feu

Verser 3 litres d'eau froide dans une grande casserole. Y mettre 800 g de plat de côtes, porter lentement à ébullition, en 10 min, au moins, et cuire ensuite 1 heure. Éplucher 1 oignon et le piquer de 4 clous de girofle. Écraser grossièrement 4 gousses d'ail pelées. Mettre ces aromates dans la marmite avec 800 g de gîte et 800 g de macreuse, 1 bouquet garni, 8 à 10 grains de poivre et 1 cuillerée à soupe de gros sel. Porter de nouveau à ébullition, écumer, puis baisser le feu et laisser mijoter 2 heures. Peler et laver 6 carottes, 6 navets et 3 panais. Nettoyer les blancs de 4 poireaux et 3 branches de céleri, et les tronçonner. Après 3 heures de cuisson de la viande, ajouter le céleri, les poireaux 10 min plus tard et enfin les carottes, navets et panais. Poursuivre la cuisson 1 heure. Pocher à l'eau légèrement salée 4 tronçons d'os à moelle 20 min avant la fin de la cuisson. Égoutter les viandes et les disposer dans un grand plat creux avec les légumes. Ajouter les os à moelle. Dégraisser le bouillon et le filtrer au-dessus d'une soupière. Arroser le plat de 2 cuillerées à soupe de ce liquide. Servir avec gros sel, cornichons, moutardes et pain grillé pour la moelle.

► *Pot-au-feu à la moelle et pain grillé*



POTÉE Apprêt cuit dans un pot de terre. Le mot désigne plus particulièrement un mélange de viandes (où domine le porc) et de légumes (raves et herbes, mais surtout chou et pommes de terre), cuits au bouillon et servis en plat unique.

La potée est un mets très ancien, populaire dans toutes les campagnes françaises, parfois sous diverses autres appellations (garbure, hochepot, oille, etc.), et dont on trouve l'équivalent dans pratiquement tous les pays du monde. Chaque province possède « sa » recette.

• POTÉE ALBIGEOISE. Gîte de bœuf, jarret de veau, jambon cru fumé, confit d'oie, saucisson à cuire, carottes, navets, céleri-branche, blancs de poireau, chou blanc, haricots blancs.

• POTÉE ALSACIENNE. Lard fumé, chou blanc, céleri-branche, carottes, haricots blancs, les légumes étant étuvés à la graisse d'oie avant d'être mouillés.

• POTÉE ARLÉSIENNE. Tête de porc, lard de poitrine demi-sel, poitrine de mouton, andouille, carottes, chou vert, navets, céleri-branche, haricots blancs, pommes de terre.

• POTÉE AUVERGNATE. Porc frais ou salé, petit salé, saucisses, demi-tête de porc, chou, carottes, navets.

• POTÉE BERRICHONNE. Jambonneau et saucisses, haricots rouges cuits au vin rouge.

• POTÉE BOURGUIGNONNE. Lard de poitrine, palette de porc, jarret de porc, chou pommé, carottes, navets, poireaux, pommes de terre, au printemps haricots verts et petits pois.

• POTÉE BRETONNE. Épaule d'agneau, canard, saucisses, légumes ; on prépare aussi en Bretagne une « potée de congre ».

• POTÉE CHAMPENOISE. Lard salé mi-gras, mi-maigre, porc salé, chou, carottes, navets, raves, pommes de terre, parfois saucisses ou jambon fumé, voire poule ; cette potée est dite aussi « des vendangeurs ».

• POTÉE FRANC-COMTOISE. Bœuf, lard, saucisse de Morteau, os de mouton, légumes.

• POTÉE LORRAINE. Lard maigre, filet ou palette de porc, queue de cochon, saucisson à cuire, chou vert, navets, carottes, poireaux, céleri-branche, pommes de terre, parfois lentilles.

• POTÉE MORVANDELLE. Jambon, saucisson et saucisses fumées, légumes divers.

potée lorraine

Faire dessaler une palette de porc à l'eau froide. Nettoyer 1 chou vert et le blanchir, puis le rafraîchir. Tapisser une marmite de couennes de lard dégraissées et y placer la palette de porc dessalée, 500 g de lard de poitrine frais, 1 queue de cochon crue, le chou entier, 6 carottes épluchées et fendues en deux, 6 navets épluchés, 3 poireaux (nettoyés, tronçonnés et ficelés en bottillons), 1 ou 2 branches de céleri effilées et 1 bouquet garni. Mouiller d'eau à hauteur, porter à ébullition, puis laisser mijoter 3 heures. Ajouter 45 min avant la fin de la cuisson 1 saucisson à cuire et quelques pommes de terre épluchées. Rectifier l'assaisonnement. Servir ensemble les viandes découpées et les légumes, et présenter le bouillon à part.

POTEL ET CHABOT Raison sociale d'un « traiteur à domicile » parisien, toujours en activité. La maison fut créée en 1820 par deux associés, qui rachetèrent le magasin de comestibles de Chevet. Installés à l'origine rue Vivienne, transférés aujourd'hui rue de Chaillot, ils furent les fournisseurs attitrés du gouvernement. Ils assurèrent notamment le service du lunch du baptême du prince impérial en 1856 et l'organisation du célèbre banquet des maires de France, donné dans les jardins des Tuileries en 1900 par le président Loubet.

POTERIE À FEU Céramique destinée à la cuisson faite d'une pâte d'argile et de sable, additionnée de craie et de chamotte (terre déjà cuite et broyée), façonnée au tour, séchée et cuite à température élevée.

POTIRON Plante potagère de la famille des cucurbitacées, ronde et côtelée, aplatie aux deux pôles, à la pulpe jaune ou orangée sous une écorce jaune, orange ou verte ; il en existe plusieurs variétés, dont une qui peut peser jusqu'à 100 kg. Le potiron – potiron vert d'Espagne, potiron rouge vif d'Étampes (très gros, à chair épaisse), potiron bronze de Montlhéry (côtelé, brun verdâtre), jaune gros de Paris, nicaise... –, se récolte d'octobre à décembre et se conserve tout l'hiver ; peu énergétique (31 Kcal pour 100 g), très riche en eau, il contient du potassium.

■ **Emplois.** On achète le potiron (de préférence petit) en tranches, qui doivent être bien juteuses et de teinte franche ; il se conserve alors peu de temps. La chair, débarrassée de ses graines et de ses filaments, se consomme cuite, généralement en soupe, en gratin ou en purée ; on en garnit aussi des tartes, notamment dans le Nord, où la tarte « à la citrouille », mélangée d'oignon, est aussi populaire qu'aux États-Unis.

En cuisine, le potiron est parfois appelé « citrouille », alors que la véritable citrouille (voir ce mot), jaunâtre parfois panaché de vert, est un aliment de bétail.

chapon poché et rôti au gratin de potiron → CHAPON
gâteau au potiron d'Halloween → GÂTEAU
gratin de potiron à la provençale → GRATIN

RECETTE D'ALAIN PASSARD

potiron sauté à cru aux épices

« Dans une poêle, faire fondre 40 min, avec 50 g de beurre salé et 1 cuillerée à soupe de miel liquide, 4 croissants de potiron frais de 200 g chacun, jusqu'à ce qu'ils soient blonds. En fin de cuisson, les parsemer de 1/4 de cuillerée à café de quatre-épices, 1/4 de cuillerée à café de curry, 1 zeste haché de mandarine non traitée, 1/2 cuillerée à soupe de menthe fraîche hachée, le jus de 1/2 citron vert et un peu de fleur de sel. Servir brûlant autour d'une volaille ou d'un ris de veau. »

soupe de potiron → SOUPE
timbale de sandre aux écrevisses et mousseline de potiron → TIMBALE

POTJEVLESCH Spécialité flamande, très réputée dans les environs de Dunkerque. C'est une terrine préparée avec trois viandes (veau, lard et lapin), auxquelles on ajoute parfois des pieds de veau.

RECETTE DE GHISLAINE ARABIAN,
PAVILLON *LE DOYEN*, À PARIS

potjevlesch

« Parer et désosser 200 g d'échine de porc, 200 g de chair de lapin, 200 g de chair de poulet et 200 g de jarret de veau ; les détailler en morceaux de 5 x 2 cm. Éplucher et monder 5 grosses gousses d'ail. Détailler 1 branche de céleri en petits morceaux. Ajouter 3 branches de thym, 1/4 de feuille de laurier, 20 g de baies de genièvre et 75 cl de bière de garde. Dans un plat creux, disposer harmonieusement les morceaux de viande et les couvrir de cette marinade. Les laisser macérer 24 heures au frais. Faire bien ramollir 3 feuilles de gélatine dans de l'eau froide. Étaler dans une terrine moyenne 3 couches de viande en les séparant par 1 feuille de gélatine et en terminant par 1 feuille de gélatine. Arroser de la marinade passée au chinois. Fermer très hermétiquement la terrine en lutant le couvercle. Cuire 3 heures au four préchauffé à 150 °C. Laisser refroidir et reposer à température ambiante. Disposer sur chaque assiette une tranche de potjevlesch et la garnir de fines herbes. Accompagner d'une confiture d'oignon, d'un chutney de rhubarbe ou encore d'une salade d'herbes. »

POTTED CHAR Conserve de poisson réputée en Grande-Bretagne, où elle est servie notamment au breakfast. La chair de poisson (traditionnellement de l'ombre commun), cuite et réduite en purée avec des aromates, est mise en petits pots sous une couche de beurre clarifié ; le potted char se conserve très bien.

Les *potted shrimps* sont des crevettes grises revenues au beurre épicé de poivre et de muscade, mises en petits pots et recouvertes de beurre clarifié ; elles sont servies avec des toasts chauds.

POUCE-PIED Crustacé qui vit sur les rochers, fixé par un pédoncule long d'environ 5 cm, et dont le tégument ressemble à une peau de lézard. On en voit rarement sur les marchés, car il est difficile à pêcher.

Le pouce-pied se cuit vingt minutes au court-bouillon, mais seul le cylindre orangé constitué par l'ovaire est consommable ; il est très apprécié, accompagné d'une vinaigrette, en Bretagne, sur la côte basque et en Espagne.

POUDRER Parsemer la surface d'une préparation ou d'un mets avec une substance poudreuse (sel, sucre semoule, sucre glace ou farine) ou un élément pilé, haché, ciselé ou râpé. On poudre également de farine les moules à pâtisserie ou le plan de travail (voir SINGER).

POUILLY-FUISSÉ Vin AOC blanc, séveux et aromatique, produit dans quatre communes du Mâconnais à partir de cépage chardonnay (voir BOURGOGNE).

POUILLY-FUMÉ Vin AOC blanc du Val de Loire, ferme et aromatique, produit à Pouilly-sur-Loire avec le seul cépage sauvignon (voir LOIRE).

POUILLY-SUR-LOIRE Vin AOC blanc sec produit en face de Sancerre, à Pouilly-sur-Loire, commune surtout réputé pour son pouilly-fumé (voir ce mot).

POULAMON Petit poisson de la famille des gadidés, qui vit en mer mais qui, au Québec, remonte en hiver le cours du Saint-Laurent pour frayer. Ce moment est l'occasion de fêtes populaires, notamment à Sainte-Anne-de-la-Pérade : dès que la glace est prise, on érige des centaines de petites cabanes sur la rivière pour pêcher le poulamon, aussi appelé « petit poisson des chenaux ». Le poulamon s'apprête surtout en friture.

POULARD (ANNETTE BOUTISUT, DITE « LA MÈRE ») Restauratrice (Nevers 1851 - Mont-Saint-Michel 1931). Femme de chambre d'Édouard Corroyer, architecte des Monuments historiques, elle accompagna son maître lorsqu'il fut chargé de la restauration de l'abbaye du Mont-Saint-Michel. Elle épousa alors Victor Poulard, le fils du boulanger local, et le couple prit en gérance l'hôtel-restaurant de *la Tête d'Or*. C'est « l'omelette de la mère Poulard », qu'elle proposait à toute heure, qui fit surtout sa réputation. On a souvent tenté de percer le secret de cette célèbre omelette : poêle à long manche placée sur un feu de bois très vif, qualité des œufs et du beurre, quantité de beurre, verre de crème dans les œufs, cuisson très vive et rapide, proportions de blancs en neige dans l'appareil.

POULARDE Jeune poule engraissée en cage (dite « épinette »), et dans la pénombre pour qu'elle ne parvienne pas à la maturité sexuelle (voir tableau des volailles page 1108). Ce procédé permet d'obtenir, à partir de races « lourdes » (Bresse, Le Mans), des sujets à chair tendre et bien blanche, de goût très fin, avec une couverture de graisse. Comme le chapon, la « vraie » poularde est assez rare, mais on appelle souvent poularde un poulet, mâle ou femelle, pesant plus de 1,8 kg. Certains éleveurs bressans produisent cependant des poulardes selon la tradition : nourries au maïs, aux céréales et au lait, celles-ci vivent en liberté avant d'être engraissées et peuvent bénéficier d'une appellation d'origine contrôlée (AOC).

■ **Emplois.** En cuisine, la poularde est généralement rôtie, braisée, poêlée ou pochée, et non sautée ou grillée – ce qui ferait fondre toute sa graisse.

Elle s'apprête souvent avec truffe et foie gras, et se sert chaude ou froide. Cette volaille est une pièce de belle apparence, préparée à l'occasion de fêtes. On évite de trop la mouiller dans les braisés ; quand on la poche, c'est dans un fond blanc ou un bouillon aromatique. Le foie s'apprête parfois séparément ; le gésier, le cou, la tête et les pattes permettent de préparer un bouillon.

ballottine de poularde à brun, ballottine de poularde en chaud-froid → BALLOTTINE
fricassée de poularde cardinal La Balue → FRICASSÉE

RECETTE DU RESTAURANT
JEAN-PAUL JEUNET, À ARBOIS

gigot de poularde au vin jaune et morilles

« Faire tremper 100 g de morilles sèches 1 heure dans l'eau froide. Les laver ensuite à l'eau courante plusieurs fois. Les mettre dans de l'eau bouillante salée et les cuire 15 min à petits bouillons. Bien les égoutter et réserver. Découper à cru les cuisses, les ailes et les blancs d'une poularde de 1,4 kg. Les désosser et les assaisonner. Préparer une farce avec 200 g de blanc, 1 poignée de morilles, 2 cuillerées à soupe de crème fraîche et 1/2 échalote hachée. Saler, poivrer et passer au mixeur. Farcir les 4 morceaux de poularde, les rouler et les ficeler. Les faire revenir dans une sauteuse avec 50 g de beurre, sans coloration. Couvrir et mettre 15 min au four préchauffé à 150 °C. Sortir la sauteuse du four, déglacer avec 25 cl de vin jaune, ajouter le reste des morilles, 50 cl de crème fraîche et 1/2 échalote ciselée. Laisser réduire 10 min sur feu très doux. Retirer les morceaux de poularde pour faire épaissir la sauce. Les déficeler et les servir entiers dans la sauteuse, ou tranchés sur des assiettes. Napper de la sauce et accompagner de 150 g de riz (basmati, thaï ou de Camargue) additionné de 1 cuillerée à soupe d'herbes hachées et de 50 g de beurre. »

poularde d'Albufera

Cuire à moitié du riz dans un fond blanc, y ajouter un salpicon de truffe et de foie gras. En farcir une poularde et la faire pocher dans le fond blanc. La dresser sur un plat, entourée d'une garniture d'Albufera (langue écarlate, ris de veau escalopé et sauté, et champignons). Napper de sauce d'Albufera.

poularde au blanc (dite « poule au blanc »)

Pocher une poularde dans un fond blanc pendant 1 h 15 à 1 h 45 : les membres doivent pouvoir se détacher à la main. Faire réduire un bol de la cuisson. L'ajouter au même volume de sauce allemande. En napper la poularde et la servir brûlante avec du riz à l'indienne et des carottes cuites au bouillon.

poularde au céleri

Cuire une poularde 45 min au beurre dans une cocotte. Effiler des côtes de céleri, les tailler en grosse julienne, les blanchir 3 min, les rafraîchir et les égoutter. Mettre cette julienne dans la cocotte et poursuivre la cuisson 15 min. Dresser la poularde dans un plat de service chaud, la napper de son jus de cuisson passé, l'entourer de la julienne de céleri ; parsemer celle-ci de persil ciselé.

poularde à la chantilly

Cuire du riz à blanc (il en faut un petit bol), y ajouter des pelures de truffe et des dés de foie gras. En farcir la poularde, coudre l'ouverture avec de la ficelle de cuisine et faire revenir la volaille en cocotte, au beurre, sans la laisser colorer. Saler, poivrer, couvrir et poursuivre la cuisson 1 heure. Faire étuver des truffes dans du porto et dorer au beurre des escalopes de foie gras. Égoutter la poularde, la dresser dans un plat de service et la tenir au chaud, entourée des truffes et du foie gras. Ajouter au jus de cuisson du velouté de volaille, faire réduire de moitié et incorporer quelques cuillerées de crème fouettée. Napper la poularde avec cette sauce.

poularde Clamart

Trousser une poularde et la cuire à moitié au beurre dans une cocotte. Cuire à la française, également à moitié, 1 litre de petits pois. Les verser autour de la poularde, couvrir et terminer la cuisson au four préchauffé à 225 °C.

RECETTE D'ALAIN CHAPEL

poularde à la crème et aux morilles

« Faire chauffer 5 cuillerées à soupe de beurre dans une sauteuse et y faire revenir vivement, à blanc, une poularde de Bresse coupée à cru en 8 morceaux. Quand ils sont raidis, mais non colorés, mouiller avec 1/2 litre de vin blanc sec et faire réduire presque à sec. Ajouter 1 kg de morilles fraîches soigneusement nettoyées, lavées, épongées et essuyées ; mouiller de 1 litre de crème très épaisse et faire cuire doucement 35 min. Retirer les morceaux de volaille et les morilles, les dresser dans un plat de service chaud. Faire réduire la cuisson à 1/2 litre de liquide. Lier avec 1 jaune d'œuf en battant au fouet et en chauffant, sans laisser bouillir. Napper la volaille de cette sauce. »

RECETTE DE PHILIPPE ROSTANG,
LA BONNE AUBERGE, À ANTIBES

poularde dauphinoise

« Truffer une belle poularde de Bresse. La saler et la poivrer intérieurement, puis la farcir avec son foie et 100 g de foie gras taillés en salpicon, additionnés d'un peu de truffe hachée. Brider la volaille et l'introduire dans une vessie, la saler et la poivrer légèrement, ajouter 1/2 dl de cognac et autant de madère, puis la fermer hermétiquement. Préparer un fond de volaille avec les abattis, le verser dans une marmite, ajouter la poularde en vessie et porter à ébullition ; laisser cuire 45 min. Retirer la vessie en veillant à ne pas la percer. La déficeler et en extraire la poularde en recueillant la cuisson dans un bol. Sortir la farce de la poularde et la passer au tamis. Découper la poularde et la dresser dans un plat chaud. Lier la cuisson avec la farce tamisée et la servir à part, dans une saucière. »

poularde Demidof
Garnir une poularde d'un mélange composé d'un tiers de farce à quenelle et de deux tiers de farce à gratin. Préparer une matignon très épaisse avec 125 g de rouge de carotte, 50 g de céleri, 25 g d'oignon émincé, 1/2 feuille de laurier, 1 brindille de thym, 1 pincée de sel et 1 pincée de sucre. Faire fondre ces légumes au beurre, les mouiller de 1 dl de madère et réduire à sec. Mettre la poularde au four, la laisser dorer ; la masquer ensuite avec la matignon, puis l'envelopper de crépine de porc, la ficeler et la braiser. La dresser sur le plat de service, l'entourer de fonds d'artichaut étuvés au beurre, garnis d'une fondue de légumes.

poularde à l'estragon
Nettoyer une poularde et la garnir d'estragon. La brider en entrée, la frotter légèrement avec un demi-citron et la barder finement sur la poitrine et le dos. La ficeler, la mettre dans une cocotte et la mouiller, juste à hauteur, d'un fond blanc additionné d'un petit bouquet d'estragon ; couvrir, porter à ébullition, puis cuire 1 heure. Égoutter la poularde, la débrider, retirer les bardes et l'estragon. La décorer de feuilles d'estragon blanchies et la dresser, au chaud, dans le plat de service. Lier le jus de cuisson avec un peu d'arrow-root ou de beurre manié ; passer et ajouter 2 cuillerées à soupe d'estragon frais ciselé. Verser un peu de cette sauce sur la poularde et servir le reste en saucière.

poularde en gelée au champagne
Saler et poivrer l'intérieur et l'extérieur d'une poularde de 1,750 kg et la dorer au beurre dans une cocotte. Ajouter une garniture aromatique de légumes coupée en petits dés et 1 bouquet garni. Couvrir la cocotte et la mettre 45 min dans le four préchauffé à 225 °C, en retournant la poularde pour qu'elle cuise de tous les côtés. Ôter le couvercle, ajouter 1/2 bouteille de champagne, mélanger et terminer la cuisson à découvert. Préparer de la gelée liquide avec de la poudre instantanée et le reste du champagne. Passer le jus de cuisson de la poularde et l'ajouter à la gelée. Laisser refroidir complètement la volaille, puis la découper et disposer les morceaux dans le plat de service. Napper de gelée encore sirupeuse en laissant prendre dans le réfrigérateur entre deux applications.

poularde Nantua
Pocher une poularde dans un fond blanc. Préparer des barquettes cuites à blanc, un ragoût de queues d'écrevisse et du beurre d'écrevisse. Faire une sauce suprême avec le fond de cuisson de la poularde et l'incorporer au beurre d'écrevisse (1 cuillerée à soupe de beurre pour 2,5 dl de sauce). Garnir les barquettes de queues d'écrevisse. Dresser la poularde dans le plat de service, l'entourer des barquettes garnies et la napper de sauce suprême au beurre d'écrevisse.

poularde à la parisienne
Retirer, en haut du bréchet, l'os en fourchette d'une poularde. Farcir celle-ci de 500 g de farce à la crème ou de farce fine, la brider en entrée et la faire pocher dans un fond de veau. L'égoutter et la laisser refroidir. Lever les blancs de la poitrine. Extraire la farce de l'intérieur et la détailler en dés ; ajouter 400 g de mousse de volaille froide. Remettre cet appareil dans la poularde et bien l'arrondir pour reconstituer la poitrine de l'animal. Napper de sauce chaud-froid. Escaloper les blancs et les napper de sauce chaud-froid ; les décorer de truffe et de langue écarlate, puis les placer sur la poularde. Lustrer de gelée. Dresser sur un plat de service. Disposer de la macédoine de légumes additionnée de mayonnaise dans de petits moules à dariole ; mettre au froid, puis démouler pour décorer le plat de service, en mettant une lame de truffe sur chaque dariole. Garnir les intervalles de gelée hachée.

poularde au riz sauce suprême
Brider une poularde en entrée, puis la cuire 40 min dans un fond blanc. Blanchir 250 g de riz pendant 5 min, l'égoutter, le rafraîchir et l'égoutter à nouveau. Égoutter la poularde à demi cuite, passer le fond, puis remettre la volaille dans la cocotte ; verser le riz égoutté et mouiller avec le fond. Ajouter 30 g de beurre et poursuivre la cuisson doucement 20 min. Avec le reste de la cuisson, préparer une sauce suprême. Dresser la poularde dans un plat chaud, la napper d'un peu de sauce ; l'entourer de riz. Servir le reste de sauce à part, dans une saucière.

poularde Rossini
Cuire à blanc des tartelettes en pâte à foncer. Poêler une poularde de 1,8 kg et la dresser sur un plat de service chaud. Faire sauter au beurre 2 lames de truffe par convive. Déposer dans chaque croûte 1 escalope de foie gras et 2 lames de truffe. Napper la poularde de sa cuisson, déglacée au madère et à la demi-glace au fumet de truffe, et l'entourer des tartelettes garnies.

RECETTE DE PLUMEREY

poularde truffée à la périgourdine
« Après avoir plumé et vidé une belle poularde fine, ayez 2 livres de bonnes truffes lavées et pelées, divisez-les en morceaux pour les tourner de la taille et de la forme d'un œuf de pigeon. Conservez-en les parures et hachez-les ; ayez 1/2 livre de graisse de volaille et autant de lard frais, faites-les fondre à petit feu et passez avec pression, mettez cette graisse dans une casserole avec les truffes, sel, poivre, épices (quatre-épices), 1/2 feuille de laurier, 1 très petite branche de thym, un peu de muscade râpée, les parures de truffe hachées et laissez mijoter, à couvert, 1/4 d'heure ; retirez et laissez refroidir ; emplissez-en alors la poularde et ayez soin de brider le croupion pour en fermer l'ouverture. Mettez la poularde dans une terrine, couvrez-la des premières pellicules de truffes que vous aurez conservées ; laissez ainsi la poularde pendant 3 ou 4 jours au frais. Le jour où vous la servirez, enlevez les pellicules de truffe, que vous passerez au beurre avec 1 oignon, 1 carotte, persil en branches ; couchez la poularde sur un

attelet, couvrez-la de bardes de lard frais avec, par-dessus, les légumes et les truffes ; emballez d'un papier double huilé ; couchez sur la broche et donnez 1 heure et demie de cuisson, en arrosant souvent ; 5 min avant de servir, déballez la poularde ; donnez-lui une belle couleur ; débrochez, débridez et servez avec une sauce Périgueux. »

RECETTE DE FERNAND POINT

poularde en vessie Marius Vettard

« Flambez et videz soigneusement une poularde de Bresse de 1,7 à 1,8 kg ; laissez-la tremper dans de l'eau glacée pendant 4 heures pour lui conserver toute sa blancheur. Faites également dégorger, durant le même temps, une vessie de porc. Pilez le foie de la volaille avec 150 g de truffes fraîches, 250 g de foie gras et 1 œuf entier pour lier la farce ; salez, poivrez et ajoutez une "tombée" de fine champagne. Remplissez l'intérieur de la volaille avec cette farce et bridez-la. Introduisez la volaille dans la vessie bien rincée et essorée, en la faisant basculer de façon que l'attache se trouve sur le dos. Ajoutez deux bonnes pincées de gros sel, une pincée de poivre, un verre de madère et un verre de fine champagne. Refermez la vessie par deux attaches fortement serrées et piquez-la à deux hauteurs différentes une dizaine de fois, pour éviter l'éclatement. Laissez ensuite pocher la volaille dans un bon consommé frémissant, durant 1 h 30, et servez dans la vessie, avec des pommes de terre tournées, des carottes, des navets et des blancs de poireau (ou du riz pilaf). Ouvrez la vessie au dernier moment, en la fendant du côté du dos de la volaille. Le sommelier conseille un bourgogne léger. »

raviolis de foie gras en consommé de poularde → RAVIOLIS

POULE Femelle de divers gallinacés, notamment du coq (voir tableau des volailles page 1108), mais aussi du faisan (poule faisane) ; « poule d'Inde » est l'ancien nom de la dinde, et « poule de Numidie », celui de la pintade. Le mot « poule » désigne couramment le poulet femelle conservé pour la ponte.

La poule est abattue entre dix-huit mois et deux ans ; elle pèse alors de 2 à 3 kg. Sa chair assez ferme, un peu grasse, s'accommode le plus souvent d'une cuisson au court-bouillon, qui l'attendrit. La viande de poule « de réforme » est une bonne matière première pour la préparation de certains produits de charcuterie cuite, seule ou en mélange avec du porc.

POULE D'EAU Gibier aquatique au plumage noir, vivant près des rivières et des étangs. Autrefois, la poule d'eau avait pour principale qualité d'être considérée par l'Église catholique comme un aliment carné consommable pendant le carême. Sa chair assez sèche a une saveur médiocre, forte, à la fois mouillée et terreuse. Avant de la cuire, il faut l'écorcher et la flamber pour la déshuiler. Ensuite, on l'accommode comme le poulet chasseur, ou à la casserole, avec des lardons. Il en va de même de sa parente canadienne, la gallinule poule d'eau, dite « petite poule d'eau ».

POULE AU POT Pot-au-feu préparé avec une poule farcie et du bœuf. L'historien Jacques Bourgeat cite un texte de 1664 dans lequel Hardouin de Péréfixe, archevêque de Paris, relate une conversation entre Henri IV et le duc de Savoie, auquel le souverain aurait dit : « Si Dieu me prête encore la vie, je ferai qu'il n'y aura point de laboureur en mon royaume qui n'ait le moyen d'avoir le dimanche une poule dans son pot. »

poule au pot à la béarnaise

Préparer une farce avec 350 g de chair à saucisse fine, 200 g de jambon de Bayonne émincé, 200 g d'oignons hachés, 3 gousses d'ail écrasées, 1 petit bouquet de persil haché et 4 foies de volaille hachés. Saler, poivrer et bien travailler ces éléments pour obtenir une pâte homogène. En farcir une poule de 2 kg, recoudre soigneusement les ouvertures au cou et au croupion. Procéder ensuite comme pour la petite marmite (voir ce mot), avec la même garniture de légumes. Découper la poule en morceaux et la farce en tranches ; les servir avec les légumes.

POULET Jeune gallinacé d'élevage, mâle ou femelle, à la chair tendre, blanche ou légèrement jaune selon l'alimentation ; cette dernière détermine également la saveur de la volaille, abattue entre sept et seize semaines environ (voir tableau des volailles page 1108).

Le poulet, dont l'ancêtre fut domestiqué dans la vallée de l'Indus il y a quelque 4 500 ans, fut introduit en Grèce par les Perses. Il connut une longue éclipse au Moyen Âge (où l'on mangeait surtout des poules, des poulardes et des chapons) et ne réapparut qu'au XVI[e] siècle. Il figure aujourd'hui dans les recettes du monde entier.

■ **Critères de qualité.** En France, les poulets proviennent de souches qui diffèrent selon l'objectif de la production et le type d'élevage (artisanal ou industriel).

– Les poulets quatre quarts, à croissance très rapide, abattus très jeunes (quarante-cinq jours environ), pèsent 1 kg ; leur chair est molle, avec des os flexibles et rouges aux jointures.

– Les poulets de grain, dits « de marque », abattus entre cinquante et soixante-dix jours, sont mieux conformés, avec une chair plus ferme, et pèsent de 1,2 kg à 1,8 kg.

– Les poulets d'appellation et label, élevés « au parcours » (en semi-liberté) et non « en parquets » (enfermés) comme les précédents, sont abattus entre cent dix et cent vingt jours ; bien formés, avec une chair tendre, ferme et savoureuse, ils peuvent atteindre 2 kg.

L'un des bastions de la qualité en matière de volaille, et notamment de poulet, reste la Bresse. Pour avoir droit à l'appellation « poulet de Bresse » (sceau

tricolore et bague avec numéro d'ordre), l'animal doit appartenir à la race bressane, caractérisée par une crête rouge bien développée chez le mâle, un plumage blanc et des pattes bleues.

Son élevage est strictement réglementé : à trente-cinq jours, le poulet est lâché en liberté sur une pâture où il dispose d'au moins dix mètres carrés ; il y reste neuf semaines, puis il est mis en épinette (en cage) pendant huit à quinze jours, pour acquérir une chair bien blanche ; il est abattu à seize semaines.

C'est essentiellement son alimentation qui fait sa qualité : farine de céréales, maïs et produits laitiers, avec, en outre, les vers, les mollusques et les insectes qu'il trouve dans le sol.

Il existe aussi des poulets à label rouge (voir ce mot) : poulets blancs d'Auvergne et de Loué, poulet mayennais, poulets noirs de Challans, du Gers et de Sologne, et poulet des Landes (engraissé au maïs). Ces poulets, abattus à douze ou treize semaines, sont nourris avec 60 à 70 % de céréales, 25 % de protéines (soja, farine de luzerne) et un apport minéral ; le poulet « industriel » reçoit les mêmes aliments, mais dans des proportions différentes.

On trouve aujourd'hui de plus en plus souvent des poulets « effilés » (débarrassés des intestins, mais ayant conservé foie, gésier, cœur et poumons), ou « éviscérés » (sans les abats), ou « prêts à cuire » (totalement vidés, avec le cou tranché et les pattes coupées à l'articulation). La viande de poulet est très digeste ; peu grasse, riche en fer, elle fournit 120 Kcal pour 100 g.

■ **Choix.** Les principaux modes de cuisson du poulet sont la grillade (entier, en crapaudine ou en morceaux), la friture (morceaux panés), le pochage, le poêlage et, surtout, le rôtissage et le sauté.

Pour un rôtissage, il vaut mieux que le poulet ait un peu de graisse ; celle-ci fond à la chaleur et évite le dessèchement de la chair. S'il est cuit au four, on peut l'agrémenter de thym ou d'estragon, ou le farcir. Pour savoir s'il est à point, on le soulève : le jus qui s'écoule doit être incolore. S'il est servi froid, on l'enveloppe, encore chaud, de papier d'aluminium, pour qu'il conserve moelleux et saveur.

Pour une cuisson en cocotte, le poulet doit être dodu et bien ferme, mais pas trop gras. Sa préparation peut alors être assez corsée : à la basquaise, à l'étouffée avec des champignons, en fricassée, en matelote, en ragoût avec des légumes, etc. Le poulet s'associe très bien aussi avec l'ananas, la banane, le citron, le coing et la mangue.

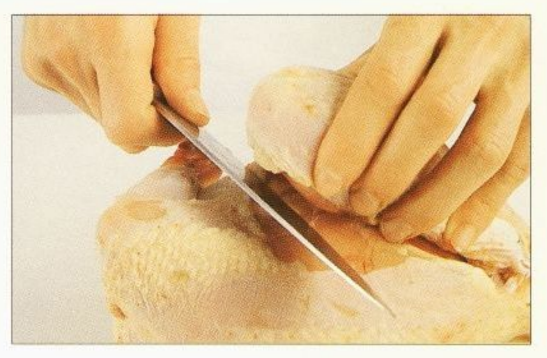
Pour une fricassée ou un sauté, deux poulets assez petits donnent davantage de morceaux « nobles ».

Pour un pochage, la volaille sera de préférence bien dodue, mais pas trop grasse ni trop jeune, car elle aurait alors tendance à réduire.

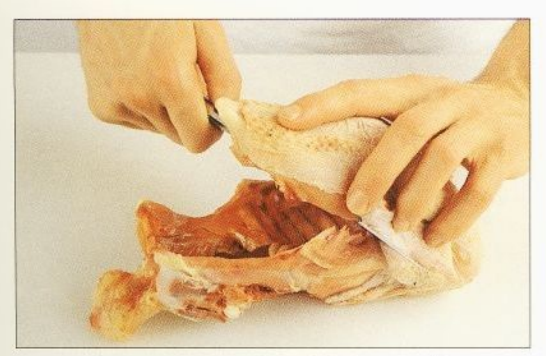
Découper un poulet à cru



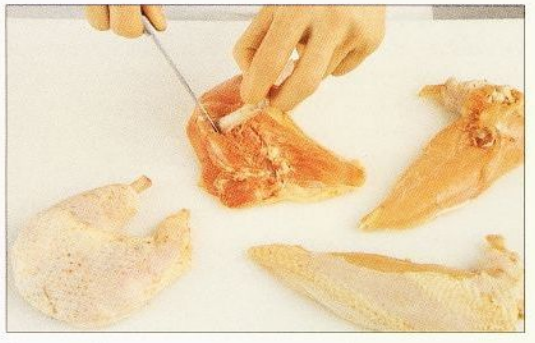
1. *Poser la volaille sur le flanc, bréchet vers soi ; en la maintenant bien, inciser la peau tout le long de la colonne vertébrale.*



2. *Dégager sensiblement la cuisse. Délimiter chaque quart de la volaille. Décoller le sot-l'y-laisse et les nerfs. Détacher la cuisse. Faire de même avec l'autre cuisse.*



3. *Manchonner. Maintenir les ailes le long des blancs. Découper les os des côtes en partant de la pointe du bréchet. Ôter celui-ci, puis séparer les deux ailes.*



4. *Retirer les petits os et les morceaux de peau arrachés. Manchonner les pilons. Les morceaux de poulet sont prêts pour la cuisson.*

■ **Apprêts.** Les apprêts du poulet les plus variés sont les sautés, du plus simple au plus raffiné, mais on le prépare également en ballottine, en barbouille, à la bourgeoise, en capilotade, en chaud-froid, à la diable ou au sang ; on confectionne avec sa chair des côtelettes composées, des crépinettes, des cromesquis, des fritots, des mousses ou des pâtés ; enfin, avec ses abattis, on fait des bouillons ou des consommés, et, avec son foie, des brochettes, des garnitures de pilaf ou des terrines.

poulet : préparation

Fendre la peau du cou sur toute la longueur, retirer la trachée et l'œsophage, en entraînant le jabot ; laisser le cou ou le sectionner à la base, sans couper la peau. Inciser le croupion et retirer l'intestin, le gésier, le foie, le cœur et les poumons. Enlever tout de suite le fiel du foie. Fendre le gésier du côté bombé et retirer la poche à grains. Passer le poulet à la flamme pour éliminer tous les duvets et les picots restants. Remettre ou non, selon le goût, les abats nettoyés à l'intérieur. Trancher l'extrémité des ailerons et replier à l'envers sous chaque aile le reste de l'aileron. Couper les pattes à la jointure du pilon. Rabattre le cou (s'il est entier) sous une aile ou rabattre la peau du cou sur la poitrine. Brider enfin le poulet.

cari de poulet → CARI
chicken-pie → PIE
jambalaya de poulet → JAMBALAYA
maïs en soso aux abattis de poulet → MAÏS

poulet en barbouille

Récupérer le sang d'un poulet et lui ajouter un peu de vinaigre pour l'empêcher de coaguler. Couper la volaille en quatre. Faire raidir les morceaux avec 10 cl d'huile d'arachide dans une cocotte, puis les égoutter. Dorer dans la même huile des lardons et des petits oignons épluchés, puis les égoutter. Nettoyer des champignons, les couper en quatre, les jeter dans la cocotte et les cuire à feu vif jusqu'à ce qu'ils ne rendent plus d'eau de végétation. Ajouter les lardons et les oignons, parsemer de farine, remuer et mouiller avec 2 dl de vin rouge ; saler et poivrer. Porter à ébullition, puis baisser le feu et ajouter 1 gousse d'ail écrasée, 1 bouquet garni et les morceaux de poulet ; mouiller de suffisamment d'eau chaude pour que les morceaux de poulet soient recouverts. Couvrir la cocotte et cuire doucement 1 heure. Délayer le sang avec un peu de la sauce du poulet, le verser dans la cocotte et remuer pour lier la sauce. Rectifier l'assaisonnement et servir dans un plat creux.

poulet à la bière

Découper un poulet de 1,250 kg et dorer les morceaux au beurre dans une cocotte, de tous les côtés. Ajouter 2 échalotes épluchées et hachées et faire blondir. Verser 5 cl de genièvre et flamber. Ajouter 4 dl de bière, 1/2 dl de crème fraîche, 1 bouquet garni, du sel et un peu de poivre de Cayenne. Couvrir et laisser mijoter. Nettoyer et émincer 250 g de champignons et les ajouter dans la cocotte. Après 45 min de cuisson, égoutter les morceaux de volaille, les dresser sur un plat de service et les tenir au chaud. Retirer le bouquet garni, ajouter 1/2 dl de crème fraîche et faire réduire de moitié. Délayer 1 jaune d'œuf avec un peu de sauce, le verser dans le récipient et fouetter vivement. Verser la sauce sur le poulet et parsemer de persil ciselé.

poulet au citron

Découper un poulet en morceaux. Presser 2 citrons. Ajouter au jus du sel, du poivre et un soupçon de poivre de Cayenne. Faire macérer 1 heure au moins les morceaux de volaille dans ce jus, puis les égoutter, les éponger et les dorer au beurre dans une cocotte. Réduire le feu, parsemer le poulet de thym émietté, couvrir et cuire doucement 30 min. Égoutter les morceaux de poulet et les tenir au chaud. Verser dans la cocotte leur jus de macération et 1 dl de crème fraîche épaisse. Bien remuer cette sauce et la chauffer, toujours en remuant, pour la faire épaissir ; en rectifier l'assaisonnement et en napper le poulet.

poulet créole à l'ananas et au rhum

Flamber un gros poulet ; saler et poivrer l'intérieur et l'extérieur. Le dorer dans une cocotte avec de la graisse de volaille et le poudrer d'une pincée de gingembre et de poivre de Cayenne. Hacher 2 gros oignons et 1 échalote, et les faire fondre autour du poulet. Arroser celui-ci de 5 cl de rhum et flamber. Verser 3 cuillerées à soupe de sirop d'ananas et 1 cuillerée à soupe de jus de citron. Couvrir et cuire 45 min. Couper 6 tranches d'ananas en dés et les ajouter. Saler, poivrer et poursuivre la cuisson 10 min.

RECETTE DE ROGER VERGÉ

poulet en croûte de sel

« Mélanger dans une terrine 1 kg de farine, 500 g de gros sel et 5 dl d'eau froide. Pétrir ce mélange et l'étaler sur une planche. Saler et poivrer l'intérieur d'un poulet, y glisser 1 branche de romarin, 1 feuille de laurier, son foie et les foies de deux autres poulets. Poser le poulet sur la pâte, l'enrober hermétiquement, l'enfourner, sur une plaque, à 180 °C et le faire cuire 1 heure 30. Briser alors la croûte très dure, en sortir le poulet et le découper. Le servir tel quel, avec une salade à l'huile de noix. »

poulet farci à la vapeur, ragoût de brocolis

Éplucher 100 g de carottes, 100 g de navets. Les tailler en brunoise, en même temps que 100 g de courgettes avec leur peau, et les cuire à l'eau bouillante, séparément, en les tenant fermes. Les égoutter soigneusement. Braiser à brun 500 g de ris de veau et les couper en petits dés. Passer le fond de braisage et le faire réduire du quart. En verser 1 dl sur les ris de veau et

▶

Poulet farci à la vapeur, ragoût de brocolis



la brunoise. Aplatir largement entre 2 feuilles de film alimentaire, à l'aide d'un couteau large et plat, 4 blancs de volaille. Les poivrer, déposer au centre un peu de ris de veau et de légumes, et les rouler sur eux-mêmes en petit cylindre. Les enrouler séparément dans du film alimentaire et les cuire 20 min à la vapeur. Cuire 600 g de brocolis quelques minutes à l'eau salée. Faire revenir dans 20 g de beurre 1 oignon ciselé, 150 g de poitrine de porc fumée coupée en lardons, puis les brocolis, saler, poivrer et réserver au chaud. Sortir de leur film les blancs et les couper en biais dans la longueur. Dresser au centre des assiettes 2 demi-blancs de volaille, napper du fond de braisage et disposer tout autour le ragoût de brocolis au lard fumé. (Voir photographie page 857.)

poulet frit Maryland

Découper à cru un poulet et plonger les morceaux dans du lait froid. Les égoutter, les fariner et les frire. Dès qu'ils sont dorés, les mettre dans un plat à rôtir et terminer la cuisson au four préchauffé à 140 °C. Mettre à bouillir la carcasse et les abattis, avec de l'ail et de l'oignon, dans un peu de bouillon et de lait. Laisser mijoter quelques minutes, puis passer la cuisson au tamis et la verser sur les morceaux de poulet frits. Garnir de tranches frites de bacon et servir avec des épis de maïs grillés.

RECETTE DE GEORGES POUVEL

poulet grillé à l'américaine sauce diable

« Trousser un poulet en entrée ; le fendre par le dos le long de la colonne vertébrale et retirer celle-ci. Ôter le bréchet ainsi que la cage thoracique et aplatir la volaille. L'assaisonner de sel et de poivre, puis la graisser légèrement et quadriller les deux faces sur le gril, en commençant par le côté peau. Avec les os et les abattis, préparer un fond brun lié et tomaté. Faire réduire à sec un mélange d'échalote hachée, de poivre mignonnette, de vin blanc et de deux fois moins de vinaigre. Ajouter à cette réduction le fond brun et cuire 10 min, puis passer au chinois étamine. Placer le poulet dans une plaque à rôtir et le cuire de 20 à 25 min au four préchauffé à 200 °C. Le sortir et l'enduire de moutarde additionnée d'une pointe de poivre de Cayenne, puis le saupoudrer de mie de pain. Arroser de beurre fondu et faire colorer 10 min au four. Hors du feu, monter la sauce au beurre. Au dernier moment, lui ajouter du cerfeuil et de l'estragon hachés. Servir avec des tranches de bacon, des tomates et des têtes de champignon, grillées, des pommes paille et un bouquet de cresson. »

poulet grillé à la tyrolienne

Préparer en crapaudine un poulet de 1 kg ; le saler, le poivrer, le badigeonner d'huile aromatisée et le griller de 25 à 30 min. Peler 2 gros oignons, les couper en rondelles ; défaire celles-ci en anneaux, les fariner et les frire à l'huile à 180 °C. Couper en quartiers 4 tomates moyennes, les épépiner et les faire fondre dans 30 g de beurre. Dresser le poulet grillé sur un plat chaud, entouré des oignons et de la fondue de tomate salée, poivrée, et éventuellement agrémentée de persil.

poulet sauté à blanc

Découper un poulet à cru, en quatre s'il est petit, ou en séparant les membres et les morceaux de poitrine s'il est plus gros. Saler et poivrer les morceaux. Chauffer de 30 à 40 g de beurre dans un plat à sauter ou dans une cocotte et y mettre à raidir, sans coloration, les cuisses, plus longues à cuire, puis les ailes et les morceaux de poitrine, plus tendres. Couvrir et laisser mijoter 40 min. Faire couler le beurre de cuisson hors du récipient et déglacer avec du mouillement.

poulet sauté à la bohémienne

Poudrer de paprika un poulet moyen, le faire sauter à l'huile, à brun, dans une cocotte. Couper 4 beaux poivrons en grosse julienne. Peler 2 tomates et les couper en tranches épaisses. Éplucher 1 oignon, le couper en petits dés, puis blanchir ceux-ci. Hacher du fenouil (une cuillerée à soupe rase). Après 20 min de cuisson, ajouter les légumes avec une pointe d'ail râpé. Déglacer la cocotte avec 1 dl de vin blanc ; mouiller de 1/2 dl de fond de veau lié ou de bouillon bien réduit ; ajouter enfin un filet de jus de citron. Napper le poulet de sa sauce et l'accompagner de riz à l'indienne.

RECETTE DE MONT-BRY

poulet sauté Boivin

« Faire sauter un poulet à brun ; à mi-cuisson, ajouter des oignons nouveaux revenus au beurre, des quartiers d'artichaut blanchis et des petites pommes de terre nouvelles. Achever la cuisson, puis dresser dans le plat de service le poulet et sa garniture égouttés. Déglacer le récipient avec du bouillon de pot-au-feu, de la glace de viande et un peu de jus de citron. Ajouter du beurre, en fouettant. Napper le poulet de cette sauce. »

poulet sauté à brun

Procéder comme pour la cuisson à blanc, mais en faisant colorer les morceaux sur tous les côtés, à feu vif. Terminer la cuisson à couvert, en retirant d'abord les ailes et les morceaux de poitrine. Dégraisser le plat, puis ajouter la sauce choisie, et réchauffer la volaille.

poulet sauté chasseur

Dorer un poulet entier dans une cocotte avec de l'huile et du beurre. Saler, poivrer, couvrir et cuire 35 min. Ajouter alors 150 g de champignons crus émincés (de couche ou sauvages) et poursuivre la cuisson 10 min. Égoutter le poulet et le tenir au chaud. Faire revenir dans la cocotte 1 ou 2 échalotes hachées, ajouter 1 dl de vin blanc et 1 cuillerée à soupe de sauce tomate bien réduite ; faire réduire de moitié. Ajouter 1 petit verre à liqueur de marc et 1 cuillerée à soupe d'estragon haché. Porter à ébullition, puis napper le poulet de cette sauce. Parsemer de persil ciselé et servir brûlant.

RECETTE DE JEAN DUCLOUX

poulet sauté aux gousses d'ail en chemise

« Coupez en 8 morceaux un poulet de 1,5 kg. Faites chauffer dans un plat à sauter un bon morceau de beurre. Mettez-y le poulet assaisonné de sel et de poivre et 6 gousses d'ail non épluchées. Faites colorer, couvert aux trois quarts, au four préchauffé à 250 °C. Disposez les morceaux dans un plat de service. Déglacez le jus de cuisson avec 10 cl de vin blanc et 2 cuillerées d'eau. Versez ce jus sur les morceaux, avec les gousses d'ail et du persil haché. »

poulet sauté aux huîtres

Faire sauter un poulet à blanc. Pocher 12 huîtres dans leur eau. Égoutter le poulet et le dresser dans un plat. Déglacer le récipient de cuisson avec 1 dl de vin blanc et l'eau des huîtres ; faire réduire de moitié et mouiller avec 1 dl de velouté de volaille. Ajouter un filet de citron, puis 40 g de beurre, en fouettant. Dresser les huîtres autour du poulet et napper de sauce.

RECETTE DE DA MATHILDE

poulet sauté aux plantains

« Dorez de tous les côtés un poulet dans une cocotte. Ajoutez 1 gros oignon émincé, 5 tomates pelées et 250 g de petits lardons. Salez et poivrez. Laissez mijoter 1 heure en arrosant de temps en temps avec 1 cuillerée d'eau. Cuisez 30 min 12 bananes plantains coupées en deux dans une casserole d'eau bouillante. Égouttez-les et mettez-les dans la cocotte. Poursuivez la cuisson 15 min. Servez très chaud. »

poulet sauté au vinaigre

Éplucher 2 carottes, 1 navet, 2 blancs de poireau, 1 branche de céleri, puis couper ces légumes en petits dés ; piquer 1 gros oignon de 2 clous de girofle. Flamber les abattis d'un poulet ainsi que deux autres abattis. Les mettre tous dans une marmite avec 1 litre d'eau froide et porter à ébullition ; ajouter les légumes, 1 bouquet garni, 4 échalotes et 2 gousses d'ail épluchées, l'oignon clouté, 1 verre de vin blanc sec, du sel, du poivre, une petite pincée de poivre de Cayenne ; laisser mijoter de 45 min à 1 heure. Chauffer 40 g de beurre dans une cocotte et y dorer 10 min le poulet coupé en 6 morceaux ; couvrir et cuire doucement 35 min. Faire réduire la cuisson des abattis de moitié au moins, la passer et y ajouter 1 verre de vinaigre. Faire réduire encore d'un tiers. Écraser en purée le foie du poulet. À la fin de la cuisson, verser la sauce au vinaigre dans la cocotte, bien remuer et cuire 5 min ; lier avec 1 cuillerée à dessert de beurre manié ; délayer la purée de foie avec 1 cuillerée de vinaigre et incorporer à la sauce, hors du feu. Servir brûlant.

soupe de poulet à l'anglaise → SOUPE
waterzoï de poulet → WATERZOÏ
yassa de poulet → YASSA

POULETTE (À LA) Se dit de divers mets accommodés d'une sauce dérivée de l'allemande par adjonction de jus de citron et de persil haché (qui accompagnait, à l'origine, une fricassée de poulet, d'où son nom) ; ces mets sont aujourd'hui souvent du poisson (anguille), des moules, des abats (pied de mouton, gras-double, cervelle), des escargots ou des champignons.

▶ Recettes : CHAMPIGNON DE PARIS, MOULE, PIED, SAUCE.

POULIGNY-SAINT-PIERRE Fromage berrichon AOC de lait de chèvre (45 % de matières grasses), à pâte molle et à croûte naturelle fine et bleutée (voir tableau des fromages français page 497). Le pouligny-saint-pierre se présente sous la forme d'une pyramide allongée (d'où son surnom de « tour Eiffel ») de 9 cm à la base. De fabrication fermière, il est parfois affiné en pot, entre des feuilles de platane, avec un peu de marc, et a une saveur prononcée.

POULPE Animal marin de la famille des octopidés, également appelé pieuvre (voir tableau des coquillages et des mollusques page 324). Le poulpe, qui peut mesurer jusqu'à 80 cm, possède une tête munie d'un bec corné et huit tentacules de taille égale, à deux rangées de ventouses. Sa chair est assez fine, mais elle doit être longuement battue, puis blanchie à l'eau bouillante, avant d'être accommodée soit comme le homard, soit frite en tronçons, ou mijotée à la provençale et servie avec du riz au safran.

poulpe à la provençale

Nettoyer un poulpe, retirer les yeux et le bec, et le faire longuement dégorger à l'eau courante. L'égoutter et le battre fortement pour attendrir la chair. Détailler les tentacules et le corps en tronçons de même longueur ; les blanchir dans un court-bouillon, les égoutter, les éponger et les faire revenir à l'huile dans une casserole, avec de l'oignon haché. Saler et poivrer ; ajouter 4 tomates pelées, épépinées et concassées. Faire mijoter quelques minutes. Mouiller avec 1/2 bouteille de vin blanc sec et autant d'eau froide. Ajouter 1 bouquet garni et 1 gousse d'ail écrasée. Cuire à couvert 1 heure au moins. Poudrer de persil ciselé et dresser en timbale.

salade de poulpe → SALADE

POUNTI Spécialité auvergnate, faite d'un hachis à base de lard, d'oignons et de bettes, lié de lait battu avec des œufs et cuit à four doux dans une cocotte graissée de saindoux.

POUPELIN Ancienne pâtisserie faite de pâte à choux dressée comme une grande gougère plate, que l'on garnissait, au moment de servir, de crème Chantilly, de crème glacée ou d'une mousse de fruit.

POUPETON Apprêt ancien de viande de boucherie ou de volaille désossée, farcie, roulée en ballottine ou en paupiettes et généralement braisée.

poupeton de dindonneau Brillat-Savarin

Préparer un dindonneau comme pour une ballottine. Le farcir d'un mélange homogène de farce fine de veau, de farce à gratin, de ris d'agneau braisé à blanc, de dés de foie gras et de truffe. Le rouler en ballottine ; l'envelopper dans une crépine de porc, puis dans une mousseline, et le ficeler. Foncer une daubière beurrée de jambon cru détaillé en dés et de rouelles de carotte et d'oignon. Y mettre le poupeton et cuire 15 min à couvert, puis arroser de 1 verre de madère. Faire réduire de moitié, mouiller de jus (ou de bouillon de volaille) et poursuivre la cuisson 1 h 30 à couvert dans le four préchauffé à 190 °C. Servir en saucière le fond de cuisson dégraissé et passé. On peut aussi servir le poupeton froid.

POURLY Fromage bourguignon de lait de chèvre (45 % de matières grasses), à pâte molle et à croûte naturelle, fine et bleutée (**voir** tableau des fromages français page 497). Le pourly se présente sous la forme d'un petit cylindre bombé de 10 cm de diamètre et de 6 cm d'épaisseur. Fabriqué exclusivement à Essert (Yonne), il a une saveur noisetée.

POURPIER Plante potagère vivace, de la famille des portulacacées. Originaire de l'Inde, déjà connu des Romains, le pourpier fut utilisé au Moyen Âge surtout confit au vinaigre. Riche en magnésium et de saveur légèrement piquante, il se mange en salade, aromatisée à la pimprenelle.

Les jeunes feuilles, fraîches et charnues, ainsi que les tiges tendres, s'apprêtent comme les épinards et les cardons (notamment au jus, au beurre, à la crème) ; on emploie aussi les feuilles comme garniture de potage ou d'omelette (à la place du cresson), autour d'un gigot ou d'un rôti, ou pour relever une sauce (béarnaise ou paloise).

POUSSE-CAFÉ Appellation familière d'une eau-de-vie ou d'une liqueur, servies à la fin du repas soit dans un petit verre, soit dans la tasse à café vide encore chaude, ce qui développe le goût et l'arôme de l'alcool (notamment pour le marc ou le calvados).

En langage de barman, le pousse-café est une superposition, dans un petit verre, de liqueurs et d'eaux-de-vie de couleurs et de densités différentes, qui ne se mélangent pas ; très délicat à réaliser, le pousse-café se nomme « pousse-l'amour » lorsqu'on intègre un jaune d'œuf au milieu de cette superposition.

POUSSER Appuyer sur une poche à douille emplie d'une préparation, afin de faire sortir par la douille un apprêt d'une forme et d'un volume donnés : ainsi, on pousse de la pâte à choux sur une plaque à pâtisserie, de la crème sur un mets à décorer (**voir** COUCHER).

« Pousser » se dit aussi d'une pâte qui, sous l'action d'un agent levant, augmente de volume. Il faut la laisser dans un endroit tiède (25 à 30 °C), à l'abri des courants d'air, pour favoriser la fermentation. Peu poussée (ou levée), une pâte à brioche ou à pain reste lourde et ne s'aère pas ; trop poussée, elle devient acide.

POUSSIN Petit de la poule, lorsqu'il vient d'éclore et dans les premiers jours de sa vie (quand il est encore couvert de duvet), mais qui est encore trop maigre pour être consommable. Néanmoins, en cuisine, on appelle « poussin » un jeune poulet à la chair déjà faite et de saveur délicate, abattu quand il pèse entre 250 et 300 g (**voir** tableau des volailles page 1108). Il s'apprête généralement comme le pigeon. Le coquelet, un peu plus âgé et plus gros, mais aussi tendre, s'accommode de la même façon.

poussin frit

Découper un poussin en quatre. Mélanger 2 cuillerées à soupe d'huile avec 1 cuillerée à soupe de jus de citron, du sel, du poivre, un peu de poivre de Cayenne, 1 gousse d'ail finement hachée, 1 cuillerée à soupe de persil très finement ciselé et, éventuellement, 1/2 cuillerée à café de gingembre en poudre. Laisser mariner 30 min les morceaux de volaille dans ce mélange. Les égoutter, les paner à l'anglaise, puis les plonger de 13 à 15 min dans de l'huile très chaude (180 °C). Les égoutter, les éponger, les poudrer de sel fin et les servir avec des quartiers de citron.

POUTARGUE Spécialité provençale, originaire de Martigues, faite d'œufs de mulet séchés et pressés (**voir** tableau des œufs de poisson page 727). La poutargue, ou boutargue, que l'on qualifie de « caviar blanc », se présente sous forme de saucisses aplaties. Après l'avoir râpée sur une assiette et mélangée à de l'huile d'olive, on la déguste étalée sur des tranches de pain.

PRAIRE Petit coquillage long de 3 à 6 cm, à coquilles épaisses, très bombées, gris jaunâtre, marquées de profondes stries concentriques et parsemées de tubercules verruqueux (**voir** planche des coquillages page 324). Rare en Méditerranée, abondante sur les côtes de l'Atlantique et de la Manche, la praire (appelée également « rigadelle », « coque rayée » ou « vénus à verrue » en France, et « palourde américaine » en Amérique du Nord) vit dans le sable des grèves.

Elle se mange crue, nature (de préférence sans citron ni vinaigre, pour ne pas cacher son goût subtil), ou cuite, farcie comme la moule, ou encore en potage, comme le clam.

PRALIN Préparation à base d'amandes ou de noisettes (ou des deux), enrobées de sucre caramélisé, puis broyées. Utilisé en pâtisserie et en confiserie, le pralin sert à aromatiser crèmes et glaces, et à fourrer bonbons et bouchées au chocolat. Il rancit très vite, mais se garde quelques jours dans un bocal hermétique ou enveloppé de papier aluminium. « Praliner » signifie additionner ou parfumer de pralin.

Le praliné est soit un intérieur de bonbon ou de bouchée très délicat (amandes ou noisettes blondies mélangées avec du sucre, puis broyées avec du chocolat ou du beurre de cacao), soit un gâteau (la plupart du temps une génoise fourrée d'une crème au beurre au pralin).

PRALINE Bonbon fait d'une amande enrobée de sucre caramélisé. Son aspect bosselé vient de la technique du « sablage » utilisée pour sa fabrication : les amandes sont d'abord chauffées au grand cassé (145 °C), avec du sirop de sucre faiblement glucosé ; des cristaux de sucre se forment alors sur ce noyau, que l'on enrobe ensuite plusieurs fois de sirop de sucre ; le dernier enrobage étant coloré et aromatisé, on obtient ainsi des pralines roses, beiges ou brunes, parfumées au chocolat ou au café. Le bonbon est enfin « gommé » ou « candi ».

La praline est une spécialité de Montargis depuis 1630, date à laquelle son inventeur, Lassagne, chef de bouche du César de Choiseul, comte du Plessis-Praslin, choisit cette ville pour s'y retirer. Selon la légende, Lassagne, voyant un marmiton grignoter des restes de caramel avec des amandes, eut l'idée de faire rissoler des amandes entières dans du sucre. La friandise qu'il obtint remporta un grand succès et contribua, dit-on, à certaines réussites diplomatiques, dont le maréchal du Plessis-Praslin, ministre de Louis XIII et de Louis XIV, s'attribua tout le mérite.

D'autres villes de France ont aussi cette spécialité, notamment Aigueperse (amandes enrobées de sucre tendre) et Vabres-l'Abbaye (pralines vendues en cornets). Les pralines s'emploient également pour garnir des brioches ou des soufflés.

Enfin, la praline est devenue une confiserie de foire, cuite en plein air dans une « branlante » en cuivre ; l'amande est alors parfois remplacée par des cacahouètes, moins chères.

▶ **Recette** : BRIOCHE.

PRÉCUISSON Première cuisson très rapide appliquée à un aliment, qui en modifie l'aspect. Elle comprend notamment le rissolage (saisissement à feu vif avec coloration) et le blanchiment par ébullition rapide soit dans de l'eau, soit dans un bain de friture à 130 °C.

PRÉ-SALÉ Mouton ou agneau élevé et engraissé dans les herbages proches de la mer, imprégnés de sel et d'iode, et dont la zone est rigoureusement réglementée. La chair du pré-salé acquiert ainsi une saveur particulière et donne une viande de grande qualité.

PRESSAGE Opération intervenant dans la fabrication des fromages à pâte pressée, cuite ou non cuite. Le pressage consiste à accélérer l'égouttage du caillé divisé en le plaçant sous une presse à main ou mécanique. Il permet la fabrication de fromages de garde.

PRESSE Ustensile utilisé pour produire un liquide ou une purée à partir d'ingrédients solides. Les presse-agrumes en verre ou en matière plastique permettent d'obtenir des jus d'agrume ; les presse-fruits en fonte d'aluminium, avec cuvette perforée, sont employés pour les autres fruits, mais ne donnent que de petites quantités de jus. Pour les gelées et confitures, on utilise de petits pressoirs, en acier étamé, où les fruits sont très rapidement écrasés. Cependant, on emploie de plus en plus la centrifugeuse électrique.

Le presse-purée (pilon) sert à presser à travers un tamis la pulpe des pommes de terre cuites pour la réduire en purée. On a recours aussi aux presse-viande pour extraire le jus de viandes peu cuites ou crues. Quant à la presse à carcasse, on l'utilise essentiellement pour extraire les sucs d'une carcasse de canard.

Enfin, certaines préparations doivent refroidir « sous presse », de manière à être homogénéisées et bien moulées ou bien aplaties.

PRÉSURE Enzyme secrétée par la quatrième poche de l'estomac (caillette) des jeunes ruminants non sevrés ou par l'estomac de l'agneau. La présure est utilisée en poudre ou sous forme liquide pour provoquer la coagulation du lait, première étape de la fabrication des fromages. Pour certains fromages régionaux ou étrangers, cette coagulation est obtenue grâce à la fleur de plantes comme l'artichaut ou le chardon.

PRIMEURS Produits horticoles qui apparaissent sur le marché avant leur saison normale de maturité. Souvent chères, parfois moins savoureuses que les fruits et légumes de saison ou tardifs, les productions hâtives existent depuis que les techniques de culture en serre ou sous abri ont permis d'obtenir des produits maraîchers généralement délicats (petits pois, asperges, etc.).

PRIMEVÈRE Plante de la famille des primulacées, poussant dans les prés et les bois, dont les fleurs, généralement jaunes, apparaissent au printemps.

Les jeunes feuilles tendres de la primevère peuvent se manger en salade. Les fleurs sont utilisées pour décorer certains mets froids ou pour préparer des infusions calmantes ; elles interviennent également dans diverses recettes de cuisine aux fleurs, dont un rôti de veau auquel on les ajoute une demi-heure avant la fin de la cuisson.

PRINCE-ALBERT Nom d'un apprêt du filet de bœuf dédié à l'époux de Victoria, reine de Grande-Bretagne et d'Irlande de 1837 à 1901. La pièce de viande est fourrée de foie gras cru aux truffes, braisée avec une fondue de légumes, puis mouillée de porto ; la garniture se compose de truffes entières.

▶ **Recette** : BŒUF.

PRINCESSE Se dit d'une garniture « riche » pour volaille, darne de saumon, ris de veau, bouchée, tartelette ou apprêt d'œuf, caractérisée par la présence de pointes d'asperge et de lames de truffe.

▶ **Recette** : CONSOMMÉ.

PRINTANIÈRE (À LA) Se dit de divers apprêts garnis d'un mélange de légumes (théoriquement « de printemps »), généralement lié au beurre.

▶ **Recette** : RAGOÛT.

PRIX DE CUISINE Récompense destinée à promouvoir la gastronomie et à stimuler les professionnels en leur permettant d'affirmer leurs compétences. Les prix de cuisine, dont les plus prestigieux portent

les noms de Bocuse d'or, Taittinger, Prosper Montagné, mais aussi de Poêle d'Or ou Grand-Marnier, sont décernés au terme de concours culinaires : ceux-ci consistent à réaliser des menus imposés ou à thème, des plats uniques classiques ou créés, et se déroulent souvent par éliminations successives.

PROCOPE (LE) Café parisien, sans doute le plus ancien, dont l'enseigne existe encore aujourd'hui, rue de l'Ancienne-Comédie (jadis rue des Fossés-Saint-Germain). L'établissement fut fondé en 1686 par Francesco Procopio dei Coltelli, devenu Procope, qui en fit un lieu de consommation de café et le décora richement de lustres, de boiseries et de glaces. *Le Procope* devint rapidement le centre le plus célèbre de la vie littéraire et philosophique parisienne. Du XVII[e] au XIX[e] siècle, il fut fréquenté par les écrivains, les acteurs de théâtre, les encyclopédistes, puis les révolutionnaires et les romantiques. On appréciait aussi ses sirops, ses glaces, ses confiseries et ses biscuits.

Changeant plusieurs fois de propriétaire après 1716, *le Procope* commença au XIX[e] siècle à être sévèrement concurrencé par le *Café de la Régence*. Il ferma en 1890, ouvrit de nouveau en 1893 comme cercle littéraire, puis devint restaurant végétarien, réfectoire pour étudiants pauvres, avant d'être légué à l'Assistance publique. Il rouvrit enfin en 1952 comme restaurant.

PROFITEROLE Petite boule de pâte à choux salée ou sucrée, cuite, puis fourrée. Les profiteroles salées sont garnies d'une crème au fromage, d'une purée de gibier, etc., et servent souvent de garniture de potage. Sucrées, elles sont fourrées diversement et constituent les éléments de base du croquembouche et du saint-honoré.

consommé aux profiteroles → CONSOMMÉ

profiteroles au chocolat

Préparer une pâte à choux avec 2,5 dl d'eau, 1 pincée de sel, 2 cuillerées à soupe rases de sucre semoule, 125 g de farine et 4 œufs. Avec une poche à douille à embout lisse, pousser sur une tôle beurrée des noix de pâte et les dorer à l'œuf battu, puis les cuire 20 min dans le four préchauffé à 200 °C ; les laisser refroidir à l'intérieur. Faire fondre au bain-marie 200 g de chocolat à croquer avec 1 dl d'eau ; ajouter 1 dl de crème fraîche et bien remuer. Préparer une crème Chantilly en fouettant 3 dl de crème épaisse avec 1 dl de lait très froid, et lui incorporer 75 g de sucre semoule et 1 sachet de sucre vanillé. Fendre les choux sur le côté, à mi-hauteur, et les emplir de crème Chantilly à la poche à douille. Les dresser dans une coupe et servir avec la sauce au chocolat chaude.

profiteroles de petits-gris à l'oie fumée → ESCARGOT

PROGRÈS Fond de pâtisserie léger et croquant, à base de blancs d'œuf battus en neige, de sucre et d'amandes et/ou de noisettes en poudre.

Les fonds servent, une fois cuits au four, à préparer des gâteaux qui sont garnis de crème au beurre diversement parfumée.

progrès au café

Beurrer 2 plaques à pâtisserie, les poudrer de 10 g de farine et y dessiner, à l'aide d'une assiette, le contour de 3 disques de 23 cm de diamètre. Mélanger dans une terrine 150 g de sucre semoule avec 250 g de poudre d'amande et 1 pincée de sel. Incorporer 8 blancs d'œuf battus en neige ferme avec 100 g de sucre semoule, en soulevant la masse, sans la battre. Mettre cette pâte dans une poche à douille de 8 mm de diamètre et recouvrir les 3 disques en poussant la pâte en spirale du centre vers le bord. Cuire 45 min dans le four préchauffé à 180 °C, puis décoller les disques et les laisser refroidir à plat. Dans le four encore chaud, dorer 150 g d'amandes effilées. Diluer 2 cuillerées à soupe de café soluble dans 1 cuillerée à soupe d'eau bouillante. Verser 250 g de sucre semoule dans une casserole avec 3 cuillerées à soupe d'eau et porter à ébullition. Mettre 6 jaunes d'œuf dans une terrine, les remuer, puis les arroser peu à peu avec le sirop bouillant en fouettant vivement jusqu'à ce que le mélange ait refroidi. Incorporer en fouettant 325 g de beurre en pommade ; arroser alors avec le café dissous et bien mélanger. Réserver le quart de cette crème au beurre et diviser le reste en 3 ; en masquer chaque disque de pâte. Superposer les disques et masquer tout le tour avec la crème au beurre réservée. Décorer le dessus avec les amandes effilées. Mettre 1 heure dans le réfrigérateur. Découper dans du papier épais des bandes de 1 cm de large et de 25 cm de long. Les poser sur le gâteau, sans appuyer, en les espaçant de 2 cm, et poudrer l'ensemble de sucre glace. Retirer délicatement les bandes et remettre dans le réfrigérateur 1 heure avant de servir.

PROSCIUTTO Mot italien signifiant « jambon », utilisé dans les appellations de jambons crus d'origine italienne, protégées en France, notamment le *prosciutto di Parma* et *di San Daniele* (jambon de Parme et jambon de San Daniele [**voir** tableau des jambons crus étrangers page 587]).

PROTÉINE Composé organique azoté et constituant essentiel de toute cellule vivante. Les protéines, ou protides, sont des molécules géantes élaborées à partir de vingt acides aminés de base, dont huit ne sont pas fabriqués par l'organisme. Certaines d'entre elles servent de structure de soutien pour les tissus et les liquides biologiques, d'autres interviennent dans la synthèse des enzymes et des hormones. Les aliments d'origine animale les plus riches en protéines sont les viandes et les poissons (15 à 24 g pour 100 g), les fromages (15 à 30 g), le lait (3,5 g) et l'œuf (13 g), institué protéine de référence. Les protéines d'origine végétale proviennent essentiellement des céréales (8 à 14 g) et des féculents. La ration idéale en protéines devrait s'élever à 1 g par kilo de poids et par jour, dont plus de la moitié d'origine animale.

PROTOCOLE ET ÉTIQUETTE DE LA TABLE

Ensemble des règles qui président à l'ordonnance d'un repas. Ces règles sont plus ou moins strictes, le déjeuner étant, en principe, plus « simple » que le dîner. Mais, comme le disait Brillat-Savarin, « inviter quelqu'un à sa table, c'est se charger de son bonheur pendant le temps qu'il est sous votre toit ».

■ **À travers les siècles.** Chez les Grecs, l'étiquette voulait que l'on mît des sandales légères avant de pénétrer dans la salle à manger ; la première place revenait à l'étranger, et il était de règle de lui offrir, avant le repas, un bain ou un lavement de pieds. Chez les Romains, qui mangeaient allongés, les convives changeaient non seulement de chaussures, mais aussi de vêtement, pour endosser une tunique de laine prévue à cet effet ; il était essentiel de pénétrer dans le *triclinium* du pied droit ; enfin, les convives étaient couronnés de fleurs. Les mets étaient d'abord présentés au maître de maison, en musique, par un serviteur exécutant un pas de danse.

À l'époque des rois mérovingiens, à partir du Ve siècle, un cérémonial raffiné, inspiré de la cour byzantine, fut introduit, et des fonctions honorifiques furent créées, telle celle du *mapparius*, qui présentait au monarque un linge de table.

Avec Charlemagne, au début du IXe siècle, le cérémonial se compliqua encore : l'empereur était assis sur le siège le plus élevé, tandis que ducs, chefs et rois des autres nations lui présentaient les plats au son des fifres et des hautbois ; ces nobles de haut rang ne commençaient à manger que lorsque le repas impérial était terminé, servis à leur tour par les comtes, préfets et grands dignitaires. Avec le temps, les rois prirent l'habitude de dîner seuls, et c'était un honneur rare que d'être admis à leur côté.

Au début du XVIe siècle, la table de François Ier était magnifique, mais le souci de bien manger, stimulé par l'arrivée des cuisiniers florentins, prévalait sur l'ordonnance formelle des repas. Cependant, Henri III, une cinquantaine d'années plus tard, remit en honneur une étiquette sévère, et ses ennemis l'accusèrent de multiplier les « révérences idolâtriques ».

Au XVIIe siècle, quand le Roi-Soleil dînait « au grand couvert », c'était seul, mais en public, et les courtisans étaient admis à le voir manger, tandis que chaque officier de bouche remplissait sa fonction selon un cérémonial compliqué. Au « petit couvert », dans l'intimité, l'étiquette se relâchait, et le duc de Luynes rapporte que le roi jetait des boulettes de pain aux dames et permettait qu'on lui en jetât.

Avec Louis XV (qui suscitait l'admiration par l'adresse avec laquelle il décapitait un œuf à la coque d'un seul coup de fourchette) et Louis XVI, le grand couvert fut maintenu. Enfin, au XIXe siècle, sous l'Empire et jusqu'à la fin de la monarchie, l'étiquette imposa des règles strictes.

■ **Dressage de la table.** Aujourd'hui, le plaisir des yeux précède celui du palais, et une table doit être joliment mise, sans luxe ostentatoire. La nappe, blanche ou de fantaisie discrète, est posée sur un molleton de coton, pour amortir les bruits ; les napperons (sets), placés à même le bois ou le marbre, conviennent aux repas intimes. Les couverts sont disposés symétriquement : fourchette à gauche de l'assiette, cuillère à potage et couteau principal à droite, ainsi que, le cas échéant, couteau à poisson ou fourchette à huîtres. Selon le nombre de vins, plusieurs verres (pas plus de trois), de taille décroissante, sont placés devant l'assiette. La serviette, pliée le plus simplement possible, est posée dans l'assiette. Le pain est placé dans une petite assiette, à gauche du couvert.

Salières et carafes sont disposées de part et d'autre de la table, éventuellement au centre si celle-ci est ronde ; le vin, débouché à l'avance, reste dans sa bouteille d'origine, sauf exception (voir DÉCANTER) ; de l'eau fraîche est également prévue, en carafe.

■ **Place des convives.** Chez les Anciens, la place d'honneur était à la gauche du maître de maison, le côté du cœur. Au Moyen Âge, la hiérarchie à table était beaucoup plus floue, mais le maître de maison honorait son hôte en lui faisant porter un morceau de choix, en l'invitant à découper une pièce de viande ou en buvant à sa santé (voir TOAST). De nos jours, les convives d'une même table se font face, alors que, jadis, ils prenaient place le long d'une table en U ; tous les regards convergeaient alors vers le centre.

Sauf dans les repas très officiels, où l'on passe à table par couples, les femmes entrent les premières dans la salle à manger. Jusqu'à huit convives, la maîtresse de maison indique à chacun sa place. Au-delà, il est bon de prévoir des petits cartons.

En France, en dehors du protocole du ministère des Affaires étrangères, il n'existe que des règles générales, aux exigences parfois contradictoires. L'usage veut que l'on honore celui qu'on invite pour la première fois en le plaçant à la droite de la maîtresse de maison (celle qu'on invite, à la droite du maître de maison), mais cette règle est souvent modifiée en fonction de l'âge ou des mérites des autres convives.

Aux États-Unis et en Angleterre, il est d'usage que les maîtres de maison se placent en bout de table, pour laisser les meilleures places aux invités, coutume parfois pratiquée en France. En Chine, la place d'honneur est située face à la porte d'entrée de la salle à manger et, si possible, orientée au sud.

PROVENÇALE (À LA)

Se dit de nombreux apprêts inspirés (ou directement issus) de la cuisine de Provence, où dominent l'huile d'olive, la tomate et l'ail.

La garniture provençale pour pièces de boucherie ou volailles comprend soit des tomates mondées et étuvées ainsi que de gros champignons garnis de duxelles à l'ail, soit de la tomate concassée et aillée, avec des olives dénoyautées (noires ou vertes), ou des tronçons d'aubergines farcis d'une fondue de tomate, des haricots verts au beurre et des pommes château.

La sauce provençale (coulis de tomate et d'oignon, à l'ail et au vin blanc) sert à accommoder légumes, œufs, viandes, volailles et poissons.

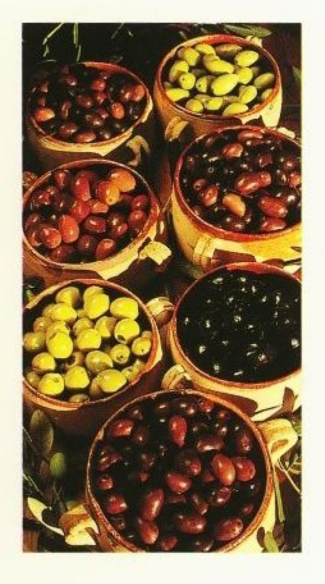
▶ **Recettes** : ANGUILLE, BAR, CÈPE, FARCI, GRATIN, HARICOT VERT, JARRET, MORUE, ŒUF MOLLET, PASTÈQUE, POULPE, THON, TOMATE, VEAU.

PROVENCE

Voir pages 864 et 865.

Provence
et pays niçois

DES ALPES À LA MÉDITERRANÉE, LA PROVENCE ENGLOBE SIX DÉPARTEMENTS : HAUTES-ALPES, ALPES DE HAUTE-PROVENCE, ALPES-MARITIMES, VAUCLUSE, VAR ET BOUCHES-DU-RHÔNE. TRAVERSÉE PAR LE RHÔNE ET LA DURANCE, CETTE RÉGION POSSÈDE UN RELIEF COMPLEXE, DES MASSIFS CÔTIERS (MAURES, ESTÉREL) JUSQU'AUX PLAINES DE LA CAMARGUE ET DE LA CRAU.



Les olives, qu'elles soient vertes ou noires, ne se mangent qu'après avoir été passées en saumure.

La gastronomie colorée de la Provence ne saurait être réduite à la seule appellation « à la provençale », définie par les tomates, l'huile d'olive et l'ail, même si ces produits se retrouvent dans la majorité des recettes. La cuisine provençale est avant tout un savant mélange de parfums d'herbes aromatiques (thym, sarriette, romarin, laurier, anis, menthe, sauge…), qui viennent relever des légumes et des fruits d'une qualité et d'une variété exceptionnelles. Les vallées du Rhône et de la Durance sont en effet les plus grands potagers et vergers de France. Courgettes, tomates, aubergines, blettes, artichauts, asperges…, mais aussi cébettes, oignons rouges, pois chiches, poivrons, tous les ingrédients sont là pour confectionner de délicieuses spécialités : à commencer par la ratatouille, la pissaladière, la socca de Nice, ou encore un de ces fameux tians (gratins) dont la cuisinière aura pris soin de frotter à l'ail le plat de cuisson avant d'y mettre les légumes. Aromate provençal traditionnel, l'ail s'illustre de nombreuses autres façons : il est surtout l'élément central de l'aïgo boulido et de l'aïoli – ail et oli, l'huile –, une sauce faite d'ail réduit en pommade et montée à l'huile d'olive. Elle accompagne le « grand aïoli », composé généralement de légumes (carottes, chou-fleur, courgettes…) et de morue ; les bouquets de persil sont alors indispensables pour calmer l'agressivité de l'ail. Ce dernier parfume aussi les gigots ; moutons, agneaux et chevreaux prospèrent en effet sur les terres de Haute-Provence et donnent une viande savoureuse. Elle est le plus souvent grillée, mais peut être cuite en carbonade. Le bœuf n'est pas pour autant négligé avec la daube avignonnaise, l'estouffade à l'arlésienne ou le broufado. La cuisine de la mer s'illustre avec la bouillabaisse qui réunit poissons de roche, poivre, safran et huile d'olive, et la bourride, préparée avec des poissons blancs. Si cette dernière est accompagnée d'aïoli, la bouillabaisse réclame plutôt la rouille, sorte d'aïoli au piment. La Provence est en effet connue depuis longtemps pour ses condiments tels que le pissalat (purée d'anchois à l'huile relevée d'aromates), la tapenade (purée d'olive noire), l'anchoïade (à base d'anchois) ou le mélet au poivre, une spécialité du pays niçois à base de petits anchois, poivrés et mélangés à du fenouil.

Les conditions climatiques de la région autorisent la production d'une grande variété de fruits : traditionnels abricots, pêches, prunes, bigarreaux, raisins, citrons, melons, coings, figues, oranges (l'eau de fleur d'oranger parfume à merveille les pâtisseries), ou, plus rares, kakis, jujubes et grenades. Enfin, il y a l'amande et l'olive, deux « fruits » provençaux par excellence. La première est indispensable à la confection des célèbres nougats blanc et noir de Montélimar, la seconde agrémente toutes les spécialités régionales et fournit l'huile, qui donne à la cuisine son accent fruité.

SOUPES ET LÉGUMES

Soupe au pistou, arlésienne
La soupe au pistou (basilic, ail et huile d'olive) passe pour le modèle des soupes de légumes du jardin, parfois enrichie de pâtes ou de riz. Il y a aussi la soupe arlésienne qui réunit tomates, pois chiches, poireaux, oignons et huile d'olive.

Courgettes, aubergines et céréales
Les recettes de légumes sont originales et une mention particulière revient aux fleurs de courgette farcies, ou en beignets, comme au papeton d'aubergine, un soufflé d'aubergine, d'œuf et de fromage, nappé d'un coulis de tomate. Il ne faut pas oublier les céréales : riz de Camargue et prépara-

tions à base de farine de blé (raviolis), de maïs (polenta) ou de semoule de pomme de terre (gnocchis).

CHARCUTERIE

Boudins, gayette, pieds et paquets, porchetta
La charcuterie est peu présente : la Provence connaît cependant les boudins aux épinards et les gayettes, ou caillettes (crépinettes aux herbes), ainsi que les pieds et paquets marseillais à base d'abats de mouton. La porchetta, un cochon de lait farci, fait la fierté des charcuteries de Nice.

POISSONS ET FRUITS DE MER

Soupes, esquinade, boutargue, stoficado niçois
Les soupes de poissons et fruits de mer sont très nombreuses : soupe à la poutine (petits alevins), au fielas (congre), aux moules, aux favouilles (crabes), l'aïgo sau d'iou (soupe de poissons garnie de pommes de terre et de tomates). La gastronomie du littoral abonde en plats iodés, avec la sartagnano niçoise (poêlée de petits poissons), l'esquinade de Toulon (crabes farcis aux moules et gratinés), les sardines gratinées, les supions frits (petites seiches), les orties de mer en beignet. Le loup grillé au fenouil se déguste avec bonheur, comme les sardines en escabèche ou la poutargue (ou boutargue), œufs de mulet salés et pressés. La morue est très populaire, cuisinée en raïto (frite et servie avec une sauce piquante), à moins que l'on préfère le stoficado niçois, morue dessalée et mijotée avec tomates, olives et pommes de terre.

FROMAGES

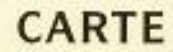
Le plateau des fromages provençaux réunit surtout des fromages de chèvre et de brebis à la saveur souvent affirmée : banon, cachat et tommes de Camargue au lait de brebis, brousses, picodons…

DESSERTS

Les « treize desserts »
Biscottins d'Aix, fougasses et fougassettes, navettes de Marseille, petits gâteaux en forme de barque, pignoulats (gâteaux aux pignons), beignets (oreillettes, bugnes et chichi-fregi), les douceurs provençales sont nombreuses et savoureuses. À Noël, la tradition des « treize desserts » (dont le chiffre rappelle les treize convives de la Cène) se perpétue : ils réunissent fruits secs (mendiants), fruits frais, fruits confits, nougats et la célèbre pompe à l'huile (ou gibassier). La confiserie est aussi très riche avec le nougat de Saint-Tropez, les fruits confits d'Apt, les berlingots de Carpentras ou les calissons d'Aix-en-Provence.

VINS

Trois appellations fournissent la majorité de la production : les côtes-de-provence, qui offrent principalement des rosés, les coteaux-varois, et les coteaux-d'aix-en-provence, qui proposent des rouges fins et fruités et des rosés. D'autres régions offrent de belles surprises : Bandol et ses rouges puissants, Cassis et ses blancs parfumés, Palette, qui réussit bien les blancs, et Bellet, avec des rouges, blancs et rosés à la forte personnalité.



CARTE

ENTRÉES

Aïgo boulido, PAGE 27
Salade niçoise, PAGE 932
Pan-bagnat, PAGE 756
Pissaladière, PAGE 805
Caillettes ardéchoises, PAGE 189

PLATS

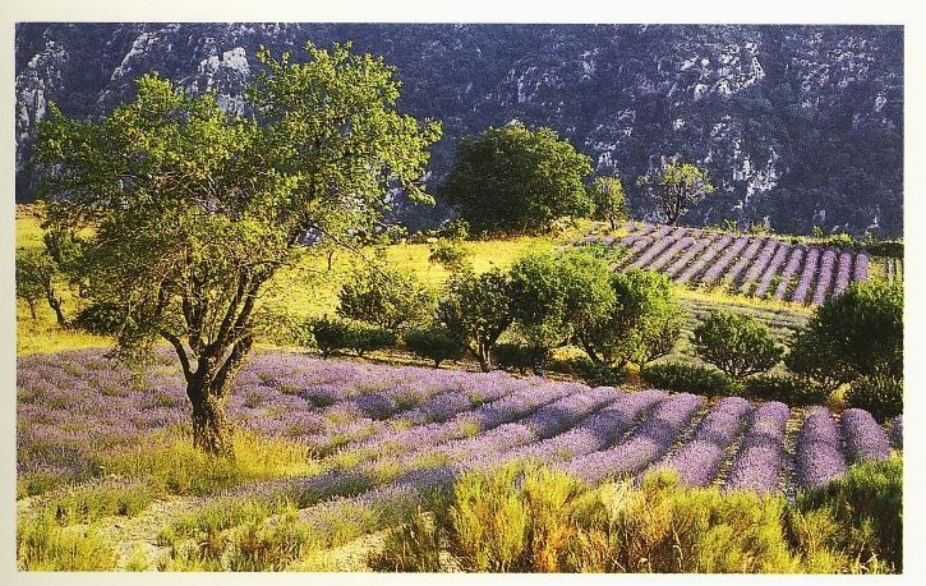
Bouillabaisse, PAGE 150
Soupe oursinade, PAGE 999
Brandade de morue nîmoise, PAGE 161
Estofinado, PAGE 438
Céviche de mérou, PAGE 669
Broufado, PAGE 174
Jarret de veau à la provençale, PAGE 590
Selle d'agneau de lait en carpaccio au pistou, PAGE 26
Petits farcis provençaux, PAGE 450
Pieds et paquets de la Pomme, PAGE 796

LÉGUMES

Ratatouille niçoise, PAGE 887
Tomates à la provençale, PAGE 1052
Artichauts à la barigoule, PAGE 58
Cèpes à la provençale, PAGE 228

DESSERT

Pompe de Noël, PAGE 837



Dans les gorges du Verdon, comme dans toute la Provence, l'air embaume la lavande, le thym, la sarriette, le romarin, le laurier, la sauge…

PROVOLONE Fromage italien de lait de vache (44 % de matières grasses), souvent fumé, à pâte pressée et filée, et à croûte naturelle lisse et brillante (voir tableau des fromages étrangers page 499). Le provolone, originaire de Campanie, se présente sous des formes très diverses (poire, melon, porcelet, saucisse, petit personnage), et pèse de 1 à 5 kg ; il porte souvent la trace de la ficelle qui a servi à le suspendre durant l'affinage. Il a une saveur douce ou piquante selon sa durée de maturation (de deux à six mois). Quand il est vieux, il est râpé comme le parmesan.

PRUNE Fruit du prunier, arbre de la famille des rosacées, rond ou oblong, jaune, vert ou violet. Originaire d'Asie, le prunier était déjà cultivé en Syrie et greffé par les Romains ; ceux-ci faisaient notamment sécher les prunes de Damas (rapportées de cette ville par les croisés au XIIe siècle). La prune commença d'être très appréciée à l'époque de la Renaissance (voir REINE-CLAUDE). À partir du XVIe siècle, elle donna de nombreuses variétés (voir tableau). Fournissant 64 Kcal pour 100 g, assez riche en sucre, en potassium, en calcium et en vitamines, la prune est très rafraîchissante.

Elle se mange fraîche de juillet à septembre comme fruit de table, puis séchée, comme pruneau ; on la conserve aussi à l'eau-de-vie et on en tire un alcool.

Certaines variétés sont destinées aux conserves, aux confitures et à la distillerie (mirabelle de Metz, par exemple), qui conviennent également pour les tartes, les beignets, les compotes et les confitures.

Les quetsches accompagnent bien les viandes grasses ; elles se conservent aussi au vinaigre.

Caractéristiques des différentes variétés de prunes

variétés	provenance	époque	description	saveur
reines-claudes				
friar	Sud-Ouest	mi-août-mi-sept.	très grosse, violacée, chair jaune	parfumée
reine-claude d'Althan	Sud-Ouest	début août	très grosse, rouge violacé, chair jaune verdâtre	juteuse, sucrée
reine-claude de Bavay	Sud-Ouest	début sept.	assez grosse, épiderme et chair jaune verdâtre	parfumée, sucrée
reine-claude d'Oullins	Sud-Ouest, Sud-Est	mi-juill.-fin juill.	moyenne à grosse, chair jaune verdâtre	un peu parfumée
reine-claude verte	Sud-Ouest, Sud-Est	début août	moyenne, vert doré, chair verte	parfumée, très sucrée, juteuse
variétés américano-japonaises				
allo	Sud-Est	fin juin-début juill.	ronde, moyenne, rouge violacé, chair jaune-orangé	peu parfumée
	Espagne	mai-juin		
blackamber, angeleno	Sud-Est, Sud-Ouest	juill.-sept.	grosses, noires, chair blanche	un peu parfumées
golden Japan	Sud-Est, Sud-Ouest	mi-juill.	grosse, ronde, jaune vif, chair jaune	un peu parfumée
	Espagne	juin		
santa rosa	Sud-Est	juill.	ronde, rouge intense	un peu parfumée
	Espagne	juin		
	Afrique du Sud	janv.		
autres variétés				
mirabelle de Lorraine	Est	mi-août-sept.	petite, ronde, jaune-orangé, chair souple, jaune	très parfumée, sucrée
président	Sud-Ouest	fin août-début sept.	grosse, allongée, rouge violacé, chair jaune un peu verdâtre	un peu parfumée
quetsche	Est	début sept.	oblongue, moyenne, bleu-noir, reflets rougeâtres, chair jaune verdâtre	acidulée, sucrée
royale bleue	Sud-Ouest	début août	ronde, moyenne à grosse, bleue, chair vert-blanc	un peu parfumée

marmelade de prune → MARMELADE

prunes à l'eau-de-vie

Choisir des reines-claudes bien mûres et parfaitement saines ; les piquer en trois ou quatre endroits avec une grosse aiguille et les peser. Dans une bassine à confiture, préparer un sirop de sucre avec 250 g de sucre et 1/2 dl d'eau par kilo de fruits, porter à ébullition et maintenir celle-ci 2 min. Ajouter les prunes, tourner la bassine à deux mains pour qu'elles s'enrobent régulièrement de sirop ; les mettre ensuite dans des bocaux à l'aide d'une écumoire. Laisser refroidir complètement, puis verser de l'alcool de fruit (1 litre par kilo de fruits). Boucher les bocaux. Laisser reposer 3 mois au moins avant de consommer.

PRUNE DE CYTHÈRE OU **POMME CYTHÈRE**
Fruit d'un arbuste épineux de la famille du manguier, le prunier de Chine ou de Madagascar (voir planche des fruits exotiques pages 502 et 503). Cette petite prune à la texture de pêche et à la saveur douce et acidulée se consomme verte, au début de sa croissance.

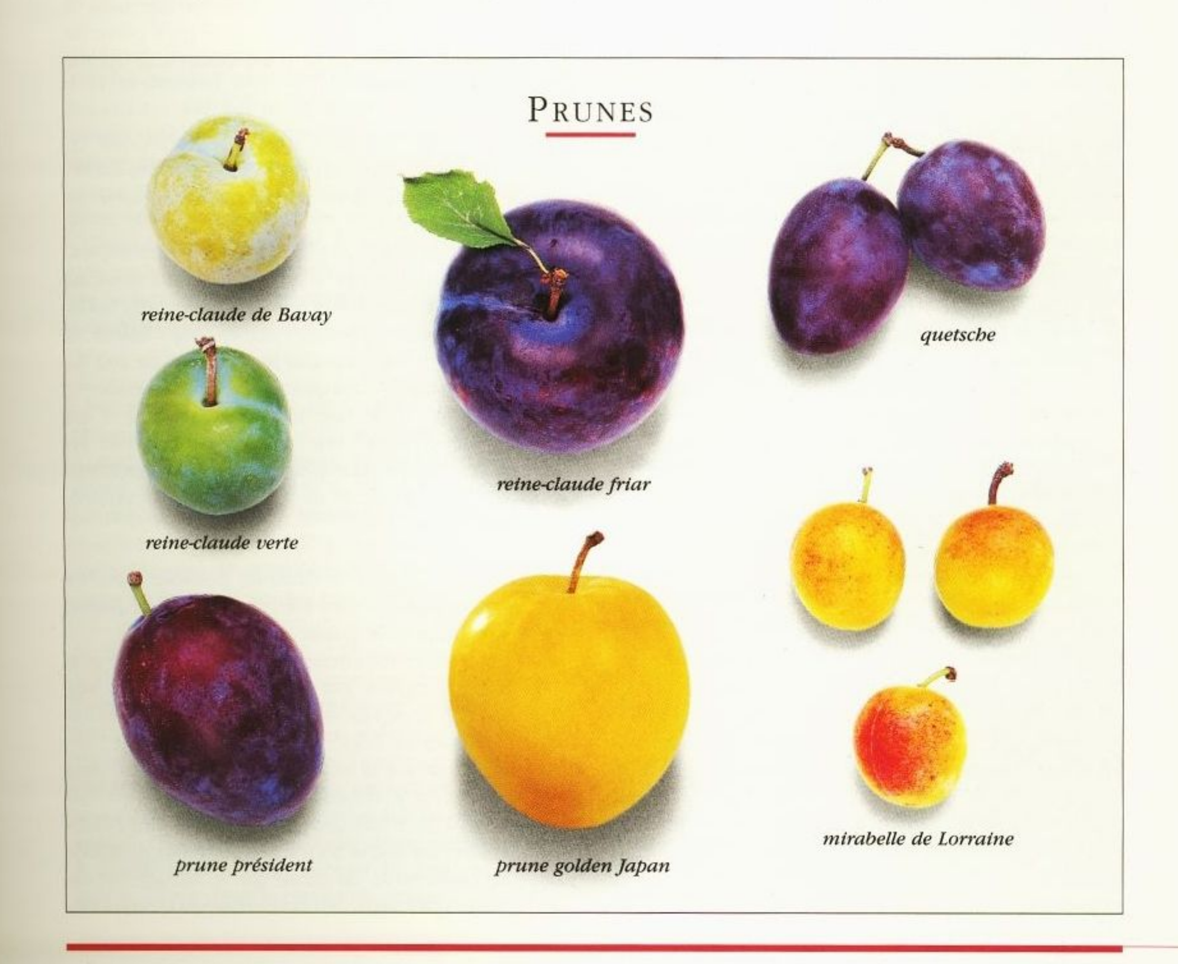
PRUNEAU Prune violette séchée ou déshydratée, qui se conserve longtemps. La méthode traditionnelle consiste à l'exposer au soleil. Cependant, aujourd'hui, les fruits sont le plus souvent séchés au four (en étuve ou en tunnel, en plusieurs phases, à température croissante) ou déshydratés par immersion dans une solution sucrée chaude. Très énergétique (290 Kcal pour 100 g), très riche en sucre, le pruneau est un aliment bien pourvu en potassium, en magnésium et en calcium.

■ **Emplois.** Avant utilisation, il faut laver les pruneaux, puis les faire tremper (au moins deux heures, en général une nuit) dans du thé léger, froid ou tiède ; on peut aussi les cuire directement dans de l'eau ou du vin rouge, notamment pour une compote ou une purée.

De préférence dénoyautés, les pruneaux interviennent dans de nombreuses pâtisseries soit entiers, soit en marmelade ; ils entrent dans la composition de glaces, de salades ou de compotes de fruits, mais peuvent également être servis macérés et flambés ; en confiserie, ils sont diversement fourrés ; on en fait aussi des conserves à l'armagnac. D'autre part, les pruneaux constituent un condiment très apprécié en cuisine, en particulier avec le lapin et le porc ; on peut même en farcir des paupiettes de poisson.

À l'étranger, certains plats font appel au pruneau : agneau confit aux pruneaux et à la cannelle (Algérie), rôti de porc aux pruneaux (Danemark et Pologne), lard rissolé aux pruneaux (Allemagne), carpe tchèque à l'aigre-doux. Le *damson cheese* (« fromage de prunes de Damas ») anglais est une marmelade très épaisse, servie avec des biscuits ou garnissant des tartelettes.

PRUNES



reine-claude de Bavay

reine-claude verte

prune président

reine-claude friar

prune golden Japan

quetsche

mirabelle de Lorraine

agneau aux pruneaux, au thé et aux amandes → AGNEAU
chaussons aux pommes et aux pruneaux → CHAUSSON
compote de pruneau → COMPOTE
diplomate aux pruneaux → DIPLOMATE
lapereau aux pruneaux → LAPIN

pruneaux au bacon
Dénoyauter des pruneaux d'Agen demi-secs en les fendant sur toute leur longueur. Introduire une pistache mondée à la place du noyau puis enrouler chaque pruneau dans 1/2 tranche fine de bacon, en maintenant celle-ci à l'aide d'un pique-olive. Ranger les fruits séchés dans un plat à rôtir et les mettre de 8 à 9 min au four préchauffé à 250 °C. Servir brûlant.

pruneaux déguisés
Chauffer dans une casserole 6 cl d'eau, 200 g de sucre et 20 g de glucose, jusqu'à 115 °C. Hors du feu, ajouter 100 g de poudre d'amande et bien remuer avec une spatule de bois, pour avoir un mélange qui ressemble à une semoule. Inciser 40 pruneaux d'Agen demi-secs sur toute leur longueur, sans séparer les moitiés, et les dénoyauter. Travailler la pâte d'amande refroidie à la main, par petites quantités ; y ajouter 3 ou 4 gouttes de colorant rouge ou vert et 1 cuillerée à soupe de rhum. La pétrir sur un plan de travail lisse, la rassembler en boule, l'allonger en un long cylindre très mince et diviser celui-ci en 40 tronçons égaux. Façonner chaque tronçon en forme d'olive, en glisser un dans chaque pruneau, puis inciser de trois traits obliques la partie apparente de la pâte d'amande. Disposer les pruneaux dans des caissettes en papier. Les glacer éventuellement au sucre.

RECETTE DE JEAN ET PIERRE TROISGROS

pruneaux au rasteau et à la crème fraîche
« Faire tremper 36 pruneaux secs toute une nuit dans 1/2 litre de bordeaux rouge léger et autant de rasteau (vin doux de la vallée du Rhône). Le lendemain, les mettre à cuire avec la macération, 1 citron et 1 orange coupés en tranches épaisses ; laisser frémir doucement 15 min. Conserver 3 jours au frais dans la cuisson. Retirer les tranches d'agrumes et servir les pruneaux dans des assiettes creuses, avec un peu de leur jus et nappés de crème double. »

pruneaux au roquefort
Dénoyauter 30 pruneaux d'Agen et bien les aplatir avec le plat d'un large couteau. Émietter finement à la fourchette 100 g de roquefort ; écraser 30 noisettes. Mélanger le roquefort, les noisettes, du poivre, 2 cuillerées à soupe de crème fraîche épaisse et 1 cuillerée à soupe de porto. Déposer une noix de ce mélange au centre de chaque pruneau. Reformer les pruneaux et mettre au froid quelques heures avant de servir à l'apéritif.

PRUNELLE Fruit du prunellier, arbuste épineux de la famille des rosacées, commun dans toute la France, appelé également « prunier sauvage » ou « épine noire ». La prunelle ressemble à une toute petite prune bleue, à chair ferme, verdâtre, juteuse et très acide, comestible seulement après les premiers jours de gel. On en fait des confitures et des gelées, une liqueur (en Anjou) et un ratafia, mais, surtout, une eau-de-vie très appréciée (en Alsace, en Franche-Comté et en Bourgogne).

PRUNIER (ALFRED) Restaurateur français (Yverville 1848 - ? 1898). Il fonda en 1872, rue Duphot, à Paris, un restaurant « d'huîtres, de grillades et de vins judicieusement choisis », qui connut très vite le succès. On y voyait Sarah Bernhardt, Oscar Wilde, Clemenceau et les grands-ducs russes.

Son fils Émile lui succéda et fit de l'établissement un restaurant spécialisé dans les poissons et les fruits de mer. Il ouvrit un autre restaurant avenue Victor-Hugo *(Prunier-Traktir)* et, parallèlement, s'intéressa de très près aux problèmes concernant l'ostréiculture et la pêche – notamment celle de l'esturgeon en Gironde, afin de renouer avec la tradition du « caviar français ».

À sa mort, en 1925, sa fille Simone continua son œuvre et ouvrit un troisième restaurant à Londres *(Madame Prunier)*, qui cessa son activité en 1976.

PSALLIOTE Champignon des prés et des bois, à lamelles roses, puis brunâtres, dont le pied porte un anneau simple ou double ; il est également appelé « agaric » (voir ce mot).

PTFE Sigle du polytétrafluoréthylène, produit de synthèse employé pour tapisser l'intérieur des ustensiles de cuisson, auxquels il confère la propriété de ne pas « attacher ».

Le PTFE, commercialisé sous diverses marques, se présente sous la forme d'un enduit cireux doux au toucher. Il a un coefficient de frottement très faible et un grand pouvoir isolant ; stable à la chaleur et ininflammable, il supporte une température de 160 °C, ne se dissout pas et n'est attaqué par aucun acide.

En revanche, il se raie très facilement, et il est recommandé d'utiliser une spatule en bois ou en caoutchouc – et non une fourchette – pour retourner ou saisir les aliments, et de ne rien couper directement dans le plat.

PUB Taverne, cabaret ou débit de boissons dans les pays anglo-saxons. Le mot est l'abréviation de *public house*, « établissement public ».

Le pub, en Grande-Bretagne, est constitué de plusieurs salles séparées par des panneaux vitrés aux verres gravés, typiques de l'époque victorienne, ou par des cloisons de bois.

Le *public bar* est la salle commune, de plain-pied avec la rue ; on y débite la bière à la pression au comptoir, et l'on y sert des alcools et des sandwichs au buffet-bar ; on trouve à côté le *saloon-bar*, plus élégant, plus confortable, de même que le *lounge-bar*, où l'on se retire pour avoir des conversations tranquilles ;

enfin, le *private bar* est réservé aux habitués qui aiment leur intimité. Très souvent, les pubs proposent un service de restauration réduit (plats froids ou chauds, à midi surtout).

Leurs heures d'ouverture et de fermeture sont très codifiées et, la plupart du temps, les clients vont chercher et payer leur consommation directement au comptoir.

PUCHERO Pot-au-feu de la cuisine espagnole associant du bœuf, du mouton, du saucisson, du jambon et des légumes.

Le puchero, la plupart du temps très relevé, est également traditionnel en Amérique latine, où il est très souvent garni d'épis de maïs.

PUDDING Entremets sucré d'origine anglaise (au Québec, on écrit « pouding »), servi chaud ou froid, à base de pâte, de mie de pain, de biscuits, de riz ou de semoule, agrémenté de fruits frais, secs ou confits et d'épices, le tout étant lié avec des œufs ou une crème, généralement cuit dans un moule et servi avec une sauce aux fruits ou une crème anglaise *(brandy butter)*.

Outre le Christmas-pudding (voir ce mot), il existe en Grande-Bretagne une profusion de puddings, auxquels les Britanniques vouent un attachement souvent sentimental : pudding Victoria (aux pommes, au riz et au citron), pudding à la reine (bananes écrasées, graisse de bœuf, œufs et mie de pain), pudding duchesse (macarons, crème, pistaches et confiture), *cabinet-pudding* (lits alternés de biscuits imbibés de liqueur ou d'alcool et de raisins secs avec des fruits confits, liés avec un appareil à crème renversée) et même *hasty pudding* (pudding « vite fait »), confectionné avec des tranches de pain et des fruits en compote, servi avec de la crème fraîche.

Dans la cuisine anglaise, le pudding est également une sorte de pain de viande au bœuf et aux rognons ou au lapin, ainsi qu'un apprêt de la pomme de terre (voir YORKSHIRE PUDDING).

pouding du pêcheur de Saint-Michel-des-Saints

Mélanger 6 cl d'huile et 25 g de sucre. Incorporer 1 œuf. Ajouter petit à petit 25 cl de lait, en même temps que 250 g de farine et 1,5 cl de poudre à pâte préalablement tamisée. Mettre la préparation dans un moule beurré. Délayer 50 g de cassonade dans 50 cl d'eau. Ajouter 45 g de beurre et verser sur la pâte. Cuire 40 min au four préchauffé à 180 °C.

pudding aux amandes à l'anglaise

Travailler en pommade, dans une terrine, 125 g de beurre ramolli et 150 g de sucre semoule. Ajouter 250 g d'amandes douces mondées et finement hachées, 1 pincée de sel fin, 1 cuillerée à soupe d'eau de fleur d'oranger, 2 œufs entiers et 2 jaunes, et 4 cuillerées à soupe de crème fraîche épaisse. Bien travailler le mélange, puis le verser dans un moule à soufflé beurré. Cuire 45 min au four préchauffé à 200 °C. Servir dans le moule de cuisson.

pudding à l'américaine

Mettre dans une terrine 75 g de pain de mie rassis émietté, 100 g de farine tamisée, 100 g de cassonade et 75 g de moelle de bœuf hachée. Ajouter 100 g de fruits confits coupés en petits dés, 1 cuillerée à soupe de zeste d'orange et autant de zeste de citron, blanchis, rafraîchis et finement hachés. Lier avec 1 œuf entier et 3 jaunes. Ajouter 1 grosse pincée de cannelle, autant de noix de muscade râpée et 1 verre à liqueur de rhum. Bien mélanger et verser dans un moule à charlotte beurré et fariné. Cuire 50 min au bain-marie dans le four préchauffé à 210 °C. Laisser refroidir complètement et démouler. Servir avec un sabayon au rhum à part.

pudding glacé Capucine

Préparer une pâte à génoise et la cuire dans un moule à charlotte. La laisser refroidir complètement, puis retirer, sur le dessus, une mince abaisse qui servira de couvercle ; évider presque entièrement la génoise sans briser la croûte et la garnir, par couches alternées, de mousse glacée à la mandarine et de mousse glacée au kummel. Poser le couvercle. Mettre la génoise 6 heures dans le congélateur. Au moment de servir, la décorer de crème Chantilly à la poche à douille. Classiquement, ce pudding glacé est dressé sur un socle de nougatine et décoré de fleurs et de rubans en sucre.

pudding Nesselrode

Mélanger 1 litre de crème anglaise avec 250 g de purée de marron très fine. Faire macérer dans du malaga 125 g d'écorces d'orange et de cerises confites coupées en petits dés, et mettre à gonfler 125 g de raisins de Corinthe et de Smyrne dans de l'eau tiède. Les ajouter à cette crème, ainsi que 1 litre de crème fouettée parfumée au marasquin. Verser cette composition dans un grand moule à charlotte garni entièrement avec du papier blanc. Fermer avec du papier d'aluminium en double épaisseur, maintenu avec un élastique. Mettre le moule 1 heure dans le congélateur. Démouler sur un plat de service, enlever le papier et décorer d'une couronne de marrons glacés.

pudding au pain à la française

Émietter 14 tranches de pain brioché rassis. Verser dessus 4 œufs battus en omelette, mélangés avec 100 g de sucre semoule ; ajouter 4 dl de lait tiède, puis 4 cuillerées à soupe de raisins secs gonflés dans du thé léger, 3 cuillerées à soupe de salpicon de fruits confits, autant de rhum, 1 pincée de sel et 1/2 pot de marmelade d'abricot tamisée. Bien mélanger. Beurrer un moule à pudding, à charlotte ou à manqué et y verser la moitié de la pâte. Répartir par-dessus 4 poires au sirop égouttées et taillées en lamelles. Verser le reste de la préparation. Taper le moule sur le plan de travail pour homogénéiser l'appareil et le mettre dans un bain-marie. Porter à ébullition sur le feu, puis cuire 1 heure au four préchauffé à 210 °C. Passer le fond du moule dans de l'eau froide, puis démouler le pudding dans un plat rond et accompagner d'une sauce au cassis.

pudding aux pommes à l'anglaise (apple-pudding)
Mélanger, en travaillant bien la pâte, 400 g de farine, 225 g de graisse de rognon de bœuf finement hachée, 30 g de sucre semoule, 7 g de sel et 1 dl d'eau. Abaisser cette pâte sur 8 mm d'épaisseur. Beurrer un bol à pudding de 1 litre et le foncer avec la moitié de la pâte, puis y verser des pommes émincées, additionnées de sucre semoule, d'un zeste de citron haché et de cannelle en poudre. Recouvrir avec le reste de la pâte et bien souder les bords en les pinçant entre les doigts. Envelopper le bol dans un linge et fixer celui-ci avec une ficelle en le serrant bien. Placer le pudding dans une casserole d'eau bouillante (celle-ci doit arriver juste sous le bord) et cuire 2 heures à feu doux.

pudding à la semoule
Verser en pluie 250 g de semoule fine dans 1 litre de lait bouillant additionné de 125 g de sucre, d'une grosse pincée de sel et de 100 g de beurre. Mélanger et cuire 25 min à feu très doux ; laisser tiédir un peu, puis ajouter 6 jaunes d'œuf, 1 petit verre de liqueur à l'orange et 4 blancs d'œuf battus en neige très ferme avec une pincée de sel. Verser cet appareil dans un moule à savarin beurré et poudré de semoule. Cuire au bain-marie dans le four préchauffé à 200 °C, jusqu'à ce que la composition soit légèrement élastique au toucher. Laisser reposer 30 min avant de démouler et accompagner d'une sauce anglaise ou à l'orange.

puddings au riz
Laver 250 g de riz et le blanchir. L'égoutter et le verser dans une casserole allant au four, puis le mouiller de 1 litre de lait bouilli mélangé avec 150 g de sucre semoule, 1/2 gousse de vanille et 1 pincée de sel. Ajouter 50 g de beurre, remuer et porter doucement à ébullition ; couvrir et poursuivre la cuisson de 25 à 30 min dans le four préchauffé à 220 °C. Ajouter 8 jaunes d'œuf hors du feu, mélanger doucement, puis incorporer 7 ou 8 blancs d'œuf battus en neige très ferme. Garnir de cette préparation 10 petits moules à pudding beurrés et poudrés de chapelure fine. Cuire au bain-marie de 30 à 35 min. Démouler et accompagner d'un sabayon au rhum, d'une crème anglaise ou d'une sauce aux fruits parfumée à la liqueur.

scotch pudding
Détremper dans une terrine 500 g de mie de pain fraîchement tamisée avec un peu de lait bouilli. Ajouter 375 g de moelle de bœuf finement hachée, 125 g de sucre semoule, 125 g de raisins de Corinthe, 125 g de raisins de Málaga épépinés, 125 g de raisins de Smyrne et 175 g de fruits confits hachés, puis 4 œufs entiers et 4 cuillerées à soupe de rhum. Bien travailler le mélange et le verser dans un moule uni beurré. Cuire 1 heure au bain-marie, dans le four préchauffé à 200 °C. Accompagner d'un sabayon au rhum ou d'une crème anglaise au madère.

PUITS D'AMOUR Petite pâtisserie ronde faite d'une abaisse de pâte feuilletée et surmontée d'une couronne de pâte à choux, ces deux pâtes étant cuites ensemble ; le centre est garni, après cuisson, de crème pâtissière vanillée ou pralinée, caramélisée au fer rouge, ou encore de confiture.

PULIGNY-MONTRACHET Vin AOC blanc et parfois rouge produit dans ces deux communes de la Côte de Beaune, qui donnent les prestigieux montrachets (voir BOURGOGNE).

PULQUE Boisson alcoolisée mexicaine, obtenue par fermentation du suc de l'agave (voir TEQUILA, MESCAL). Le pulque, généralement consommé frais, rappelle un peu le cidre mousseux. Ce breuvage très courant est débité en grandes quantités dans les fermes ainsi que dans les *pulquerías,* petites tavernes populaires.

PUNCH Boisson glacée ou brûlante, parfois flambée, faite soit de thé, de sucre, d'épices, de fruits et de rhum ou d'eau-de-vie, soit de rhum et de sirop de sucre (voir COCKTAIL). Vers 1830, l'importation du rhum des Îles étant désormais autorisée en France (auparavant, elle était interdite pour ne pas concurrencer le cognac), l'anglomanie imposa la mode du punch.

Cette vogue, qui annonçait celle des cocktails, donna naissance à de nombreuses variantes : punch anglais (thé bouillant versé sur des rondelles de citron, avec du sucre, de la cannelle et du rhum), qu'il était jadis d'usage de brûler ; punch français (thé en moins grande quantité, et, à la place du rhum, une eau-de-vie, flambée) ; punch marquise (sauternes brûlant ou glacé, additionné de sucre, de zeste de citron et de girofle, éventuellement flambé) ; punch à la romaine (sorbet au vin blanc sec ou au champagne, à l'orange ou au citron, additionné de meringue à l'italienne, sur lequel on verse un verre de rhum au moment du service).

Le punch planteur (mélange de rhum blanc, de sirop de canne à sucre et de jus d'orange ou de citron, parfois relevé d'un trait d'angostura) et le punch batida brésilien (eau-de-vie de rhum et jus de citron vert, de goyave ou de mangue) sont apparus beaucoup plus récemment en Europe.

PUR Se dit d'un aliment dont la composition correspond à une réglementation légale.
– « Pur (nom d'un fruit) » : ce seul fruit est employé dans le produit ainsi qualifié.
– « Pur porc » (ou autre nom d'animal) : la viande et la graisse proviennent uniquement de l'animal mentionné, mais additifs et colorants sont admis.
– « Pure » (huile) : elle ne contient pas de colorant.
– « Pure panne » : il s'agit d'un saindoux provenant exclusivement de panne de porc extraite à chaud.
– *« Pure malt » :* cette appellation qualifie un whisky fait exclusivement d'orge maltée.

En Allemagne, la « loi de pureté » régit la fabrication des bières, qui doivent être obtenues uniquement à partir d'orge germée, à l'exclusion de toute autre céréale, de levure et d'eau. En Belgique, le mot « pur » est défini par l'arrêté royal du 17 avril 1980. Au Canada et en Suisse, les réglementations sont comparables à celles de la France.

PURÉE Préparation plus ou moins épaisse obtenue en foulant et en passant au tamis (ou en écrasant à l'aide d'un presse-purée ou d'un mixeur) des aliments généralement cuits.

Les purées de légumes – et surtout de pomme de terre – qui accompagnent les plats de viande, de gibier ou de poisson sont assez consistantes, de même que celles qui servent de condiment (pour tartiner des canapés, entrer dans une farce, une sauce, etc.). Pour la confection des potages, on les « détend » avec un liquide. Certains légumes trop aqueux pour donner une purée suffisamment épaisse sont additionnés d'un élément de liaison (pommes de terre en purée, flocons de céréale, fécule, béchamel serrée).

Les purées de viande, de gibier ou de poisson, souvent additionnées d'une sauce brune ou blanche, servent essentiellement de garniture pour bouchées ou barquettes, de farce pour œufs durs, fonds d'artichaut, pannequets, etc.

Les fruits réduits en purée, à froid ou à chaud, interviennent dans la préparation des glaces, des coulis et des sauces de dessert.

choux de Bruxelles en purée → CHOU DE BRUXELLES
grenouilles à la purée d'ail et au jus de persil → GRENOUILLE
grives à la purée d'oignon au vinaigre de xérès → GRIVE
œufs à la coque Faugeron à la purée de truffe → ŒUF À LA COQUE

purée d'ail
Blanchir des gousses d'ail et les faire étuver au beurre. Ajouter quelques cuillerées de béchamel bien réduite et passer le tout au tamis ou dans un robot électrique.

purée d'anchois froide
Bien dessaler 75 g d'anchois, lever les filets et les réduire en purée dans un mortier ou au mixeur avec 4 jaunes d'œuf durs et 3 cuillerées à soupe de beurre. Ajouter 1 cuillerée à soupe de fines herbes et mélanger. Servir très frais.

purée de carotte
Cuire dans de l'eau salée, additionnée de 1 petite cuillerée de sucre en poudre et de 1 cuillerée de beurre, 500 g de carottes nouvelles émincées. Les égoutter et les passer au tamis fin ou au mixeur. Chauffer la purée ; y ajouter, si elle est trop épaisse, quelques cuillerées de la cuisson et incorporer, au dernier moment, 50 g de beurre frais. Bien mélanger et dresser en légumier.

purée de cervelle
Faire pocher 1 cervelle de bœuf au court-bouillon, puis la passer au tamis. Lui ajouter un volume égal de béchamel, additionnée de 1 cuillerée à soupe de crème par décilitre de cette sauce ; saler et poivrer le tout. Ajouter éventuellement du jambon ou des champignons hachés, ou une brunoise de légumes.

purée de courgette
Peler les courgettes, les couper en rondelles, les mettre dans une casserole, les couvrir juste d'eau, saler, ajouter 3 ou 4 gousses d'ail épluchées et cuire à couvert 15 min. Éventuellement, faire dessécher la purée sur le feu sans la laisser attacher. Ajouter du beurre. Parsemer de fines herbes ciselées, ou faire gratiner au four avec du gruyère râpé.

purée de crevette
Écraser au pilon dans un mortier des queues de crevettes grises décortiquées. Ajouter à cette purée un volume égal de béchamel additionnée de crème fraîche et réduite. Rectifier l'assaisonnement. Utiliser cette préparation pour compléter farces et sauces pour poissons et crustacés.

purée de fèves fraîches
Écosser et dérober 500 g de fèves fraîches et les cuire à l'étuvée avec 50 g de beurre, 1 branche de sarriette, 1 pincée de sel, 1 cuillerée à café rase de sucre et 1 dl d'eau. Passer les légumes au tamis ou au mixeur. Allonger la purée ainsi obtenue avec du consommé jusqu'à la consistance voulue.

purée de foie gras
Ajouter à du velouté de volaille bien réduit le double de son volume de foie gras cuit et passé au tamis fin. Mélanger sur le feu ; lier de jaunes d'œuf. Utiliser cette purée pour garnir bouchées, barquettes, tartelettes...

purée de foie de veau ou de volaille
Faire raidir au beurre le foie coupé en morceaux ou les foies de volaille, sur feu vif, puis les réduire en purée au mixeur. Assaisonner celle-ci, puis la parfumer éventuellement avec du madère. L'utiliser pour les farces à gratin.

purée de gibier
Dénerver de la chair cuite de faisan, de canard, de lapereau ou de perdreau et la réduire en purée au mixeur. Ajouter le même poids de riz cuit au gras, puis broyer à nouveau, mais très rapidement. Rectifier l'assaisonnement.

purée de laitue
Braiser des laitues au maigre, puis les passer au mixeur avec leur fond de braisage. Faire chauffer la purée obtenue et lui ajouter le tiers de son volume de béchamel. Rectifier l'assaisonnement et beurrer au moment de servir.

purée de lentilles
Trier et laver les lentilles. Dans une grande casserole, les couvrir largement d'eau froide, porter à ébullition et écumer. Ajouter du gros sel, du poivre, 1 bouquet garni, 1 gros oignon piqué de 2 clous de girofle et 1 petite carotte coupée en dés. Cuire à couvert à petits frémissements. Retirer le bouquet garni et l'oignon clouté. Passer les lentilles chaudes au moulin à légumes ; chauffer doucement la purée en la travaillant à la cuillère de bois et la lier avec du beurre frais.

RECETTE DE JOËL ROBUCHON

purée de navet et de pomme de terre

« Épluchez 750 g de navets et 750 g de pommes de terre rattes. Taillez-les séparément en dés. Préparez un nouet et enfermez-y 8 baies de genièvre, 4 ou 5 tranches de gingembre frais, 1 cuillerée à café de romarin effeuillé et 1 petite cuillerée à café de grains de poivre noir. Épluchez 2 oignons moyens et hachez-les. Pelez 2 gousses d'ail et hachez-les. Dans une cocotte, chauffez 3 cuillerées à soupe de graisse d'oie ou de canard. Versez-y les dés de navets, salez légèrement, mettez 1 pincée de sucre et laissez blondir. Ajoutez les pommes de terre et faites-les sauter. Ajoutez ensuite l'oignon et l'ail. Mouillez à faible hauteur de bouillon de volaille. Cuisez 25 min à feu doux, jusqu'à évaporation du bouillon. Chauffez 1 cuillerée à soupe de graisse et dorez-y 12 croûtons de pain de mie des deux côtés. Retirez le nouet, pilez les légumes en purée et rectifiez l'assaisonnement. Dressez dans un plat creux chaud et parsemez des croûtons. Décorez éventuellement d'un cordon de jus de rôti de volaille. »

purée d'oseille

Trier et nettoyer l'oseille en retirant les queues dures. Mettre les feuilles dans une grande casserole et les mouiller largement d'eau bouillante ; porter à ébullition et cuire 4 ou 5 min ; égoutter dans un tamis. Dans une cocotte, préparer un roux blond avec 60 g de beurre et 40 g de farine. Ajouter l'oseille, bien mélanger. Mouiller de 5 dl de consommé blanc, saler et poudrer d'une pincée de sucre. Couvrir, porter à ébullition sur le feu, puis cuire 1 h 30 au four préchauffé à 180 °C. Passer l'oseille au mixeur et réchauffer la purée. Lier avec 3 œufs entiers délayés avec 1 dl de crème. Ajouter 100 g de beurre divisé en parcelles.

purée de piment

Ouvrir en long des piments forts et les épépiner. Les piler finement au mortier ; ajouter un peu d'oignon, du gingembre et du sel. Bien mélanger et mettre cette purée dans des petits flacons hermétiques ; recouvrir d'huile. Laisser macérer 2 mois avant l'emploi.

purée de pomme de terre

Peler de grosses pommes de terre crues à pulpe ferme ; les couper en quartiers et les plonger dans de l'eau froide salée. Les laisser cuire jusqu'à ce qu'elles commencent à se défaire, puis bien les égoutter. Les réduire en purée dans un moulin à légumes ; les mettre dans une casserole et ajouter 75 g de beurre pour 750 g de pulpe ; bien remuer sur feu doux, puis ajouter du lait bouillant, en remuant à la spatule de bois, jusqu'à bonne consistance. Rectifier l'assaisonnement.

purée de saumon

Réduire en purée 250 g de chair de saumon frais, cuit au court-bouillon, ou de saumon en conserve bien paré. Ajouter à cette purée 125 g de béchamel très réduite. Faire chauffer en remuant bien et ajouter, en fouettant, 50 g de beurre. Rectifier l'assaisonnement. Lui ajouter éventuellement le quart de son poids de duxelles de champignon.

purée Soubise

Peler et émincer 1 kg d'oignons blancs et les plonger dans beaucoup d'eau salée. Porter à ébullition, puis égoutter les oignons et les mettre dans une casserole avec 100 g de beurre, du sel, du poivre et 1 pincée de sucre ; couvrir et laisser étuver doucement de 30 à 40 min. Ajouter alors aux oignons le quart de leur volume de riz cuit à l'eau ou de béchamel épaisse ; bien mélanger et poursuivre la cuisson 20 min. Rectifier l'assaisonnement, passer au tamis très fin et ajouter 75 g de beurre.

royale de purée de volaille → ROYALE

PYRAMIDE Appellation d'un fromage de chèvre ayant une forme voisine de celle du valençay (voir ce mot) laitier, fabriqué en fromagerie dans le centre de la France à partir de caillé congelé et de lait en poudre.

PYRÉNÉES (VINS) La vigne a trouvé une place idéale dans les premiers contreforts des Pyrénées. Elle joue avec l'exposition et le climat océanique, accentué par la montagne, pour composer des centaines de terroirs.

Le jurançon, le vin d'Henri IV, demeure le grand vin blanc de la région ; avec les cépages gros- et petit-manseng et le courbu, il est vinifié en sec ou en moelleux quand les raisins sont surmaturés ; dans ce cas, il présente des arômes de fruits exotiques et d'épices et un remarquable équilibre entre le sucré et l'acide.

Le madiran tire sa virilité et sa charpente du cépage tannat, souvent associé au cabernet-sauvignon et au cabernet franc, qui lui apportent davantage de souplesse. Sur le même terroir, le pacherenc-du-vic-bilh (voir ce mot) produit des vins blancs secs qui, les années chaudes, deviennent moelleux en développant des arômes de fleurs et de miel. Enfin, le tursan VDQS donne des rouges et des rosés, mais surtout un bon blanc, nerveux et parfumé.

PYREX Nom déposé d'un matériau apparu sur le marché en 1937. C'est un verre peu fusible et très résistant, qui supporte les cuissons au four ou sur la flamme avec diffuseur ; on l'utilise aussi pour des récipients destinés à contenir des liquides brûlants. En revanche, le Pyrex ne supporte pas les grands écarts de température.

PYROFLAM Nom déposé d'un matériau inventé en 1957. C'est un verre auquel on a ajouté une substance qui modifie sa structure, donc ses caractéristiques. Comme le verre, le Pyroflam peut être moulé, pressé ou soufflé. Il sert, en particulier, à fabriquer casseroles, poêlons, plats de cuisson et de service, moules, etc. Très résistant à la chaleur, il supporte les brusques écarts de température, à la différence du Pyrex. De plus, il emmagasine la chaleur et reste chaud une vingtaine de minutes après avoir été retiré du feu.

QR

QUADRILLER Marquer la surface d'un aliment cuit au gril (généralement une viande ou un poisson) de plusieurs traits qui se croisent en formant des losanges. Ce sont les barreaux du gril (bien chauds, mais non brûlants) qui provoquent une caramélisation superficielle de la chair, qui a été préalablement badigeonnée d'huile.

On quadrille également avant cuisson des éléments que l'on vient de paner à l'anglaise en y traçant des losanges ou des carrés avec le dos d'un couteau, afin d'améliorer la présentation finale.

Enfin, en pâtisserie, le quadrillage consiste à disposer des petites bandes de pâte en croisillons sur une tarte (Linzertorte, notamment), une conversation, etc. On quadrille avec une brochette rougie au feu le dessus d'une crème sucrée ou d'un meringage.

QUARTS-DE-CHAUME Vin AOC blanc moelleux d'Anjou, provenant d'un vignoble des coteaux du Layon. Titrant entre 13 et 15 % Vol., fruité et liquoreux, le quarts-de-chaume possède un bouquet incomparable (voir ANJOU).

QUASI Morceau du veau situé dans la partie supérieure du cuisseau (le romsteck chez le bœuf). On l'appelait autrefois « culotte » ou « cul-de-veau » (voir planche de la découpe du veau page 1083). Le quasi est un excellent morceau à rôtir, plus sapide et plus moelleux que la noix ou la sous-noix. On peut y détailler des escalopes et il se traite aussi en fricandeau.

QUASSIA Arbuste d'Amérique tropicale, de la famille des sinarubacées, dont le bois était utilisé traditionnellement pour préparer des apéritifs et des toniques. Aujourd'hui, son principe amer, la quassine, sert à parfumer des boissons gazeuses (bitter).

QUATRE-ÉPICES Mélange d'épices qui comprend généralement du poivre moulu, de la muscade râpée, du clou de girofle en poudre et de la cannelle en poudre. Le quatre-épices convient aux ragoûts, aux civets, aux terrines et aux plats de gibier.

Mais on appelle aussi « quatre-épices » (ou « toute-épice ») le condiment tiré des graines de la nigelle, au goût piquant et parfumé, qui joua un rôle important jusqu'au XVIe siècle et continue de figurer dans certains mélanges d'épices ; en Égypte, on le mélange à la farine pour aromatiser le pain ou la pâtisserie.

QUATRE-FRUITS Expression employée traditionnellement pour désigner quatre fruits rouges d'été – la fraise, la cerise, la groseille et la framboise –, utilisés ensemble pour confectionner des confitures, du sirop ou des compotes.

QUATRE-QUARTS Gâteau de pâtisserie familiale, fait d'un poids égal de farine, de beurre, de sucre et d'œufs, le poids des œufs déterminant celui des trois autres ingrédients. La façon de les mélanger et l'ordre dans lequel on les incorpore varient selon les recettes. Le quatre-quarts peut être aromatisé à la vanille, au citron, à l'orange, etc.

quatre-quarts

Beurrer et fariner un moule à cake. Peser 3 œufs, puis peser le même poids de sucre semoule, de beurre et de farine tamisée. Casser les œufs en séparant blancs et jaunes. Travailler les jaunes avec le sucre semoule et 1 pincée de sel jusqu'à ce qu'ils blanchissent et gonflent. Incorporer alors le beurre préalablement fondu, mais refroidi, puis la farine et, enfin, 1 petit verre de rhum ou de cognac. Fouetter les

blancs en neige très ferme et les incorporer délicatement. Verser la pâte dans le moule et cuire 45 min dans le four préchauffé à 200 °C.

QUATRIÈME GAMME Technique de conservation qui rend un aliment prêt à l'emploi au moment de l'ouverture de son emballage. Celui-ci n'est pas absolument étanche, mais cependant assez hermétique pour éviter les fermentations qui entraînent le brunissement et altèrent le goût et la texture de l'aliment ainsi traité.

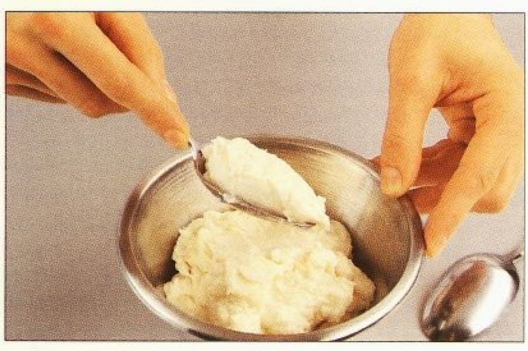
Les produits de quatrième gamme, surtout des végétaux crus, se conservent de cinq à sept jours à 3 °C.

QUENELLE Apprêt réalisé à partir d'une panade – farine de blé, eau et matière grasse – additionnée d'œuf, de matière grasse, d'épices et de chair pilée de viande, de volaille, de gibier ou de poisson, et façonné en forme de fuseau.

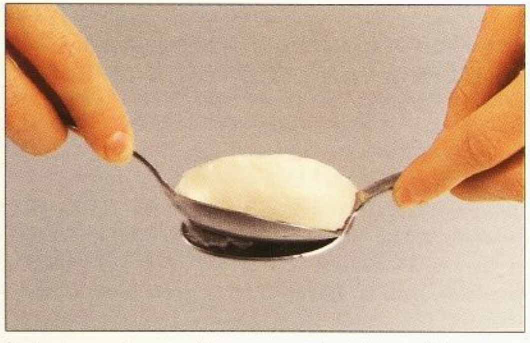
Les quenelles traditionnelles, fleuron de la gastronomie lyonnaise, se préparent avec du brochet et de la graisse de rognon de veau. Elles sont pochées à l'eau et servies en sauce ou gratinées, en entrée.

Les quenelles de petite taille servent aussi d'éléments de garniture, notamment pour les grosses volailles, interviennent dans les ragoûts et salpicons, ou encore enrichissent certains potages.

Préparer des quenelles de poisson



1. *À l'aide d'une cuillère à soupe humide, prélever dans la masse une portion de quenelle.*



2. *Façonner la quenelle avec une deuxième cuillère. Procéder de même pour toutes les quenelles, puis les faire pocher.*

confit de foie gras, quenelles de figues et noix → FOIE GRAS

quenelles de brochet : préparation

Lever les filets de 1 brochet de 1,250 kg ; retirer la peau et les arêtes pour obtenir 400 g de chair. Hacher celle-ci très finement au mixeur, puis la mettre dans le réfrigérateur. Porter à ébullition 2,5 litres d'eau avec 80 g de beurre, du sel, du poivre et de la muscade ; hors du feu, verser d'un coup 125 g de farine tamisée et mélanger énergiquement à la spatule pour bien lisser. Remettre cette pâte sur le feu en remuant jusqu'à ce qu'elle se détache des parois. Hors du feu, ajouter 3 jaunes d'œuf, un par un. Laisser refroidir cette panade sur plaque (la recouvrir d'un film plastique pour qu'elle ne se dessèche pas). Quand elle est bien froide, la passer au mixeur avec la chair de brochet. Travailler 200 g de beurre en pommade. Verser le tout dans une terrine placée dans une bassine remplie de glace pilée ; saler et poivrer. Incorporer 6 œufs entiers, un par un, et enfin le beurre : la préparation doit être très homogène. Mettre le mélange 30 min dans le réfrigérateur. Mouler les quenelles en trempant deux cuillères à soupe dans de l'eau chaude et en prélevant la farce entre ces deux cuillères. Faire glisser les quenelles au fur et à mesure dans 2 litres d'eau salée frémissante et les faire pocher 15 min ; les sortir délicatement, les égoutter sur du papier absorbant et les laisser refroidir. Accommoder selon la recette.

quenelles de brochet à la lyonnaise

Préparer, d'une part, 600 g de godiveau lyonnais, d'autre part, une béchamel avec 100 g de beurre, 1,5 litre de lait, 100 g de farine tamisée, un peu de noix de muscade râpée, du sel, du poivre et 2 dl de crème fraîche épaisse. Façonner des quenelles avec le godiveau. Beurrer un plat à gratin et y verser le quart de la béchamel ; disposer les quenelles dessus, les recouvrir du reste de la béchamel et parsemer de petites noisettes de beurre. Cuire 15 min dans le four préchauffé à 190 °C : les quenelles vont beaucoup gonfler. Servir aussitôt.

quenelles de brochet mousseline

Mixer 500 g de chair de brochet avec 5 g de sel fin, 1 pincée de poivre blanc et 1 pincée de muscade râpée ; ajouter 3 blancs d'œuf, un par un ; quand le mélange est lisse et homogène, le verser dans une jatte. Mettre celle-ci dans le réfrigérateur en même temps que 6,5 dl de crème fraîche épaisse et le bol du mixeur. Une fois le mélange refroidi, le verser dans ce bol. Ajouter 2,5 dl de crème refroidie et faire tourner l'appareil quelques secondes, pour que la farce soit parfaitement homogène. Recommencer la même opération avec 2 dl de la crème, puis avec le reste. Mouler et pocher ces quenelles comme les quenelles de brochet.

▶
Quenelles Nantua
Recette voir page 876.



RECETTE DU RESTAURANT *NANDRON*, À LYON

quenelles de brochet Nandron

« Passer au tamis fin 1 kg de chair de brochet. La mettre sur glace dans un mélangeur, et ajouter 30 g de sel et 3 g de poivre de Cayenne. Ajouter 7 œufs entiers, un par un, puis 1 litre de crème, petit à petit. Monter comme une mayonnaise et incorporer au dernier moment 250 g de beurre fondu. Laisser reposer 24 heures au frais. Sur une table, de préférence en marbre, légèrement farinée, rouler les quenelles. Les faire pocher 15 min dans de l'eau salée légèrement frémissante, puis les rafraîchir vivement. Préparer une béchamel et lui ajouter 100 g de beurre d'écrevisse. Mettre cette sauce dans une timbale, ajouter les quenelles et laisser pocher 15 min à couvert. »

quenelles Nantua

Confectionner des quenelles de brochet et les pocher. Faire fondre 40 g de beurre dans une casserole, ajouter 40 g de farine ; cuire 1 min en remuant au fouet, sans laisser colorer. Porter à ébullition 1/2 litre de lait avec du sel, du poivre et de la muscade ; ajouter 25 cl de crème épaisse. Verser en fouettant sur le mélange beurre-farine refroidi. Ajouter 1 oignon moyen piqué de 2 clous de girofle ; cuire 30 min à feu très doux. Passer au chinois, ajouter en fouettant 80 g de beurre d'écrevisse ou de homard. Cuire 250 g de champignons lavés et coupés en quartiers pendant 4 à 5 min dans un peu d'eau citronnée et salée. Disposer dans un plat à rôtir beurré les quenelles, des écrevisses décortiquées ou des crevettes. Napper de sauce ; saupoudrer éventuellement de chapelure et arroser de 50 g de beurre fondu. Cuire 15 min au four préchauffé à 180 °C. Servir aussitôt. Accompagner de champignons. (Voir photographie page 875.)

quenelles de veau

Préparer une farce à godiveau à la crème et la mettre 30 min dans le réfrigérateur. Rouler l'appareil en boulettes entre les mains (enduites de farine). Allonger ces boulettes en forme de grosses olives et les pocher, puis les apprêter comme les quenelles de brochet.

QUERCY La cuisine quercinoise, savoureuse, n'est pas sans parenté avec celle du Périgord voisin. C'est notamment le cas pour les soupes : tourin à l'ail et à l'oignon, soupe au chou accompagnée de miques, et potages aux légumes, que termine le chabrot.

Mais, aux yeux de beaucoup, le Quercy, avec sa capitale, Cahors, est avant tout le royaume de la truffe, que l'on apprête très diversement et dont on agrémente volailles, pâtés, gibier et omelettes.

La charcuterie est très variée : boudin blanc, jambon cru des Causses, pieds de porc à la vinaigrette, saucisses de foie, tripes au safran... Les cuisiniers quercinois ont en outre consacré de succulentes recettes à l'oie : cous farcis et confits, mais aussi alicot et tourte (de volaille aux pommes de terre et aux salsifis).

Les produits de la pêche figurent plus rarement au menu : cependant, le brochet farci et les écrevisses se distinguent, ainsi que la morue fumée, à l'huile de noix et aux œufs (stoficado). Le gigot se présente couronné d'ail et non piqué, l'ail étant d'ailleurs indissociable de tout apprêt quercinois. Le répertoire culinaire fait aussi honneur aux champignons, notamment aux cèpes, dont le Lot est un lieu de production réputé.

Parmi les fromages dominent les bleus et les cabécous. Les entremets regroupent surtout des brioches rustiques, des beignets, des crêpes épaisses, au froment et garnies de fruits, ou au sarrasin. Les prunes, les pêches, les fraises, les melons et le raisin de la région méritent des éloges, au même titre que la noix (qui donne de l'huile, mais aussi une liqueur et des confitures). Enfin, le Quercy est également renommé pour son vin AOC « noir » de Cahors.

QUESO Mot signifiant « fromage » en espagnol. De nombreux fromages d'Espagne et d'Amérique latine sont appelés *quesos*, ce mot étant généralement suivi d'un qualificatif : *queso añejo* mexicain, au lait de chèvre ou de vache, sec et friable, servi avec des galettes de maïs ; *queso de bola*, au lait de vache, mexicain ou espagnol, qui rappelle l'édam ; *queso de cabra*, au lait de chèvre, rond, blanc et frais, typiquement chilien ; *queso de cabrales* espagnol, sorte de bleu au lait de chèvre ou de brebis ; *queso de crema* costaricien, au lait de vache, à pâte pressée ; *queso de Mahón* espagnol, au lait de vache avec une petite proportion de lait de brebis, à pâte pressée ; *queso de puna* portoricain, au lait de vache écrémé, qui se mange frais ; *queso de mano* vénézuélien, au lait de vache, à pâte cuite, élastique, rond et enveloppé de feuilles de bananier.

QUETSCHE Variété de prune oblongue, sucrée et parfumée, surtout cultivée en Alsace (voir planche des prunes page 867). La quetsche convient bien pour les tartes, les compotes et les confitures. On en tire également une eau-de-vie réputée, fruitée et moelleuse.

QUEUE Appendice caudal d'un animal de boucherie et dont la chair est moelleuse (voir tableau des abats page 10).

La queue de bœuf donne des apprêts savoureux : braisée et servie avec une garniture flamande ou nivernaise ; intégrée au pot-au-feu, dont elle corse sensiblement le bouillon ; utilisée pour le potage cardinal, l'oxtail britannique ou le hochepot flamand, ou encore bouillie, puis panée et grillée, à la Sainte-Menehould.

La queue de veau complète les viandes de pot-au-feu ou parfume un potage aux légumes.

La queue de porc reçoit les mêmes apprêts que le « pied de cochon » (panée et grillée) ; elle se traite aussi en saumure.

Quant à la queue de mouton, elle n'est guère utilisée en cuisine ; on la fait rôtir avec le gigot.

La queue est également l'appendice caudal de certains crustacés, dont elle constitue souvent la seule partie comestible, une fois décortiquée : queues des crevettes, des langoustines, des écrevisses.

hochepot de queue de bœuf → HOCHEPOT

queue de bœuf grillée à la Sainte-Menehould
Détailler une queue de bœuf en tronçons réguliers de 6 ou 7 cm de long et les cuire dans un bouillon préparé comme pour un pot-au-feu, sans laisser la chair se défaire. Les égoutter, les désosser sans les briser et les mettre à refroidir sous presse dans le bouillon dégraissé. Les égoutter, les éponger, les badigeonner de moutarde, les passer dans du beurre clarifié, puis les rouler dans de la mie de pain fraîche et fine. Les griller sur feu doux et les servir avec une sauce diable, piquante, à la moutarde, ou poivrade, bordelaise, Robert. Servir avec une purée de pomme de terre.

terrine de queue de bœuf en gelée d'estragon → TERRINE
timbale de queues d'écrevisse Nantua → TIMBALE

QUICHE Tarte garnie d'un mélange d'œufs battus, de crème fraîche et de lardons, servie en entrée chaude. Cet apprêt originaire de Lorraine est devenu un classique de la cuisine française.

quiche lorraine
Préparer une pâte à foncer avec 250 g de farine, 125 g de beurre, 1 grosse pincée de sel, 1 œuf et 3 cuillerées à soupe d'eau très froide. La rouler en boule et la laisser quelques heures dans le réfrigérateur. L'abaisser sur 4 mm et en garnir une tourtière beurrée et farinée de 22 cm de diamètre, à rebord un peu haut. La piquer et la cuire à blanc de 12 à 14 min dans le four préchauffé à 200 °C. La laisser refroidir. Couper en lardons plats 250 g de poitrine demi-sel et les blanchir 5 min ; les rafraîchir, les éponger et les faire rissoler très légèrement au beurre. Les répartir sur la croûte. Battre 4 œufs en omelette avec 3 dl de crème fraîche épaisse ; saler, poivrer et muscader le mélange, puis le verser sur les lardons. Cuire 30 min au four.

QUIGNON Morceau de pain, généralement l'entame avec la croûte. Dans les Flandres, on confectionne pour Noël des petits gâteaux en forme d'enfant emmailloté, avec de la pâte levée, garnie de raisins secs, et appelés « cougnous » ; en Provence, on les appelle des « cuignots ».

QUINCY Vin AOC blanc du Berry, récolté sur les rives du Cher, mais classé parmi les vins de la Loire. Provenant exclusivement du cépage sauvignon, c'est un vin fin et bouqueté, mais rare.

QUINQUINA Arbre de la famille des rubiacées, originaire du Pérou, cultivé surtout en Indonésie pour son écorce riche en quinine (substance thérapeutique). L'écorce de quinquina est aussi utilisée dans la fabrication d'apéritifs et de boissons alcoolisées, auxquels elle donne une saveur légèrement amère.

quinquina « maison »
Verser 1 demi-litre d'alcool à 90 % Vol. dans un cruchon en grès de 6 litres. Peser 125 g d'écorces de quinquina et 30 g d'écorces d'orange amère, lever le zeste de 1 orange et le tailler en julienne. Mettre tous ces ingrédients dans le cruchon et laisser macérer 1 semaine, au frais et à couvert. Laver une grosse poignée de raisins secs de Málaga à l'eau tiède, les égoutter et les ajouter dans le cruchon. Laisser macérer encore 1 semaine. Filtrer, ajouter 5 litres de vin rouge corsé, puis 1/4 de litre de liqueur de cassis. Mélanger, laisser reposer, filtrer et mettre en bouteilles.

RABELAIS (FRANÇOIS) Écrivain français (Chinon v. 1483 ou v. 1494 - Paris 1553). Successivement moine, médecin et professeur d'anatomie, c'est aussi un prodigieux érudit versé dans l'hébreu, le grec et plusieurs langues vivantes de son temps ; il accompagne à plusieurs reprises le cardinal Jean du Bellay en mission diplomatique à Rome.

Rabelais est l'un des plus grands écrivains français, auteur de *Pantagruel* (1532), de *Gargantua* (1534), du *Tiers Livre* (1546) et du *Quart Livre* (1552), dont les héros, de taille souvent imposante, sont amateurs de bonne chère et gros mangeurs. Son œuvre puissante et originale, qu'il faut « briser comme un os » pour en retenir la « substantifique moelle », fait en effet une large place au domaine du boire et du manger. Les termes « pantagruélique » et « gargantuesque » évoquent un appétit, un repas, un estomac de géant, à la mesure de la truculence d'une table de festin chargée de victuailles.

Dans le *Quart Livre,* au chapitre XI, Rabelais nous donne « le nom des preux et vaillans cuisiniers, lesquelz, comme dedans le cheval de Troie, entrèrent dedans la truie ». C'est l'occasion pour lui d'évoquer nombre de termes de cuisine et d'apprêts courants de son époque : Saulpicquet, Paimperdu, Grasboyau, Carbonnade, Hoschepot, Gualimafré, Croquelardon, Salladier, Macaron, Cochonnet et Talemouse. Dans le livre IV de *Pantagruel,* aux chapitres LIX et LX, il cite une très longue nomenclature de mets et d'aliments, nous donne énormément d'informations sur certains des produits que l'on mange au XVIe siècle.

Le patronyme de Rabelais a tout naturellement été donné à une académie gastronomique.

RÂBLE Partie du lièvre ou du lapin correspondant à la région lombaire et sacrée de l'animal.

Le râble comporte les rognons, qui sont enlevés ou non avant la cuisson. Ce morceau charnu constitue une pièce à rôtir en entier, souvent piquée de lardons ou bardée et marinée. On apprête aussi le râble à la moutarde, à la crème (sauté en casserole), braisé et accompagné de purée de champignon, de marron et d'une sauce poivrade, ou encore sauté et garni de cerises avec une sauce à la crème aigre. Il peut aussi être découpé en deux ou trois morceaux et cuisiné en civet, en gibelotte, en sauté, etc., avec les autres morceaux.

▶ **Recette** : CIVET.

RACAHOUT Fécule alimentaire employée au Moyen-Orient et dans les pays arabes. C'est une poudre grisâtre, composée de salep, de cacao, de farine de glands doux, de fécule de pomme de terre, de farine de riz, de sucre et de vanille, que l'on délaie dans de l'eau ou du lait pour en faire une bouillie ou un potage.

RACHEL Nom donné à divers apprêts de cuisine classique d'après le pseudonyme de la grande tragédienne Élisabeth Félix (1821-1858), qui fut la maîtresse du docteur Véron, éminent gastronome dont les dîners sont restés célèbres. La garniture Rachel (pour petites pièces de boucherie grillées ou sautées, ris de veau braisés, œufs pochés ou mollets) est faite de fonds d'artichaut garnis de lames de moelle et de persil haché, avec une sauce bordelaise ou à la moelle. On retrouve les fonds d'artichaut, avec d'autres ingrédients, dans la salade composée Rachel. Les filets de sole Rachel sont masqués de farce, garnis de lames de truffe, pliés, pochés, dressés en couronne et garnis de pointes d'asperge vertes et de truffes hachées.

▶ **Recettes** : ŒUF POCHÉ, SALADE.

RACLETTE Fondue au fromage, originaire du canton du Valais (Suisse). La raclette est préparée en faisant fondre la tranche d'une demi-meule de fromage du pays, que l'on « racle » au fur et à mesure qu'elle se liquéfie. La tradition veut que le fromage soit grillé devant les braises d'un feu de bois : on le tient ensuite incliné au-dessus d'une assiette et l'on racle la partie coulante, en enlevant aussi la partie de croûte grillée. Le fromage fondu se déguste chaud, avec des pommes de terre en robe des champs, de la viande des Grisons, des cornichons, des oignons au vinaigre et du poivre.

La raclette, que l'on accompagne de fendant du Valais, exige avant tout un fromage gras et parfumé : anniviers, bagnes, conches, orsières (en France, le plus adapté est l'abondance).

Il existe aujourd'hui des « fours à raclette » de table : certains sont dotés d'un support pour exposer la demi-meule de fromage au rayonnement d'une résistance électrique ; d'autres sont constitués d'un système chauffant sous lequel on glisse des portions individuelles.

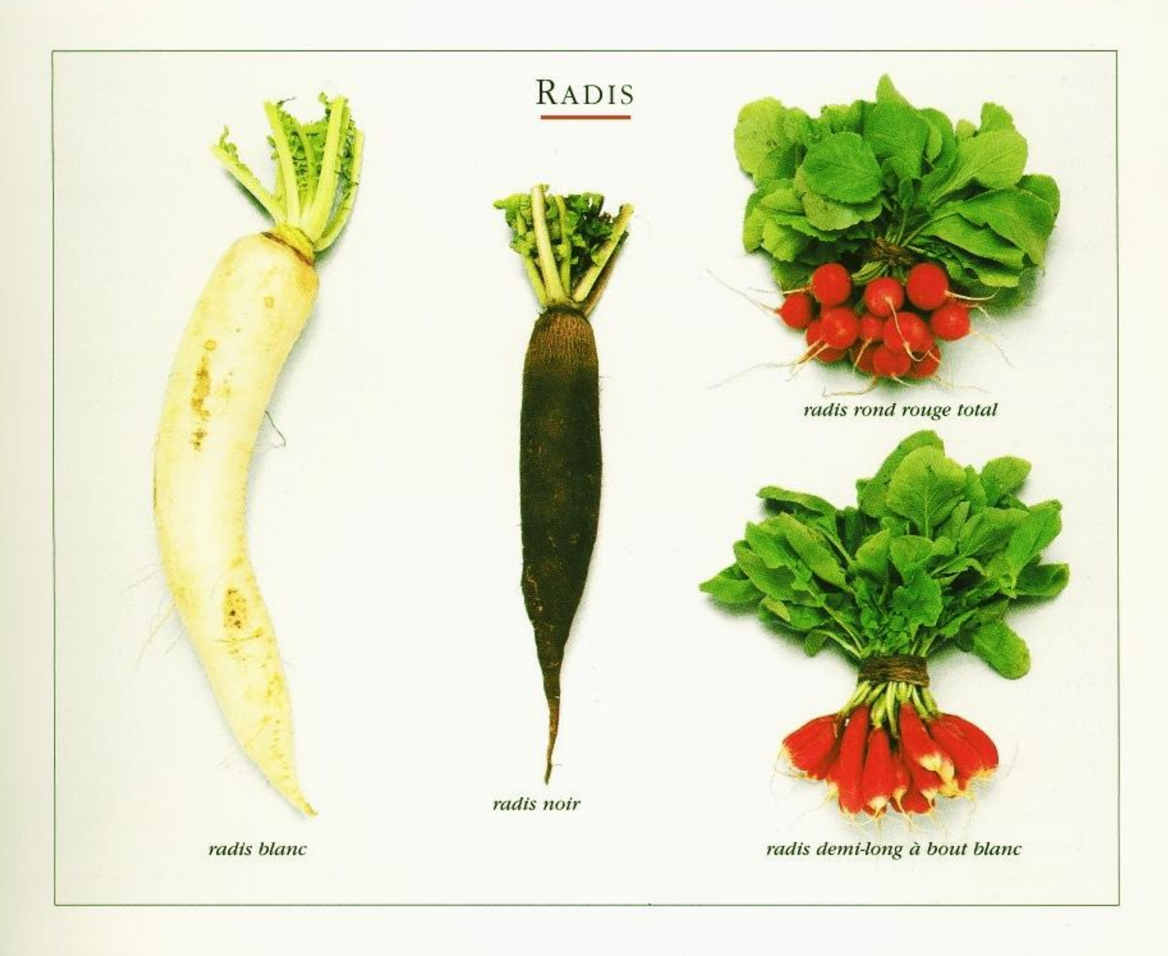
RACLETTE (USTENSILE) Palette rectangulaire à coins arrondis, en caoutchouc souple, montée sur un manche, utilisée pour ramasser en totalité une pâte, une crème, une sauce ou un appareil sur les parois du récipient de préparation, quand on le transvase dans un moule, une coupe, une saucière, etc. On appelle aussi « raclette » le coupe-pâte, en Nylon ou en métal, destiné à prélever des portions de pâte et qui sert également à racler les débris de pâte collés sur le marbre.

RADIS Plante potagère à racine comestible, de la famille des crucifères, comme le chou, le navet, etc. De taille, de forme et de couleur variables, les radis (voir tableau) se consomment généralement crus, en hors-d'œuvre. Cultivé en Chine depuis plus de 3 000 ans, connu et apprécié des Grecs et des Romains, le radis n'a été cultivé en France qu'à partir du XVI[e] siècle. Peu énergétique (20 Kcal pour 100 g), très riche en eau, il est bien pourvu en sels minéraux (soufre, fer et iode, surtout) et en vitamines (C, notamment).

■ **Emplois.** Les radis roses bien frais ne s'épluchent pas ; on coupe la racine et presque toutes les feuilles, puis on les lave à grande eau en les égouttant à fond ; ils sont servis nature, avec du beurre frais et du sel.

Caractéristiques des différentes variétés de radis

variétés	provenance	époque	aspect	présentation
type à grosse racine				
noir (long d'hiver de Paris)	Loire-Atlantique, Maine-et-Loire, Yvelines	sept.-déc.	gros à très gros, 10-15 cm, noir	à l'unité
rose, blanc ou violet (ostergruss)	Loire-Atlantique, Maine-et-Loire, Yvelines	sept.-déc.	gros, 10-15 cm, rose, blanc ou violet	à l'unité
rouge (neckarruhm)	Loire-Atlantique, Maine-et-Loire, Yvelines	sept.-déc.	gros à très gros, 10-15 cm, rouge	à l'unité
type demi-long à bout blanc				
flamboyant, bamba, callisto, geya, kiva, polka, pernot, pontvill, patricia, etc.	Loire-Atlantique, Maine-et-Loire, Yvelines, Finistère, Bouches-du-Rhône	toute l'année	4-12 cm, rose à rouge brillant, bout blanc	en bottes
type rond rouge total				
saxa, cédar, herry belle, etc.	Loire-Atlantique, Maine-et-Loire, Yvelines, Finistère, Bouches-du-Rhône	toute l'année	rond, 2,5-10 cm, entièrement rouge écarlate	en bottes



radis blanc

radis noir

radis rond rouge total

radis demi-long à bout blanc

Les radis roses un peu gros s'apprêtent de préférence en salade, détaillés en rondelles fines. On peut aussi les accommoder comme des petits navets nouveaux.

Les fanes de radis entrent dans la composition d'un potage de pomme de terre ou d'une purée d'épinard ou d'oseille.

Le radis noir, sensiblement plus piquant au goût que le petit radis rose, se mange aussi à la croque-au-sel, une fois pelé, détaillé en rondelles et, éventuellement, dégorgé. Il s'accommode aussi en rémoulade, comme le céleri, ou en salade, avec une sauce au yaourt et à l'échalote.

RAFFINER Transformer un produit brut ou déjà travaillé industriellement en produit chimiquement pur. Dans la chaîne de fabrication, le raffinage est la dernière opération avant l'emballage et la commercialisation. Il permet de supprimer les impuretés, les odeurs, les colorants ou les éléments indésirables d'un produit, souvent en le faisant fondre, puis en leur rendant sa consistance initiale. Le raffinage concerne surtout les sucres, les farines et les huiles.

RAFRAÎCHIR Faire couler de l'eau froide sur un mets que l'on vient de blanchir ou de cuire à l'eau, pour le refroidir rapidement. Le terme signifie aussi mettre un entremets, une salade de fruits ou une crème dans le réfrigérateur pour les servir froids.

RAFRAÎCHISSOIR Récipient cylindrique ou ovale, à bord haut, servant à rafraîchir les boissons en plongeant la bouteille dans de la glace ou de l'eau salée. Le rafraîchissoir (ou rafraîchisseur) sert également à présenter à table un mets comme le caviar, qui doit être mangé très frais ; il possède alors parfois un double fond, contenant de la glace pilée.

RAGOÛT Préparation culinaire à base de viande, de volaille, de gibier, de poisson ou de légumes, coupés en morceaux réguliers, cuits à brun ou à blanc dans un liquide lié, souvent avec une garniture aromatique.

On distingue aujourd'hui deux sortes de ragoûts. Dans le ragoût « à brun », la viande est rissolée dans un corps gras, puis poudrée de farine, chauffée et mouillée de bouillon, de fond clair ou d'eau (voire d'un fond lié, si le ragoût n'est pas « singé »). Dans un ragoût « à blanc » (comme la fricassée), la viande est seulement raidie sans coloration avant d'être singée et mouillée ; dans le ragoût à l'anglaise, la viande n'est pas rissolée non plus, mais la liaison est faite par les pommes de terre entrant dans l'apprêt (irish stew).

Les viandes sont choisies parmi les morceaux de deuxième catégorie (bourguignon, jumeau de bœuf, macreuse ; flanchet, jarret de veau, tendron ; collier, épaule, haut de côtelettes de mouton, poitrine ; abattis de volaille ; échine, jarret, palette de porc). Les poissons traités en ragoût doivent avoir une chair

assez ferme pour tenir à la cuisson. Quant aux légumes, ils sont rissolés au préalable et cuisent généralement dans leur jus, avec des aromates et souvent des tomates concassées.

On donne aussi le nom de « ragoût » à une garniture liée, mise dans une croustade, une tourte ou un vol-au-vent, pour compléter le dressage d'un poisson ou d'une volaille, pour garnir des œufs brouillés, pour fourrer une omelette, etc. Ces ragoûts sont réalisés avec des éléments tels que queues d'écrevisse, rognons et crêtes de coq, pointes d'asperge, truffes, champignons, ris de veau, amourettes, voire escargots ou fruits de mer.

artichauts en ragoût → ARTICHAUT
poulet farci à la vapeur, ragoût de brocolis → POULET

ragoût de crustacés
Plonger des crustacés dans de l'eau bouillante, puis les détailler en tronçons (laisser entières crevettes ou petites langoustines), et les faire rougir en cocotte ; saler, poivrer, ajouter de l'échalote hachée, couvrir et laisser étuver de 8 à 10 min. Lier avec de la sauce crème ou au vin blanc ; au moment de servir, ajouter du beurre de langouste (ou du crustacé dominant). Parsemer de fines herbes ciselées et servir avec du riz.

ragoût de légumes à la printanière
Beurrer largement une grande cocotte. Éplucher et nettoyer des légumes nouveaux : 250 g de petites carottes, 250 g de petits navets, 12 petits oignons, 250 g de très petites pommes de terre, 2 cœurs de laitue ; effiler 250 g de haricots verts très fins ; écosser 250 g de petits pois et tourner 2 ou 3 fonds d'artichaut en les citronnant. Défaire en tout petits bouquets un demi-chou-fleur très blanc. Verser dans la cocotte les carottes, les haricots verts, les fonds d'artichaut coupés en quatre et les petits oignons ; mouiller à hauteur de bouillon de volaille et porter à ébullition ; après 8 min de cuisson, ajouter les navets, les pommes de terre, les petits pois, le chou-fleur et les cœurs de laitue ; poursuivre la cuisson 20 min. Égoutter les légumes et les dresser dans un légumier. Faire réduire le fond de cuisson, y ajouter 50 g de beurre en fouettant et le verser sur les légumes.

ragoût des loyalistes
Couper 700 g d'agneau en cubes de 2 cm de côté. Les fariner, puis les assaisonner de sel et de poivre. Les faire revenir dans un peu d'huile avec 75 g d'oignons tranchés. Ajouter 1 litre d'eau et couvrir. Cuire 1 h 30. À mi-cuisson, ajouter 250 g de carottes et 250 g de navets, en dés, et, 20 min après, 250 g de pommes de terre elles aussi en dés. Servir parsemé de persil ciselé.

ragoût à la napolitaine
Larder 2 kg de bœuf ou de porc de petits bâtonnets de jambon cru de 1/2 cm d'épaisseur roulés dans du poivre et dans des feuilles de marjolaine émiettées. Ficeler la viande et la dorer en cocotte de tous les côtés, puis la sortir et la réserver au chaud. Faire doucement rissoler dans la même graisse 2 carottes, 2 gros oignons et 2 branches de céleri, épluchés et taillés en petits dés, avec 1 branche de thym, jusqu'à obtenir une bouillie brun doré. Remettre la viande dans la cocotte, reprendre la cuisson à feu moyen et mouiller petit à petit avec 20 cl de vin rouge. Diluer dans le fond de cuisson 2 cuillerées de concentré de tomate, puis recommencer avec 2 autres cuillerées, et ainsi de suite jusqu'à en avoir incorporé 400 g. Allonger de quelques louches de bouillon léger, couvrir et laisser mijoter, en mouillant de temps en temps d'un peu de bouillon pour que la sauce ne devienne pas trop épaisse. Ce ragoût accompagne de très nombreuses préparations napolitaines à base de pâtes ou de riz.

ragoût québecois de pattes
Tronçonner 3 kg de pieds de porc et les blanchir. Les égoutter. Les mettre dans un chaudron avec 4 litres d'eau, 125 g d'oignons en cubes, 1 clou de girofle, 1 pincée de cannelle en poudre, du sel et du poivre ; cuire 3 heures. Ajouter 500 g de pommes de terre épluchées 20 min avant la fin de la cuisson. Sortir les pattes et les légumes ; passer le bouillon. Défaire la viande. Incorporer au bouillon 4 cuillerées à soupe de farine délayée dans un peu d'eau, et cuire 30 min. Remettre les morceaux de pied et les pommes de terre dans la sauce. Porter à ébullition et servir aussitôt.

RAGUENEAU (CYPRIEN) Pâtissier parisien (Paris 1608 - Lyon 1654). Établi rue Saint-Honoré, à l'enseigne des *Amateurs de Haulte Gresse,* il créa les « tartelettes amandines ». Ses tartes, massepains, tourtes au musc et à l'ambre, feuilletés, rissoles et craquelins étaient réputés. Mais Ragueneau laissa envahir sa maison par des poètes faméliques et des bohèmes, qui le payaient de vers à sa louange. Il donnait à manger de bon cœur quand on lui disait qu'il était « Apollon fait pâtissier »... et il mourut dans la misère.

RAIDIR Débuter la cuisson d'une viande, d'une volaille ou d'un gibier dans un plat à sauter avec un corps gras, à feu modéré, pour raffermir les chairs sans les faire colorer. La cuisson se poursuit généralement en sauce blanche.

RAIE Poisson cartilagineux de la famille des rajidés, vivant dans les mers froides et tempérées, souvent de grande taille, et dont il existe de nombreuses espèces (voir planche des poissons de mer pages 820 et 821). Les raies sont des poissons aplatis horizontalement, au corps sans écailles, élargi en « ailes » en raison du développement des nageoires pectorales et terminé par une queue longue et mince. La face colorée en gris-brun porte deux petits yeux au-dessus d'un museau court ; dans la face ventrale s'ouvre une large bouche, aux dents pointues et tranchantes. La raie n'a pas d'arêtes et son support cartilagineux se retire facilement.

▶
Raie au beurre noisette
Recette voir page 882.



■ **Espèces.** Elles se reconnaissent assez facilement à leur aspect extérieur.
– La raie bouclée, la plus connue et la plus savoureuse du littoral européen, est marbrée de taches claires (0,70 m à 1,20 m) ; elle doit son nom aux tubercules cartilagineux, en forme de boucles, disséminés sur le dos, les ailes, parfois le ventre.
– La raie papillon (1 m au maximum) porte deux taches en forme d'œil sur les ailes.
– La raie ponctuée est marquée de gros points noirs s'estompant vers les bords.
– La raie pocheteau, noire ou grise, au museau pointu (pouvant dépasser 2 m et peser plus de 100 kg), et les raies chardon (ou chagrine), fleurie et douce sont assez bonnes.

On trouve encore, bien qu'elles soient nettement moins savoureuses, les raies lisse, capucin, brunette, mêlée ; quant aux raies pastenague, nourine, torpille, aigle et chimère, elles sont tout juste comestibles.

Au Canada, les deux espèces les meilleures sont la raie épineuse (1,20 m), que l'on pêche à l'ouest du Groenland, dans la baie d'Hudson et dans les provinces maritimes, et la raie lisse, plus petite, qui fréquente l'estuaire du Saint-Laurent.

■ **Emplois**. La peau d'une raie est couverte d'un enduit visqueux. Comme cet enduit se reforme pendant une dizaine d'heures après la mort de l'animal, on peut juger de la fraîcheur de celui-ci en l'essuyant avec un torchon et en voyant si l'enduit réapparaît ou non. La raie est généralement vendue en tronçons et dépouillée ; les ailerons sont souvent laissés entiers. Sa chair, blanc rosé, est maigre et fine. Avant l'emploi, elle doit être lavée à plusieurs eaux ; elle est toujours débarrassée de sa peau épaisse. Le foie et les « joues » de raie sont des morceaux recherchés des amateurs.

Outre l'accompagnement traditionnel au beurre noisette, la raie s'accommode à la sauce hollandaise, à la vinaigrette aux herbes, à la meunière ou en friture (surtout pour les « raiteaux », petites raies), en gratin ou à la béchamel (surtout à la bretonne, aux blancs de poireau).

beignets de foie de raie → BEIGNET

RECETTE DE JACQUES LE DIVELLEC

foies de raie au vinaigre de cidre

« Faire pocher 5 min à petits frémissements, dans un court-bouillon, 400 g de foies de raie. Laisser refroidir dans le court-bouillon. Peler 4 pommes fermes (cox's orange, de préférence) ; les évider, les couper en lamelles et les faire cuire à la poêle sur feu doux, dans 15 à 20 g de beurre. Saler et poivrer. Escaloper les foies et les faire revenir au beurre. Les égoutter et les dresser dans un plat chaud. Dans la poêle débarrassée du beurre de cuisson, verser 2 cuillerées à soupe de vinaigre de cidre, donner quelques bouillons, verser sur les escalopes. Entourer de lamelles de pommes et poudrer de ciboulette ciselée. »

raie au beurre noisette

Diviser la raie en tronçons en laissant les ailerons entiers. Les faire pocher au court-bouillon ou dans de l'eau additionnée de vinaigre et de sel. Porter à ébullition, écumer et laisser frémir de 5 à 7 min. Préparer un beurre noisette. Égoutter la raie et la dresser sur un plat chaud. L'arroser de jus de citron, la parsemer de câpres et de quelques brins de persil plat. Napper de beurre noisette. (Voir photographie page 881.)

raiteaux frits

Choisir de toutes petites raies dépouillées. Les arroser de lait froid et les laisser reposer 1 heure, puis les égoutter, les fariner et les plonger dans de l'huile très chaude (180 °C). Les égoutter, les éponger, les poudrer de sel fin et les dresser dans le plat de service avec des demi-citrons cannelés.

salade de raie → SALADE

RAIFORT Plante annuelle de la famille des crucifères, originaire de l'Europe orientale, où elle pousse naturellement (voir planche des herbes aromatiques page 561). Le raifort est un condiment traditionnel des cuisines de l'Est et du Nord (Scandinavie, Alsace, Russie, Allemagne). Très riche en vitamine C, connu depuis longtemps comme antiscorbutique, il était traditionnellement consommé par les marins.

■ **Emplois.** Sa racine cylindrique et allongée, grise ou jaunâtre, à pulpe blanche, de saveur âcre et piquante, à l'odeur pénétrante, se consomme râpée (une fois lavée et épluchée), soit nature, soit adoucie de crème, fraîche ou aigre, ou de mie de pain trempée de lait ; on l'utilise aussi émincée en rondelles. Elle condimente les viandes (bœuf et porc) bouillies, braisées ou froides, les poissons (hareng, mais aussi saumon fumé), les saucisses pochées, les salades de pommes de terre, etc. Le raifort s'utilise également dans des sauces (froides ou chaudes) et dans les vinaigrettes, les moutardes et les beurres composés. Enfin, il sert à la préparation de certaines conserves au vinaigre.

▶ **Recette** : SAUCE.

RAIPONCE Plante de la famille des campanulacées, dont les racines comestibles se consomment crues, en salade, découpées en morceaux (avec des betteraves ou du céleri), ou cuites, comme des salsifis. Ses feuilles, à la saveur rafraîchissante, se présentent également en salade ou s'apprêtent comme les épinards.

RAISIN Fruit de la vigne. Le raisin se présente en grappes, formées d'une rafle portant des grains ronds ou allongés, plus ou moins gros, recouverts d'une peau claire (vert pâle ou jaune parfois doré) ou foncée (violet tirant sur le bleuté) ; ces grains renferment une pulpe sucrée et des pépins (de un à quatre). « Blanc » ou « noir », le raisin est principalement utilisé pour la fabrication du vin (voir ce mot). Mais il existe aussi des variétés de raisin de table (voir tableau), servi comme fruit ou utilisé en pâtisserie ou en cuisine, et d'autres réservées à la production des raisins secs.

■ Histoire. Dès la haute Antiquité, on tira des fruits de la vigne une boisson fermentée. En Égypte, le culte d'Osiris et, en Grèce, celui de Dionysos témoignent du caractère ancien de cette culture et de la fabrication du vin. Après les Grecs et les Romains, qui savaient également faire sécher les grains de raisin, les Gaulois, inventeurs du tonneau, favorisèrent la viticulture, puis les moines améliorèrent progressivement la vinification. Mais le raisin de table et les raisins secs furent de tout temps présents sur les tables.

Énergétique (81 Kcal pour 100 g), riche en eau et en sucre (18 g pour 100 g), le raisin, nourrissant et désaltérant, est bien pourvu en potassium et en fer, en vitamines et en oligoéléments.

■ Emplois. À l'achat, le raisin de table (voir tableau) doit être propre, bien mûr, avec des grains fermes, pas trop serrés, d'égale grosseur, uniformément colorés, gardant encore leur « pruine » (matière cireuse qui les recouvre quand le raisin est fraîchement cueilli), sur une rafle solide et cassante.

Avant dégustation, le raisin doit être soigneusement lavé à l'eau légèrement citronnée ou vinaigrée, puis épongé. Il est servi à table comme fruit de dessert, dressé en corbeille, seul ou avec d'autres fruits de saison, avec une paire de petits ciseaux spéciaux pour couper éventuellement des grappillons.

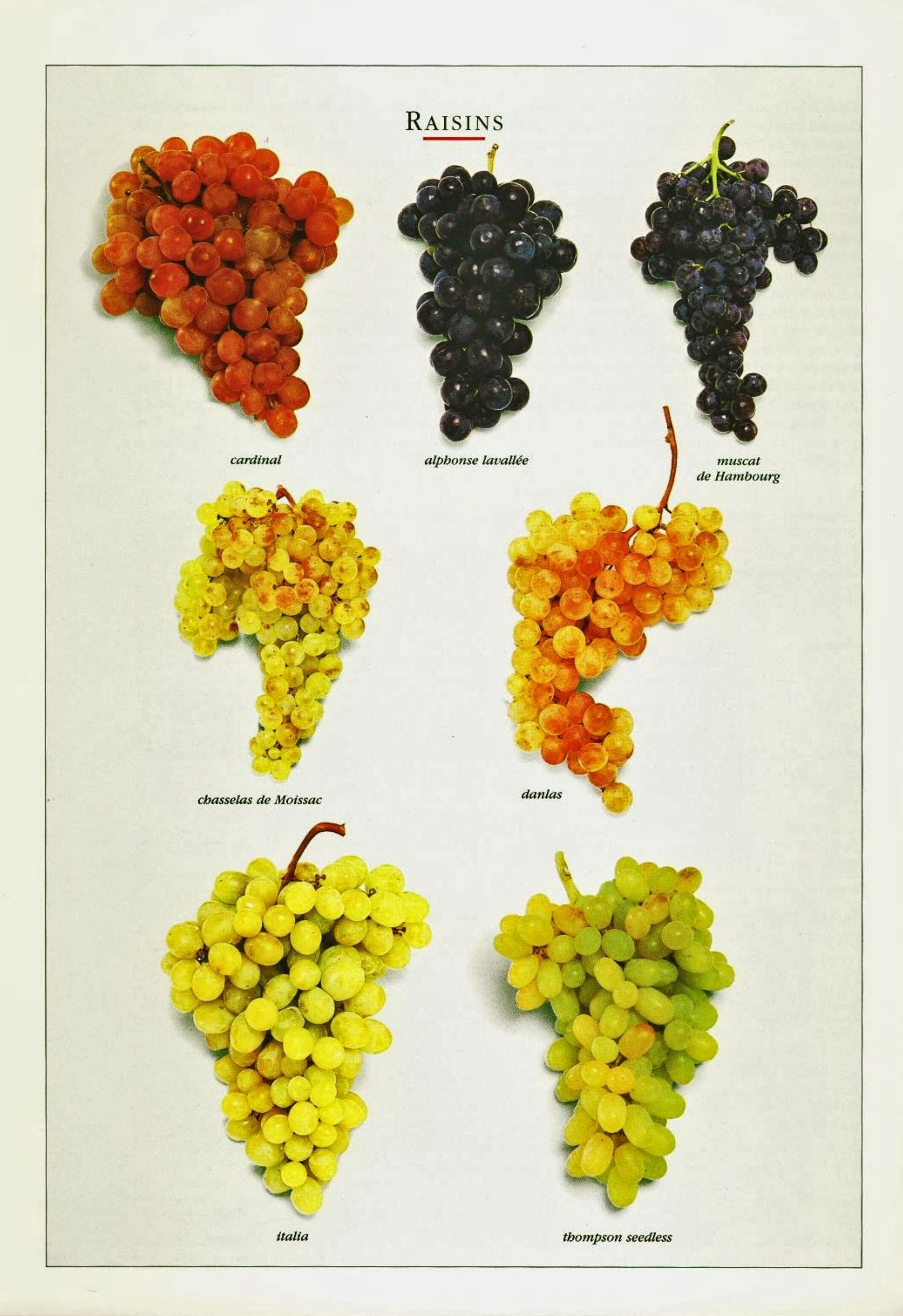
Il intervient aussi en cuisine et en pâtisserie ; le raisin frais accompagne en effet très bien le foie de veau ou de canard, les cailles et les grives rôties, voire le boudin blanc ; on ajoute des grains de raisin dans certaines salades composées, surtout avec de la volaille émincée, mais également dans les salades de fruits.

Enfin, le raisin permet de réaliser tartes et flans, confitures (dont le raisiné), jus et entremets au riz. D'autre part, on extrait de ses pépins une huile de table très riche en acides gras (voir tableau des huiles page 568), qui a la réputation de ne pas augmenter le taux de cholestérol.

▶ **Recettes** : FIGUE, FOIE GRAS, PIGEON ET PIGEONNEAU, RAISINÉ, TARTE.

Caractéristiques des différentes variétés de raisins de table

variétés	provenance	époque	aspect	saveur
blancs à grains jaunes ou dorés				
aledo	Espagne	nov.-janv.	grain gros, allongé, blanc, doré, peau moyenne	un peu parfumée
chasselas	Languedoc-Roussillon, Midi-Pyrénées	mi-août-fin oct.	grain petit à moyen, rond, jaune doré, peau fine, nombreux pépins	juteuse, sucrée
chasselas de Moissac (AOC)	Tarn-et-Garonne, Lot	fin août-fin oct.	grain petit à moyen, rond, peau fine, ferme	juteuse, sucrée
danlas	Midi-Pyrénées, Provence	mi-août-fin sept.	grain gros, rond, jaune, peau moyenne	un peu parfumée
italia	Italie (Sicile), Midi-Pyrénées	oct.-déc.	grain très gros, ovoïde, jaune-vert, jaune doré, peau un peu épaisse	un peu à assez musquée
thompson seedless ou sultanine	Chili	févr.-mai	grain gros, allongé, vert-jaune, peau moyenne, sans pépins	un peu parfumée
à grains noirs ou violets				
alphonse lavallée ou ribier	Languedoc, Provence, Midi-Pyrénées	fin août-début nov.	grain gros, rond, noir, peau épaisse	croquante
	Chili, Afrique du Sud	mars-avr.		
barlinka	Afrique du Sud	avr.-juin	grain gros, rond, noir	un peu parfumée
cardinal	Languedoc-Roussillon	août	grain gros, rouge violacé, rond, peau épaisse	juteuse, sucrée
lival	Provence	août	grain gros, rond, noir, peau épaisse	ferme
moscatel ou muscat rosé	Chili	févr.-mai	grain ovoïde moyen, rose à rouge, peau un peu épaisse	sucrée
muscat de Hambourg	Languedoc, Provence, Midi-Pyrénées	fin août-début nov.	grain moyen, un peu allongé, noir, peau fine	musquée
ribol	Provence, Midi-Pyrénées	oct.-déc.	grain gros, ovoïde, noir, peau épaisse	croquante


RAISINS
cardinal
alphonse lavallée
muscat
de Hambourg
chasselas de Moissac
danlas
italia
thompson seedless

Caractéristiques des différentes variétés de raisins secs

variétés	provenance	époque	aspect	saveur
raisins de caisse	Midi	sept.	petits grains dorés, sans pépins	peu sucrée
raisins de Californie	Californie	fin sept.-déc.	petits grains jaune doré, tendres	peu parfumée
raisins de Corinthe	Grèce (îles Ioniennes)	sept.	tout petits grains foncés, sans pépins	très typée
raisins de Smyrne	Turquie	sept.	petits grains égrenés, sans pépins, or, transparents	délicate, musquée, peu sucrée
raisins de Málaga	Espagne	sept.	gros grains violet-roux foncé	musquée, peu sucrée

RAISIN SEC Raisin séché, issu de variétés très sucrées de raisin de table sélectionnées parmi celles qui contiennent peu de pépins (voir tableau). Après avoir éventuellement trempé dans une solution alcaline ou une lessive de potasse bouillante, les grappes de raisin sont séchées – soit au soleil, soit artificiellement à l'air chaud –, puis conditionnées égrenées ou en grappes entières. Ayant perdu 90 % de leur eau, les raisins secs sont très énergétiques (324 Kcal pour 100 g), avec une forte teneur en sucre (75 g pour 100 g).

Ils servent de condiment en cuisine, notamment dans les farces de volaille, les boudins noirs, certains pains de viande, petits pâtés, pies, etc., et figurent dans certains couscous, tajines et pilafs, ainsi que dans quelques apprêts créoles. En Sicile, on en farcit les sardines en papillote ; on les retrouve également dans les feuilles de vigne farcies et parfois dans la sauce au porto accompagnant le jambon braisé.

En pâtisserie, leurs emplois sont multiples ; macérés dans de l'eau tiède, du vin ou du rhum, ils farcissent les pâtes levées, agrémentent les entremets au riz ou à la semoule, enrichissent les puddings, les pains aux raisins et même certains biscuits. Mélangés avec d'autres fruits secs, ils sont très utilisés dans les cuisines du Nord et de l'Est.

▶ **Recettes** : BRIOCHE, CAROTTE, PAIN AUX RAISINS, SORBET.

RAISINÉ Confiture sans sucre, à base de raisin pressé (parfois même de vin doux) cuit à petite ébullition avec des quartiers de fruits divers. Le raisiné se déguste surtout en tartines comme une compote ; il se conserve moins longtemps qu'une confiture. En Suisse romande, on utilise volontiers le féminin « raisinée » pour qualifier un jus de pomme ou de poire concentré par cuisson.

raisiné de Bourgogne

Choisir des raisins très sucrés, blancs ou noirs ; les égrapper et ne conserver que les grains parfaitement sains. Les mettre dans une bassine à confiture sur feu doux et les écraser avec une cuillère de bois. Les passer au tamis et recueillir le jus dans une terrine. Verser la moitié de ce jus dans la bassine et cuire sur feu vif en écumant soigneusement ; lorsque le jus monte, ajouter peu à peu d'autre jus ; recommencer chaque fois que le jus monte, sans cesser de remuer. Lorsque le moût est réduit de moitié, ajouter des fruits (poires, coings, pommes, pêches, melon, etc.), pelés, épépinés ou dénoyautés et taillés en tranches minces, avec un peu de sucre. Le poids de ces fruits peut être au moins égal à celui du raisin. Cuire jusqu'à consistance assez épaisse (pris entre le pouce et l'index, le raisiné forme un filet gluant quand on écarte les doigts). Passer éventuellement au tamis et mettre en pots.

RAISSON (HORACE-NAPOLÉON) Écrivain et gastronome français (Paris 1798 - *id.* 1854). Il publia sous différents pseudonymes (dont celui de A. B. de Périgord) plusieurs livres de cuisine, notamment, de 1825 à 1830, un *Nouvel Almanach des gourmands*, empruntant son titre à Grimod de La Reynière. Son *Code gourmand* fut plusieurs fois réédité. En 1827, il signa « M[lle] Marguerite » une *Nouvelle Cuisinière bourgeoise*, qui connut un succès durable, puisque sa dernière réédition date de 1860.

RAITA Préparation indienne à base de crudités ou de fruits, mélangés avec du yaourt et soit du sel (pour les légumes), soit du sucre (pour les fruits).

RAÏTO Condiment provençal, également appelé « raite » ou « rayte », dont l'origine pourrait être grecque.

C'est une préparation longuement mijotée à l'huile d'olive et au vin rouge, à base de tomates, d'oignons, de noix pilées et d'ail, aromatisée avec du laurier, du thym, du persil, du romarin, du fenouil et du clou de girofle.

Bien réduit et passé, le raïto, éventuellement garni de câpres et d'olives noires, est servi brûlant avec certains poissons, le plus souvent frits ou sautés, la morue, par exemple.

RAKI Apéritif anisé turc, très voisin de l'ouzo grec. Les meilleurs rakis, titrant de 45 à 50 % Vol., sont faits à partir d'eaux-de-vie sélectionnées et vieillies ; certains sont additionnés de mastic (résine du lentisque, arbuste voisin du pistachier).

Le raki se boit pur, dans un petit verre ; on alterne avec des gorgées d'eau glacée.

RÂLE Petit oiseau échassier de la famille des rallidés, assez estimé comme gibier, vivant dans les prairies humides (râle des genêts) ou les marécages (râle d'eau). Le premier surtout est recherché, bien qu'il tende à disparaître ; sa taille et l'influence qu'on lui attribue sur les migrations des cailles l'ont fait surnommer en France « roi des cailles ». En cuisine, il se prépare comme celles-ci.

RAMADAN Neuvième mois de l'année lunaire musulmane, au cours duquel les fidèles de l'islam doivent observer le jeûne du lever au coucher du soleil. Pendant cette période, le musulman ne doit ni boire (seulement se rincer la bouche), ni manger, ni fumer, ni avoir de relations sexuelles, ni se parfumer pendant la journée. Au coucher du soleil, il prend un repas, composé le plus souvent d'une soupe *(harira)*, d'œufs durs, de dattes et de gâteaux sucrés. Après la prière du soir et avant la reprise du jeûne, juste avant l'aube, il prend un second repas, où figurent des crêpes, du miel, parfois aussi une soupe (la *bazine*, à base de semoule, additionnée de beurre et de jus de citron) ou le *halalim* (potée de légumes secs avec des aromates, garnie de saucisses ou de viande d'agneau ou de veau, et de pâtes de semoule au levain). À la mi-ramadan, on sert un repas traditionnel qui, au Maroc, par exemple, est constitué d'une pastilla, d'un poulet rôti au citron et d'une pâtisserie sucrée. La fin du ramadan est célébrée par une fête au cours de laquelle on fait rituellement rôtir un mouton.

RAMAIN (PAUL) Médecin français (Thonon 1895 - Douvaine 1966). Aimant se proclamer « gastronome provincial indépendant », il était grand connaisseur en vins et avait choisi pour devise : « Jamais en vain, toujours en vin ! » Mycologue renommé, il a laissé une *Mycogastronomie* (1953) qui fait toujours autorité et donne de savoureuses recettes de champignons parfois méconnus. À propos des « meilleures épousailles de la table et de la cave », il indique que tout bon repas peut être accompagné uniquement par « d'excellents vins de Champagne authentiques ». Mais il conseille de faire localement confiance aux « vins du cru ». Enfin, Ramain donne ce dernier conseil : « Entre chaque vin et chaque plat, il faut boire une gorgée d'eau pure et fraîche non (ou à peine) gazeuse. »

RAMASSE-MIETTES Brosse à poils doux, munie d'une poignée, accompagnée d'une petite pelle, servant à débarrasser la nappe des miettes de pain, généralement avant le dessert, et parfois entre les services. Le modèle automatique se compose d'un boîtier contenant une brosse qui enlève les miettes quand on la fait rouler sur la table.

RAMBOUTAN Fruit exotique de la famille des sapidacées comme le litchi, originaire de Malaisie, très courant dans tout le Sud-Est asiatique (**voir** planche des fruits exotiques pages 502 et 503). Le ramboutan apporte 66 Kcal pour 100 g et contient de la vitamine C. Sa coque rouge et épaisse est hérissée de pointes crochues ; sa pulpe, translucide et sucrée, est moins parfumée que celle du litchi. On le trouve frais sur le marché français, en novembre et en décembre (exporté de Madagascar et de la Réunion), ou en conserve au sirop. Il se déguste pelé, en salade de fruits, mais accompagne aussi la volaille et le porc.

RAMEQUIN Petit récipient rond à bord droit, de 8 à 10 cm de diamètre, en acier inoxydable, en porcelaine ou en verre à feu, utilisé pour cuire et servir à table, en portions individuelles, diverses entrées chaudes. Le ramequin sert également à mouler des aspics individuels, ainsi que des entremets froids, servis démoulés ou non.

Autrefois, le ramequin était une tranche de pain grillée garnie « de chair, de rognon, de fromage, d'oignon ou d'aulx » (comme le propose La Varenne), mouillée de crème et « poudrée de suie de cheminée ». L'actuel ramequin vaudois est encore une sorte de gratin au fromage sur des tranches de pain.

Deux spécialités régionales françaises portent encore le nom de ramequin au sens ancien du terme : le ramequin douaisien (petit pain doré au four, farci de rognon haché et de mie de pain trempée de lait, mélangés avec des œufs et des fines herbes) et le ramequin du pays de Gex (fromage bleu du haut Jura et gruyère fondus dans un poêlon avec du bouillon, du vin rouge, du beurre, de l'ail et de la moutarde, servi comme une fondue avec des cubes de pain).

RAMPONEAUX (JEAN) Cabaretier et restaurateur parisien (Vignol 1724 - Paris 1802). Il sut attirer les badauds en vendant son vin un sou de moins la pinte que chez ses confrères de la *Courtille du Temple*, en bas de Belleville. Nombre de gravures de l'époque représentent l'intérieur du *Tambour Royal*, l'enseigne de son cabaret, que chantèrent poèmes et chansons. Ramponeaux laissa son affaire florissante à son fils, pour fonder un restaurant à la chaussée d'Antin, *la Grand-Pinte*, qui pouvait accueillir six cents personnes. Cet établissement disparut en 1851 ; un restaurant de l'avenue Marceau a repris le nom du cabaretier (que l'on trouve également orthographié « Ramponneau » ou « Ramponeau »).

RANCE Se dit d'un corps gras ou d'un aliment gras peu frais, dont l'odeur forte et le goût âcre sont dus à une oxydation. Le rancissement est accéléré par la lumière, la température et les traces de métaux. Une huile mal clarifiée est rancescible : on y remédie en lui ajoutant un peu de sucre et en fermant la bouteille avec un bouchon aéré. Pour dérancir du beurre ou du lard, on le pétrit avec du bicarbonate de soude, on le laisse tremper, puis on le rince abondamment.

RANCIO Vin doux naturel (banyuls, muscat), dont la saveur particulière est due à un vieillissement en fût, en principe au soleil, qui dure plusieurs années ; le vin se madérise et prend du velouté. En Espagne, le mot s'applique à la saveur de noisette particulière au xérès et au málaga ; au Portugal, il désigne le goût accentué de certains portos et madères ; en Italie, il caractérise le marsala et les autres vins vinés.

RÂPE Ustensile de forme allongée, plat ou incurvé, hérissé d'aspérités et perforé de petits trous ronds ou oblongs, destiné à réduire, par frottement, un aliment solide en filaments plus ou moins fins (gruyère, carotte, céleri), en poudre ou en menus fragments (noix de coco, noix de muscade, parmesan, zeste d'agrume, etc.). La râpe à muscade est la plus petite (3 cm de long), tandis que la râpe à légumes ou à fromage atteint 20 cm. Certaines râpes sont des moulins mécaniques, dont le tambour (interchangeable) fait office de surface de râpage. Enfin, on utilise également, pour les grandes quantités, la râpe électrique ou le robot, équipé de l'accessoire qui convient.

RÂPER Transformer un aliment solide, généralement avec une râpe, en petites particules. On peut râper des légumes crus, du fromage, un zeste d'agrume, etc.

RÂPEUX Qualificatif désignant un mets ou un vin qui laisse en bouche une sensation purement mécanique, comme en provoquerait une poudre grossière.

RĀS AL-HĀNOUT Mélange d'épices en poudre (clous de girofle, cannelle et poivre noir), surtout utilisé au Maroc et en Tunisie (où il est généralement moins fort et parfumé avec des boutons de rose séchés), dont le nom signifie littéralement « toit de la boutique ». Le rās al-hānout relève les ragoûts, le bouillon du couscous et divers autres mets maghrébins.

RASCASSE Poisson de la famille des scorpénidés, à grosse tête hérissée d'épines (**voir** planche des poissons de mer pages 820 et 821). On distingue trois espèces de rascasse.

– La rascasse brune vit du sud des îles Britanniques jusqu'au Maroc, et en Méditerranée. Elle ne possède pas de lambeaux de peau sur les mandibules. Elle a l'intérieur de la bouche clair et un corps assez trapu de couleur gris-brun parsemé de taches sombres.

– La rascasse rouge vit du sud des îles Britanniques jusqu'au Sénégal, et en Méditerranée. Appelée aussi « chapon », elle a des lambeaux de peau sur les mandibules et un corps allongé de couleur rouge à jaune, parsemé de marbrures.

– La rascasse du Nord, un peu moins prisée, vit de la Norvège jusqu'en Afrique du Sud, et en Méditerranée. Appelée aussi « chèvre », elle a un espace très étroit entre les yeux et l'intérieur de la bouche noirâtre.

Toutes les rascasses peuvent entrer dans la composition de la bouillabaisse, car leur chair est bien blanche et ferme. Elles s'apprêtent aussi comme les dorades, mais elles sont souvent vendues en filets, et s'accommodent alors comme les filets de merlan.

RASSIS Se dit d'un produit de boulangerie, notamment du pain, qui n'est plus frais, mais pas durci. Pour certains apprêts, le pain de mie et la brioche doivent être légèrement rassis. De même, le pain de campagne au levain est meilleur au bout d'un ou deux jours.

En revanche, le rassissement de la viande, avant son débit au détail, est une maturation indispensable qui la rend plus tendre et plus savoureuse.

RASSOLNICK Potage de la cuisine russe, fait d'un fond de volaille parfumé à l'essence de concombre, lié au jaune d'œuf et à la crème, garni de gousses de concombre et de chair de volaille (classiquement du canard) détaillée en petits dés.

Une version plus riche du rassolnick se fait en ajoutant au fond de volaille de la poitrine de bœuf et des légumes (betterave, chou, poireau) ; le potage, lié de crème et de jus de betterave, relevé de fenouil et de persil, est alors garni de la viande en dés, avec, parfois, en complément, des petites saucisses grillées en tronçons.

RASTEAU Vin AOC doux naturel provenant de mouts récoltés sur les communes de Rasteau, de Cairannes et de Sablets, à partir de cépage grenache à 90 % au moins. Le rasteau est un vin de dessert généreux, dont le bouquet s'accroît avec les années (**voir** RHÔNE).

▶ **Recette** : PRUNEAU.

RATAFIA Liqueur faite d'eau-de-vie sucrée dans laquelle ont macéré des plantes ou des fruits : les ratafias d'angélique, de cassis, de cerise, de coing, de framboise, de noix, de noyaux de cerise, d'orange, etc., sont généralement de préparation domestique.

Plus spécialement, le mot désigne aussi un apéritif doux, fabriqué couramment dans les provinces françaises : c'est alors un mélange de deux tiers de jus de raisin frais (moût) et d'un tiers d'eau-de-vie de vin. Les ratafias ont acquis leurs lettres de noblesse dans les Charentes avec le pineau, en Gascogne avec le floc et en Champagne avec le ratafia champenois.

RATATOUILLE Ragoût de légumes typique de la cuisine provençale, originaire de Nice, mais courant dans tout le Sud-Est. Selon les puristes, les différents légumes de la ratatouille sont poêlés séparément, puis réunis et mijotés ensemble.

La ratatouille niçoise accompagne rôtis, volailles sautées ou petites pièces de boucherie, ainsi que poissons braisés, omelettes et œufs brouillés. Les amateurs l'apprécient froide, arrosée d'un filet d'huile d'olive.

ratatouille niçoise

Trancher 6 courgettes aux deux bouts ; ne pas les peler. Les couper en rondelles. Éplucher 2 oignons et les émincer. Débarrasser 3 poivrons verts de leur pédoncule et de leurs graines ; couper la pulpe en lanières. Peler 6 tomates, les couper en 6 et les épépiner. Éplucher et écraser 3 gousses d'ail. Peler 6 aubergines et les couper en rondelles. Chauffer 6 cuillerées à soupe d'huile d'olive dans une cocotte en fonte ; y faire revenir les aubergines, puis mettre les poivrons, les tomates, les oignons et, enfin, les courgettes et l'ail ; ajouter 1 gros bouquet garni riche en thym ; saler, poivrer et cuire 30 min à petit feu. Ajouter 2 cuillerées à soupe d'huile d'olive fraîche et poursuivre la cuisson plus ou moins longtemps suivant le goût. Retirer le bouquet garni et servir brûlant, ou au contraire très frais.

RAT MORT (LE) Nom sous lequel était connu un cabaret parisien du siècle dernier, le *Café Pigalle*, où se réunissaient hommes politiques et artistes : Léon Gambetta, Jules Vallès, Henri Rochefort, Catulle Mendès, François Coppée, etc. Installé au n° 7 de la place Pigalle, ce cabaret eut pour clientèle, après des débuts difficiles, les habitués du café voisin, la *Nouvelle Athènes*, qui s'étaient disputés avec le patron.

Le *Café Pigalle* aurait dû son surnom à la réflexion d'un client, qui, humant les peintures encore fraîches et les plâtres humides, aurait dit : « Ça sent le rat mort, ici ! » Une autre version prétend qu'un habitué trouva un jour un rat crevé sous une banquette…

RAVE Racine arrondie de diverses plantes potagères de la famille des crucifères, riche en eau, dont les usages culinaires sont les mêmes que ceux des navets longs (chou-rave, navet, rutabaga, etc.).

RAVET (BERNARD) Cuisinier français (Chalon-sur-Saône 1947). Après son apprentissage au *Royal Hôtel* de sa ville natale, il s'installe en 1964 en Suisse, au *Buffet de la gare* de Vallorbe puis, trois ans plus tard, à Échallens ; enfin, en 1989, il se fixe à Vufflens-le-Château, à *l'Ermitage*, un domaine du XVIIIe siècle aux arbres séculaires. Bernard Ravet accède, dès la première édition du *Guide Michelin* de la Suisse (en 1994), à la deuxième étoile. Auteur de créations marquantes, il entend rendre à la terre ce qu'elle nous a donné : le sens de la perfection, cette petite musique de l'âme que le chef compose au jour le jour.

RAVIER Petit plat rectangulaire ou oblong, en métal, en faïence ou en verre, destiné à servir un hors-d'œuvre froid. Les raviers, le plus souvent utilisés au moins par deux, peuvent s'imbriquer géométriquement en couronne ou en damier, par quatre ou par six, ce qui facilite le dressage et permet une présentation harmonieuse.

RAVIGOTE Sauce piquante froide ou chaude, toujours assez relevée.

La ravigote froide est une vinaigrette additionnée de câpres, de fines herbes et d'oignon, hachés.

La ravigote chaude s'obtient en mouillant de velouté de veau une réduction de vin blanc et de vinaigre d'alcool (en parties égales) avec de l'échalote hachée ; elle se termine avec un hachis de fines herbes et accompagne notamment la cervelle, la tête de veau et les volailles bouillies.

► **Recette** : SAUCE.

RAVIOLE Petite poche carrée en pâte à la semoule de blé dur ou à la farine, typique de la cuisine niçoise et corse, farcie d'un hachis aux épinards ou aux bettes, ou de fromage frais, et cuite à l'eau.

Dans la Drôme, les ravioles sont garnies de fromage frais et, dans la cuisine savoyarde, ce sont des petites boulettes à base d'épinards, de bettes, de farine, de tomme fraîche et d'œufs, pochées, puis gratinées et servies avec de la sauce tomate. Aujourd'hui, certains chefs garnissent les ravioles d'apprêts très élaborés.

RECETTE DE CHRISTIAN PARRA,
L'AUBERGE DE LA GALUPE, À URT

ravioles de daube de canard au vin rouge

« Cuire 1 canard dans une cocotte avec 5 cl d'huile, 2 oignons hachés et 2 carottes émincées. À mi-cuisson, ajouter 1 litre de vin rouge, du sel, du poivre et 1 bouquet garni. Réserver le canard au chaud et terminer la sauce en la liant avec un mélange de 30 g de farine et de 30 g de beurre. Décortiquer la volaille et la hacher grossièrement. Incorporer 20 g d'olives dénoyautées et hachées et un peu de sauce. Passer des ravioles chinoises de 10 x 10 cm dans du blanc d'œuf, les garnir de farce et les regrouper deux par deux. Bien presser les bords. Cuire les ravioles 2 min à l'eau frémissante salée. Servir nappé du reste de sauce et décoré de cerfeuil. »

RECETTE DE MICHEL THEUREL

ravioles fines de homard sauce glacée au corail

« Farcir 20 ravioles chinoises d'un mélange de dés de homard et de duxelles de champignon, lié avec 25 cl de bisque de homard. Faire réduire 25 cl de bisque avec 50 cl de sauce au vin blanc, et lier avec 2 dl de sauce hollandaise et 2 dl de crème battue. Suer au beurre 1 kg d'épinards, puis 50 g d'algues vertes. Pocher 2 min les ravioles farcies. Mettre les épinards et les algues vertes dans 4 assiettes creuses. Disposer par-dessus les ravioles, napper de la sauce et glacer sous la salamandre. Décorer chaque assiette de 1 médaillon de homard et de 3 pattes. »

RAVIOLIS Pâtes alimentaires d'origine italienne, faites de doubles carrés de pâte à la semoule de blé dur ou à la farine enfermant une farce au maigre ou au gras, cuits à l'eau bouillante et servis avec une sauce tomate et du fromage râpé, ou avec du beurre fondu et de la sauge. La farce peut se composer de veau ou de bœuf hachés, parfois seulement d'épinards et de ricotta. Lorsqu'ils sont de très petite taille, les raviolis constituent également une garniture de potage. Les agnolottis piémontais, une variante des raviolis, sont découpés en ronds.

À base (ou non) de restes, les ingrédients de « bons » raviolis doivent toujours être variés : une recette génoise comporte ainsi de la laitue, de la scarole, du poulpe cuit à l'eau, du parmesan, de la marjolaine, de l'œuf et du persil. Les raviolis sont l'un des plats de pâtes farcies les plus connus hors d'Italie.

►
Raviolis de foie gras en consommé de poularde
Recette de Gérard Boyer
Voir page 890.


GB

raviolis : farces

À LA VIANDE ET AUX LÉGUMES. Hacher finement 150 g de bœuf en daube ou à la mode, ou de veau braisé. Ajouter des épinards blanchis, pressés et hachés, 50 g de cervelle de veau légèrement cuite au beurre, 1 échalote et 1 gros oignon, hachés puis fondus au beurre, 1 œuf entier et 50 g de parmesan râpé. Bien mélanger, saler, poivrer et muscader.

À LA VIANDE ET AU FROMAGE. Hacher finement 200 g de chair cuite de veau ou de volaille, 100 g de mortadelle et 100 g de feuilles de laitue, blanchies, pressées et étuvées au beurre. Ajouter 50 g de parmesan râpé, 1 œuf entier battu, 1 pincée de sel, 1 pincée de poivre et un peu de muscade râpée. Bien mélanger.

AUX ÉPINARDS. Faire étuver dans 30 g de beurre 300 g d'épinards crus et hachés ; saler, poivrer et muscader. Mélanger avec 50 g de ricotta, ajouter 50 g de parmesan râpé, puis 1 jaune d'œuf. Bien mélanger.

raviolis : préparation et cuisson

Préparer une pâte à nouilles aux œufs et l'abaisser en deux rectangles de même dimension, épais de 1,5 mm. À l'aide d'une poche à douille, disposer des petites masses égales de farce sur l'une des abaisses, en rangées, tous les 4 cm environ. Du bout des doigts, humecter la pâte entre les masses de farce. Placer la seconde abaisse de pâte sur la première et presser entre les masses de farce pour souder les deux abaisses. Découper les raviolis à la roulette et les laisser sécher 4 heures au frais. Les cuire de 8 à 10 min dans de l'eau bouillante salée, puis les accommoder.

raviolis aux artichauts

Nettoyer de petits artichauts violets ; enlever les épines et les feuilles les plus dures. Les jeter dans de l'eau citronnée et les couper en tranches fines. Les cuire dans de l'huile d'olive avec de l'oignon et de l'ail, hachés menu, en ajoutant éventuellement un peu d'eau. Les ciseler finement et incorporer du persil, de la marjolaine, du parmesan, des œufs et un peu de ricotta. Saler et bien mélanger. En garnir les raviolis.

RECETTE DE GÉRARD BOYER

raviolis de foie gras en consommé de poularde

« Tailler en fine brunoise 60 g de carotte, 25 g de persil plat, 50 g de céleri et 25 g de truffe. Faire suer au sel de Guérande dans de la graisse d'oie, puis ajouter 5 g d'huile de truffe, 25 g de persil plat haché et blanchi et 2 cl de jus de truffe. Détailler 250 g de foie gras cru en 4 escalopes épaisses, les saisir et les couper en quatre. Faire réduire 2 litres de fond blanc de poularde. Tailler en brunoise 10 g de carotte, 5 g de courgette, 5 g de céleri ; la cuire. Tailler aussi en brunoise 5 g de truffe et la cuire dans 5 cl de jus de truffe. Garnir 32 raviolis de 10 x 10 cm des escalopes de foie gras. Les pocher au dernier moment et les napper du consommé avec la garniture de légumes et la brunoise de truffe. » (Voir photographie page 889.)

RECETTE DE PIERRE ET JANY GLEIZE, *LA BONNE ÉTAPE*, À CHÂTEAU-ARNOUX

raviolis aux herbes

« Disposer 1 kg de farine en fontaine, mettre au milieu 4 œufs entiers, 30 g de sel, 1 dl d'huile d'olive et 2 verres d'eau ; leur incorporer petit à petit la farine. Laisser reposer 1 heure. Faire blanchir 5 min 1 kg de bettes, 500 g d'épinards et 100 g de persil ; les rafraîchir, puis bien les égoutter. Faire sauter à l'huile d'olive 250 g de girolles, ajouter les légumes et 3 gousses d'ail, puis hacher le tout finement, saler et poivrer. Préparer les raviolis. Faire bouillir dans une grande marmite de l'eau salée additionnée de 1 cuillerée à soupe d'huile d'olive ; y verser les raviolis et les faire pocher doucement. Les égoutter sur un torchon et les servir avec du beurre fondu et du fromage râpé, ou accompagnés d'une sauce faite de pulpe de tomate crue, de ciboulette ciselée, de jus de citron et d'huile d'olive. »

RAYER Tracer, avec la pointe d'un couteau ou les dents d'une fourchette, un décor sur le dessus d'une pâtisserie enduite de dorure et prête à cuire. On raye généralement la galette feuilletée en losanges, le pithiviers en rosace et les sablés, croquets et biscuits aux amandes en croisillons ou en traits parallèles.

REBIBES Minces copeaux de fromage à pâte extradure des Préalpes suisses (genre tête-de-moine), que l'on débite à l'aide d'un rabot (voir GIROLE) en fines lamelles qui s'enroulent sur elles-mêmes.

REBLOCHON Fromage savoyard AOC de lait de vache (45 % de matières grasses), à pâte pressée non cuite et à croûte lavée, jaune, rosée ou orangée (voir tableau des fromages français page 496). Le reblochon se présente sous la forme d'un disque aplati de 13 cm de diamètre et de 2,5 cm d'épaisseur. Très onctueux, il a une saveur douce et noisetée. Son nom vient du verbe reblocher, « traire une seconde fois », car il était jadis fabriqué, dans les alpages, avec le lait de fin de traite, très gras, recueilli « en maraude », une fois que le régisseur était passé collecter le lait.

REBOUL (JEAN-BAPTISTE) Écrivain marseillais, auteur de *la Cuisinière provençale*, publié en 1897 à Marseille. Depuis, ce livre n'a cessé d'être réédité et sert toujours de référence pour les restaurateurs de la région Provence et de la Côte d'Azur. La sixième édition fut honorée d'une courte préface de Frédéric Mistral, rédigée en provençal, comme il se doit.

REBOUX (HENRI AMILLET, DIT PAUL) Écrivain et journaliste français (Paris 1877 - Nice 1963). Auteur de plusieurs livres de recettes (*Plats nouveaux, 300 recettes inédites ou singulières* [1927], *Plats du jour* [1936], *le Nouveau Savoir-Manger* [1941]), très critiqué par certains chefs classiques, il fut un découvreur et un gastronome éclairé.

RÉCHAUD Cuisinier français du XVIIIe siècle. Grimod de La Reynière, qui fit son éloge dans le *Manuel des amphitryons* (1808), à propos de ses « épinards à la graisse d'oie », le plaçait au rang du « grand Morillon », chef des cuisines de son père.

RÉCHAUD (APPAREIL) Appareil de cuisson portatif, sans four, de petites dimensions, fonctionnant à l'alcool, au gaz ou à l'électricité.

– Le réchaud à alcool, en cuivre, en acier inoxydable ou en métal argenté, sert soit à cuire certains mets à table (telles les fondues), soit à en flamber d'autres au moment de les servir, ou encore à tenir au chaud des apprêts dressés (c'est alors un chauffe-plat).

– Le réchaud à butane, essentiellement utilisé par les campeurs ou comme appareil de dépannage, est un brûleur muni d'un support métallique faisant office de repose-plat, qui se visse directement sur une petite bouteille de gaz et ne permet que des préparations rudimentaires.

– Le réchaud électrique comporte une ou deux plaques chauffantes, encastrées dans un cadre en métal émaillé.

RÉCHAUFFER Amener à la température de dégustation un aliment déjà cuit, mais qui a été refroidi ou rafraîchi. Le réchauffage peut s'effectuer à l'aide d'une « chauffante », c'est-à-dire de l'eau bouillante, salée ou non, dans laquelle on immerge quelques instants le mets (des légumes, par exemple) à l'aide d'une passoire. Il se fait souvent au bain-marie, sur le feu ou dans le four, classique ou à micro-ondes.

La préparation est parfois mise à réchauffer dans son plat de service ou dans un ustensile de cuisson soit à four doux (pour un gratin, des quenelles), soit sur le feu à chaleur douce (étuvée) ou vive (sauté), en rajoutant un corps gras.

Certains plats de longue cuisson sont meilleurs réchauffés et se préparent de préférence la veille, voire l'avant-veille (bourguignon, braisé, daube, etc.).

RECTIFIER Corriger l'assaisonnement d'un mets en fin de préparation après l'avoir goûté, en lui ajoutant un ingrédient qui est susceptible de l'améliorer, d'en parfaire le goût ou de faire ressortir au mieux une saveur particulière (sel et poivre surtout, sucre, crème fraîche, etc.).

RECUIRE Poursuivre la cuisson, jusqu'au point voulu de l'apprêt, d'une confiture, d'une gelée ou d'une marmelade, quand on a ajouté dans le sucre cuit un fruit plus ou moins aqueux qui a « décuit » le sirop.

On appelle « recuite » un fromage maigre obtenu en précipitant, par chauffage, la caséine contenue dans le sérum du caillé. Le metton de la cancoillotte et la ricotta sont des recuites.

RÉDUCTION Concentration ou épaississement d'un liquide, d'une sauce, d'une cuisson, par ébullition et évaporation de certains éléments. Le but de toute réduction est de rendre le liquide plus savoureux, plus corsé ou plus onctueux.

Pour certaines sauces, la réduction précède la préparation proprement dite et consiste à obtenir un concentré, généralement à partir de vin blanc, de vinaigre (et parfois des deux) ou de vin rouge, additionné d'échalotes hachées, d'estragon, etc. : c'est le cas des sauces béarnaise, bordelaise, du beurre blanc...

RÉDUIRE Diminuer le volume d'un liquide (fond, sauce, jus) par évaporation, en maintenant celui-ci à ébullition, ce qui augmente sa saveur par concentration des sucs et lui donne davantage d'onctuosité ou de consistance.

RÉFORME Nom d'une sauce d'origine anglaise *(reform sauce)*, dérivée de la sauce poivrade par addition d'une julienne de cornichon, de blanc d'œuf dur, de champignon, de langue écarlate et de truffe. Elle accompagne les côtelettes d'agneau et sert également à fourrer une omelette. Cette sauce se prépare aussi, avec la même garniture, sur une base de sauce pour gibier.

RÉFRIGÉRATEUR Appareil électrique en forme d'armoire en métal émaillé à double paroi, équipé de clayettes et de bacs, destiné à conserver au froid les aliments périssables.

Le froid est produit soit par l'évaporation, soit par la détente d'un fluide frigorigène.

Aujourd'hui, dans les réfrigérateurs à compression, un gaz (Fréon, propane, chlorure de méthyle), préalablement comprimé, se détend dans l'évaporateur. Mais celui-ci condense l'humidité de la cuve et la transforme en givre ; le dégivrage se fait régulièrement.

La cuve du réfrigérateur est en matière plastique, en tôle peinte, en tôle émaillée, en acier inoxydable ou en aluminium. À l'intérieur, les températures vont de - 1 à + 8 °C. La zone la plus froide se situe dans le haut, près de l'évaporateur (on y place viandes et poissons crus) ; dans la zone inférieure, un bac à légumes permet de garder ceux-ci à l'abri du grand froid dans une zone plus humide. La contre-porte est généralement équipée d'un casier porte-bouteilles à rangement vertical et de compartiments pour le beurre et les œufs.

REFROIDIR Abaisser rapidement la température d'une préparation à consommer froide, la plupart du temps en la plaçant dans la partie la plus froide du réfrigérateur. La confection de certains appareils (farces ou godiveaux) nécessite aussi que les ingrédients soient préalablement mis à refroidir dans une terrine placée sur de la glace pilée.

RÉGALADE (À LA) Se dit d'une manière de boire qui consiste à verser directement le liquide dans sa bouche, sans que le récipient (généralement une gourde ou une fiasque à long col) touche les lèvres.

RÉGENCE Nom donné, par allusion à la cuisine délicate en vogue au temps de la Régence, à divers apprêts raffinés. La garniture Régence se compose de quenelles (de poisson, de volaille ou de veau, selon la pièce à garnir), de têtes de champignon, tournées et

pochées, et de lames de truffe. On ajoute parfois aux poissons des huîtres pochées, et aux viandes (abats ou volailles) des escalopes de foie gras ; les premiers sont nappés de sauce normande à l'essence de truffe, les secondes, de sauce suprême ou allemande.

La sauce Régence se compose d'une mirepoix et de pelures de truffe ; elle est mouillée au vin du Rhin, additionnée de demi-glace puis passée à l'étamine.

▶ **Recettes** : RIS, SAUCE.

RÉGENCE (CAFÉ DE LA) Café parisien ouvert en 1688 sous le nom de *Café du Palais-Royal*, sur la place du même nom, puis rebaptisé en 1718. Ce café littéraire devait sa réputation au jeu d'échecs : en effet, l'échiquier s'y louait à l'heure – plus cher le soir, car il fallait alors inclure le prix des chandelles. Les écrivains Voltaire et Chamfort furent des habitués ; quant à Rousseau, il vint y jouer contre le musicien Philidor. On y vit aussi Robespierre, que personne n'osait affronter, et le jeune Bonaparte. Le *Régence* déménagea rue Saint-Honoré en 1854. Alfred de Musset, autre passionné des échecs, y jouait en buvant de l'absinthe, ainsi que Barbey d'Aurevilly. Ce café fut également fréquenté par Léon Gambetta, Octave Feuillet, Louis Falguière, et par plusieurs générations de comédiens-français.

RÉGIME ALIMENTAIRE Mode d'alimentation plus ou moins différent de celui que l'on considère comme normal, destiné à adapter l'apport nutritionnel à un état pathologique particulier, passager ou chronique. Dans le langage courant, « se mettre au régime » signifie simplement éviter les excès de table ou surveiller son alimentation, généralement pour perdre quelques kilos.

Un régime sérieux doit toujours être soigneusement calculé pour ne pas entraîner de carences tout en respectant les habitudes et les goûts de chacun, en fonction des impératifs alimentaires dictés par son état de santé ; aujourd'hui, de nombreux chefs rédigent des livres de recettes pour diabétiques, cardiaques ou obèses, en soignant l'aspect gastronomique.

RÉGLEMENTATION AGROALIMENTAIRE Ensemble de textes qui fixent les normes de commercialisation de nombreuses denrées. Cette réglementation assure aux consommateurs de hauts niveaux de qualité tout en garantissant aux producteurs des conditions de concurrence égales.

Depuis sa création, l'Union européenne a ainsi défini de nombreux critères de vente : fruits et légumes (1962), lait et produits laitiers (1968), cacao et chocolat (1973), spiritueux (1989), etc. ; des impératifs sanitaires : viande de volaille (1971), poissons (1976) ; et des règles d'information du consommateur : étiquetage des denrées alimentaires (1979), étiquetage nutritionnel (1990). Plus récemment, l'effort a porté sur l'hygiène, les additifs, les colorants et les édulcorants (1994). L'Union européenne veut rendre cette réglementation plus cohérente, bien que celle-ci soit largement influencée par les décisions que prend la commission du *Codex alimentarius*, instance de l'Organisation des Nations unies, décisionnaire dans ce domaine à l'échelle mondiale.

RÉGLISSE Arbrisseau de la famille des papilionacées, dont la racine constitue le « bois de réglisse », parfois vendu en petits bâtonnets à mâcher ou servant à préparer des boissons désaltérantes. On en extrait le suc de réglisse, qui contient de 5 à 10 % de glycyrrhizine, principe actif thérapeutique, connu depuis l'Antiquité ; une fois purifié et concentré, ce suc parfume aussi divers apéritifs, s'utilise en brasserie et, surtout, sert à confectionner des articles de confiserie. Sauvage en Syrie, en Iran et en Turquie, la réglisse est, en France, surtout cultivée dans le Gard, dans la région d'Uzès.

– Les réglisses dures (bâtonnets, pastilles, perles, petits pains, silhouettes, etc.) sont obtenues par mélange de suc de réglisse pur, de matières sucrantes, de gomme arabique et, éventuellement, d'un arôme (menthe, anis, violette).

– Les réglisses souples (lacets, rubans, torsades, etc.) sont constituées d'une pâte de suc de réglisse pur, de matières sucrantes, de farine de blé dur, d'amidon et de sucre glace ; cette pâte, cuite puis aromatisée, est extrudée en filière.

▶ **Recette** : MACARON.

RÉGNIÉ Cru AOC du Beaujolais, le plus récent des dix crus de la région, aux arômes de fruits rouges, souple et élégant, charnu et charmeur (voir BEAUJOLAIS).

REGRATTIER Revendeur au détail de denrées alimentaires, qui, autrefois, s'approvisionnait auprès des grandes maisons bourgeoises, des restaurants, etc., et proposait à sa clientèle des plats cuisinés, de la viande de desserte, des pièces de pâtisserie, etc. Au XIVe siècle, les regrattiers étaient pratiquement des épiciers, des marchands ambulants, au sens moderne du terme ; ce n'est qu'avec l'apparition des restaurants (XVIIIe siècle) qu'ils se spécialisèrent dans la revente des restes de plats cuisinés. Et la corporation disparut au XIXe siècle après être tombée à un niveau assez bas, comme fournisseur d'arlequins et de rogatons.

REINE (À LA) Se dit de nombreux apprêts de cuisine classique, tous élégants et délicats, caractérisés surtout par la présence de volaille (souvent complétée par des ris de veau, des champignons, des truffes) avec de la sauce suprême. L'appellation « à la reine » concernait aussi jadis un petit pain au lait, très léger.

▶ **Recettes** : BOUCHÉE À LA REINE, CONSOMMÉ, CROÛTE, TOMATE.

REINE-CLAUDE Prune à peau verte, plus ou moins dorée ou violacée, et à chair jaune verdâtre, très parfumée, dont il existe plusieurs variétés (voir planche des prunes page 866). Exquise fraîche comme fruit de table, la reine-claude donne également d'excellentes confitures.

▶ **Recette** : CONFITURE.

REINE DE SABA Gâteau au chocolat souvent rond, fait d'une pâte à biscuit allégée par des blancs en neige. On le rend plus fin en remplaçant la farine par de la fécule, des amandes en poudre ou un mélange des deux. Il se sert froid avec une crème anglaise.

RÉJANE Nom donné à divers apprêts de cuisine, d'après le nom de scène de la grande comédienne Gabrielle Réju (Paris 1856 - *id.* 1920). La garniture Réjane (pour petites pièces de boucherie sautées ou ris de veau braisés) comprend des cassolettes en pommes duchesse garnies, des épinards en branche au beurre, des quartiers d'artichaut étuvés et des lames de moelle, le tout saucé du fond de braisage ou d'un déglaçage au madère. La salade Réjane associe du riz en grains, des rondelles d'œuf dur, du raifort râpé, des lames de truffe et de la chantilly salée. Les paupiettes de merlan Réjane sont des filets nappés de sauce au vin blanc, additionnés de beurre de cresson et garnis de pommes duchesse.

RELÂCHER Ajouter à une préparation un liquide pour l'éclaircir et la rendre moins épaisse (voir DÉTENDRE).

RELAIS ET CHÂTEAUX Association d'hôteliers-restaurateurs ou de restaurateurs indépendants, dont la devise est la « règle des 5 C » : Caractère, Courtoisie, Calme, Charme, Cuisine. Chaque établissement qui en fait partie se doit de préserver sa spécificité et de respecter une qualité professionnelle de très haut niveau. Si sa table est excellente, il peut se voir attribuer le titre de « relais gourmand ».

RELEVÉ Plat qui venait autrefois « relever » un autre mets (c'est-à-dire qui le suivait). Le terme concernait surtout les entrées, qui étaient des « relevés de potage ». Un menu classique s'ordonnait ainsi : hors-d'œuvre, potage, relevé de potage, poisson, relevé de poisson, rôt, parfois suivi de relevé de rôt, enfin entremets et desserts.

RELEVER Renforcer l'assaisonnement d'une préparation en y ajoutant un condiment, une épice. Un mets « relevé » est généralement haut en saveur, avec une proportion notable d'épices telles que poivre, piment, clou de girofle, quatre-épices, etc.

RELIGIEUSE Pâtisserie constituée classiquement d'un gros chou (fourré de crème pâtissière ou Chiboust, au café ou au chocolat, comme les éclairs) surmonté d'un chou plus petit, également fourré ; après glaçage au fondant (de même parfum que le fourrage), on la décore à la poche à douille avec de la crème au beurre. La religieuse se fait en petit gâteau individuel ou en grosse pièce.

On appelle aussi, mais plus rarement, « religieuse » une tarte feuilletée garnie de marmelade de pomme et d'abricot avec des raisins secs, couverte de croisillons évoquant la grille d'un couvent.

RELISH Condiment anglo-saxon d'origine indienne, voisin du chutney, mais plus épicé ; au Canada, on lui donne le nom d'« achard ». Le relish est une purée aigre-douce à base de fruits acides et de légumes additionnés de petits oignons au vinaigre, de cornichons, d'épices, mijotés avec de la cassonade et du vinaigre. Il accompagne caris et plats exotiques, mais aussi steaks hachés, crudités et viandes froides.

Aux États-Unis, le relish est le condiment doux à base de poivron et de cornichon, qui accompagne traditionnellement le hot-dog.

REMONTER Rendre son homogénéité à une sauce émulsionnée, qui a « tourné » par manque de stabilité. On remonte une mayonnaise en incorporant petit à petit, au fouet, un nouveau jaune d'œuf, un peu de moutarde, quelques gouttes de vinaigre ou d'eau ; on remonte une hollandaise ou une béarnaise en incorporant petit à petit, au fouet, un peu d'eau, chaude si la sauce est froide, froide si la sauce est chaude.

REMOUDOU Fromage belge de lait de vache (45 % de matières grasses), à pâte molle et à croûte lavée. Le remoudou se présente sous la forme d'un cube de 8 cm de côté, pesant 500 g environ. Il a une odeur très typée et une saveur piquante. La Confrérie du Remoudou s'attache à promouvoir tous les produits laitiers du plateau de Herve.

RÉMOULADE Sauce froide dérivée de la mayonnaise par addition de moutarde, de cornichons, de câpres et de fines herbes hachées, finie éventuellement avec un peu d'essence d'anchois ; on lui ajoute parfois de l'œuf dur haché. Quand elle accompagne viandes, poissons et crustacés froids, il s'agit d'une simple mayonnaise moutardée et relevée d'ail et de poivre. La sauce rémoulade condimente traditionnellement le céleri-rave râpé et diverses salades composées.

▶ **Recettes** : CÉLERI-RAVE, SAUCE.

REMUER Mélanger, avec une spatule ou un fouet, une préparation, lors de sa confection ou de sa cuisson, pour que les éléments ne s'agglutinent pas, ne forment pas des grumeaux, n'attachent pas au récipient, etc. Le riz et les pâtes doivent être remués dès leur immersion dans l'eau bouillante. « Remuer la salade », c'est retourner plusieurs fois, au dernier moment, les feuilles pour bien les enduire de l'assaisonnement.

REMUEUR Bâtonnet ou tige en matière plastique ou en verre, long de 10 cm environ, généralement orné d'un motif décoratif. Le remueur sert à mélanger les différents liquides de certains cocktails.

RENAISSANCE (À LA) Se dit d'une grosse pièce de boucherie, braisée ou rôtie, ou d'une poularde, rôtie ou pochée, garnie de légumes alternés : carottes et navets levés à la cuillère parisienne – ou tournés – et glacés (parfois dressés sur des fonds d'artichaut), pommes de terre fondantes ou rissolées, laitue braisée, haricots verts, pointes d'asperge et bouquets de chou-fleur. La sauce d'accompagnement est constituée par le jus du rôti, le fond de braisage ou une sauce suprême (pour une poularde pochée au fond blanc).

RENNE Mammifère de la famille des cervidés vivant dans les régions arctiques. Le lait de la femelle du renne est, avec celui de la baleine, le plus riche en matières grasses ; il est utilisé dans la fabrication de quelques fromages en Laponie, en Norvège et en

Suède. Au Québec, les caribous constituent le plus grand cheptel libre de rennes. Ce sont surtout les Lapons, éleveurs de rennes en semi-liberté, qui consomment leur lait et mangent leur chair. La viande de renne est une venaison qui reçoit les mêmes apprêts que le chevreuil ; lorsque l'animal est nourri de grain et de foin, sa viande est plus douce de goût ; elle se prépare alors en boulettes, en steaks ou en ragoûts.

REPAS Nourriture consommée chaque jour à heure fixe. Les trois repas principaux de la journée sont le petit déjeuner (breakfast, brunch), le déjeuner et le dîner ; d'autres collations jalonnent parfois la journée : le casse-croûte, le goûter, le thé, le souper, voire l'en-cas. Aujourd'hui, certaines occasions de la vie sociale se fêtent par des repas d'une forme particulière : banquet, buffet froid, lunch. Un repas pris sur l'herbe est un pique-nique. Les fêtes religieuses se marquent par un repas comportant des plats traditionnels (Noël, Pâques, fin du ramadan…).

REPÈRE Pâte un peu molle, faite de farine et d'eau, avec laquelle on ferme hermétiquement (on lute) le couvercle d'un récipient pendant une cuisson.

Le repère est aussi un mélange de farine et de blanc d'œuf, utilisé pour coller les détails d'un décor en pâte sur un apprêt ou sur le bord d'un plat.

REPOSER (LAISSER) Réserver une pâte au frais, en attendant de poursuivre sa préparation. Un temps de repos (de 1 heure ou plus) est indispensable pendant la confection ou avant l'utilisation d'une pâte : les pâtons sont enveloppés dans un linge ou dans une feuille de plastique alimentaire et mis à reposer dans le réfrigérateur ou dans un endroit frais, à l'abri des courants d'air.

REQUIN Poisson cartilagineux, caractérisé par un corps allongé, un museau pointu et une bouche en forme de croissant sur la face ventrale. Il existe de nombreuses espèces de requins, appelés squales, de taille variable, depuis la petite roussette (couramment consommée en France) jusqu'au requin-baleine, qui atteint 18 m de long. Dans la cuisine créole, on cuisine leur chair en soupe ou en ragoût ; dans la cuisine chinoise, les ailerons sont l'ingrédient d'un potage réputé. En Europe, comme en Amérique du Nord, on consomme d'autres squales de taille modeste, communément appelés « chiens de mer », comme l'émissole, le milandre et l'aiguillat, souvent vendus décapités et dépouillés sous le nom de saumonette ; ils se préparent comme la roussette.

touffé de requin à la créole

Tronçonner la chair d'un petit requin et la faire macérer plusieurs heures dans le jus de 2 citrons verts allongé d'eau, avec du sel, du poivre, 1 piment et du bois d'Inde. Faire revenir dans une cocotte 2 oignons et 4 ou 5 échalotes émincés, avec 3 tomates mondées. Saler, poivrer largement, ajouter 2 piments, 3 gousses d'ail et 1 bouquet garni. Égoutter les morceaux de requin et les faire cuire à couvert sur ce lit d'aromates. Servir avec du jus de citron vert, du persil ciselé et une pointe d'ail râpé. Accompagner de riz créole et de haricots rouges.

RÉSERVE Mention que certains producteurs et négociants ajoutent sur l'étiquette de vins (obligatoirement AOC ou VDQS) auxquels ils souhaitent conférer un prestige particulier.

RÉSERVER Mettre de côté, au frais ou au chaud, des ingrédients, des mélanges ou des préparations destinés à être utilisés ultérieurement. Pour éviter qu'ils ne se dégradent, on les enveloppe souvent de papier sulfurisé, d'aluminium, d'un linge, etc. Pour empêcher la formation d'une peau sur une crème ou une sauce à réserver, on couvre celles-ci d'un papier beurré ou on parsème leur surface d'un corps gras (voir TAMPONNER).

RESTAURANT Établissement public où l'on sert des repas, au menu ou à la carte, à prix affichés et à heures fixes. Apparu au XVIe siècle, le mot « restaurant » désigna d'abord un « aliment qui restaure ».

■ **Du mot au lieu.** De ce sens, qui survécut jusqu'au XIXe siècle, on passa à celui d'« établissement spécialisé dans la vente des restaurants » (*Dictionnaire de Trévoux*, 1771).

Jusqu'à la fin du XVIIIe siècle, on ne trouvait à manger, moyennant finances, que dans les auberges et les tavernes (voir TABLE D'HÔTE, TRAITEUR). À Paris, c'est vers 1765 qu'un nommé Boulanger, « marchand de bouillon », inscrivit sur son enseigne : « Boulanger débite des restaurants divins ». Il fut suivi par Roze et Pontaillé (qui ouvrirent en 1766 une « maison de santé ») ; mais le plus ancien restaurant parisien digne de ce nom fut celui que Beauvilliers fonda en 1782, rue de Richelieu, sous le nom de *Grande Taverne de Londres* : pour la première fois, on servait à heures fixes, sur des petites tables individuelles, des plats inscrits sur une carte.

■ **Des restaurants pour tous.** La Révolution favorisa la restauration : l'abolition des corporations et des privilèges donna de plus grandes facilités pour s'installer. Les premiers à en profiter furent les cuisiniers et les serviteurs des maisons nobles, dont les maîtres avaient émigré. Par ailleurs, l'arrivée à Paris de nombreux représentants du peuple venus de la province créa une clientèle d'habitués, à laquelle s'ajouta celle des journalistes et des hommes d'affaires. Un certain appétit de bien-vivre, après une époque troublée, et la possibilité de pouvoir accéder à des jouissances jusqu'alors réservées aux riches firent de la restauration, sous le Directoire, une véritable institution.

Après la vogue du Palais-Royal, puis des Halles, ce fut l'ère des Grands Boulevards et de la Madeleine, puis des Champs-Élysées, mais aussi de la Villette, de Bercy, puis de Montparnasse, de la Rive gauche, sans oublier la barrière de Clichy ou les hauteurs de Montmartre. Mais les grandes étapes gastronomiques régionales – qui jalonnent souvent, sur le tracé des anciens relais de poste, les itinéraires touristiques –,

redécouvertes par des gourmets comme Curnonsky et Marcel Rouff, rivalisèrent bientôt avec les hauts lieux culinaires de la capitale.

Aujourd'hui, la restauration « hors foyer » s'organise en plusieurs catégories avec la restauration de collectivité (entreprises, écoles, hôpitaux), en progression constante, tant au niveau quantitatif que qualitatif, la restauration rapide, avec croissanteries et fast-foods à l'américaine, et la restauration traditionnelle, qui va du bistrot au restaurant gastronomique étoilé. C'est cette dernière qui est jugée dans les guides, les niveaux d'accueil et de cuisine étant symbolisés par des étoiles, des couverts, des points, des toques...

RÉTÈS Pâtisserie hongroise proche du Strudel autrichien, faite d'une pâte très fine à base de farine au gluten, diversement garnie, roulée en boudin, cuite au four et coupée en tranches, que l'on sert poudrées de sucre fin. La garniture peut être du fromage blanc additionné de raisins secs et de blancs d'œuf en neige ; de la marmelade de pomme à la cannelle, des cerises ou des prunes cuites ; des noix râpées avec du sucre, mélangées avec du citron, des raisins secs et du lait ; ou encore une crème aux graines de pavot cuites dans du lait et du sucre, additionnée de pommes râpées, de zeste de citron et de raisins de Smyrne.

RETSINA Vin grec de qualité courante, très apprécié, rosé ou, plus souvent, blanc, auquel on a ajouté de la résine de pin (le meilleur est le pin d'Alep, poussant en Attique), qui lui donne une odeur de térébenthine. Le retsina titre 12,5 ou 13 % Vol. et se boit jeune et frais.

REUILLY Vin AOC blanc, rouge ou rosé, produit par un vignoble du Berry installé en coteaux ou sur un plateau argilo-calcaire (**voir** BERRY).

RÉVEILLON Repas pris au cours de la nuit de Noël et, par extension, pendant celle du jour de l'An. La longue durée des trois messes basses aux alentours de minuit et le chemin parcouru pour aller à l'église et en revenir justifiaient autrefois ce solide repas pris tard dans la nuit. De nos jours, le réveillon est surtout une occasion de faire bonne chère en famille ou entre amis ; il reste associé, en France et à l'étranger, à des mets spécialement cuisinés, surtout à Noël.

■ **Plats traditionnels.** Un peu partout en France, la dinde rôtie aux marrons est devenue le plat classique du réveillon. Cependant, autrefois, la daube en Armagnac, le foie d'oie et la choucroute en Alsace, l'aligot en Auvergne, le boudin en Nivernais et l'oie dans le Sud-Ouest étaient de rigueur. Dans le Sud-Est, la tradition imposait, avant l'office, le « gros souper » : chou-fleur et morue en raïto, ou encore escargots, mulet aux olives, omelette aux artichauts et pâtes fraîches. Ce repas se terminait immuablement par les « desserts de Noël », qui étaient au nombre de treize comme les treize convives de la Cène.

Dans tout le monde chrétien, le menu du réveillon se transmet par tradition, et Édouard de Pomiane écrit à ce sujet : « Les Russes mangent la *koutia*, grains de blé cuits avec des fruits secs. Les Polonais rompent une hostie et mangent des plats à base de graines de pavot... Sur la table des Anglais apparaît tous les ans le Christmas pudding. »

En Italie, à Rome, les festivités commencent dans la nuit du 23 au 24 décembre par un grand marché nocturne : on s'y approvisionne notamment en anguilles vivantes, indispensables pour un vrai repas de Noël, qui comporte également un chapon rôti et farci. Plus au nord, à Bologne, capitale des pâtes fraîches, le réveillon commence par des tortellinis farcis d'un hachis de porc, de dinde et de saucisson, de fromage et de noix muscade. Au chapitre des friandises, citons la *nocciata* au miel et aux noix, découpée en triangles, la cassate à la ricotta et au chocolat, ainsi que le *torrone* aux amandes. Ce type de friandises est de rigueur dans tous les pays, et l'on retrouve les biscuits ou les sucreries aux amandes en Espagne, avec des dragons en massepain fourrés de fruits secs.

En Allemagne, si la carpe fait figure de plat rituel du réveillon, elle est souvent remplacée par l'oie, la dinde, le chevreuil, le sanglier, un rôti ou même des *Schnitzel* (escalopes panées). Mais certains aliments demeurent traditionnels, notamment les pommes, les noix et les amandes. Les pains d'épice de Nuremberg, le Stollen de Dresde, le massepain de Lübeck et les petits gâteaux faits à la maison (à l'anis, aux amandes, à la cannelle) sont pour ainsi dire obligatoires au pied du sapin ou sur la table du réveillon.

En Suède, le réveillon était jadis indissociable de la lingue marinée et séchée, servie en sauce blanche avec du beurre et des pommes de terre, de la moutarde et du poivre noir. Aujourd'hui, on apprécie surtout, comme au Danemark, l'oie farcie de pommes et de pruneaux, rôtie et garnie de chou rouge, de pommes de terre caramélisées et de sauce aux airelles ; le porridge au riz ou le riz aux amandes nappé de compote de cerise constitue souvent le dessert. En Norvège, on déguste des grosses côtelettes de porc rôties, servies avec de la choucroute au cumin, tandis que, en Finlande, on fait cuire un jambon sous une croûte en pâte de seigle. Enfin, en Scandinavie, le réveillon est souvent fêté par un somptueux smörgasbord.

RHÔNE (VINS) Le très ancien vignoble de la vallée du Rhône s'étend sur 200 kilomètres. Il se distingue par l'absence de grand cru et de premier cru, ce qui ne l'empêche pas de donner de grands vins grâce à ses deux enclaves : celle du nord et celle du sud.

■ **Côtes du Rhône septentrionales.** De Vienne à Valence règnent les vignerons et les négociants. Dans cette zone au climat continental, les vignes s'épanouissent sur les coteaux escarpés des gorges, au sol bien drainé et convenablement exposé. Les vins rouges sont issus des cépages cinsault, mourvèdre et surtout syrah, qui apporte couleur et tanin et, avec le temps, des parfums de violette et d'épices. Les vins blancs, souvent opulents, viennent du viognier, aux arômes d'abricot, du marsanne, robuste, et du roussanne, délicat.

Pur syrah, le cornas, rouge, parfois très tannique dans sa jeunesse, demeure sauvage après une longue garde. Le domaine de la côte-rôtie élabore des rouges aromatiques dits « féminins », fruités, voluptueux et



sublimes après huit ans. À Saint-Joseph, le rouge est coloré et corsé, le blanc nerveux et parfumé. Hermitage produit des blancs ; les rouges sont plutôt « masculins », tanniques, vigoureux ; ceux de Crozes-Hermitage en sont proches. Le blanc de Château-Grillet est rare. Celui de Condrieu, comme lui pur viognier, a un bouquet de noyau d'abricot et de pêche. Saint-Péray est réputé pour ses blancs tranquilles ou mousseux.

■ **Côtes du Rhône méridionales.** Entre Montélimar et Avignon dominent les coopératives. Sous un climat méditerranéen, les coteaux, moins escarpés, sont situés dans des vallées au sol plus calcaire, mais lui aussi bien drainé. Ici, la plupart des grands rouges et des rosés proviennent du grenache noir. Les blancs sont faits de picpoul, d'ugni blanc, de bourboulenc, de clairette, de picardan ou de grenache blanc.

Les Côtes du Lubéron, les Côtes du Ventoux et les Côtes du Rhône élaborent des rouges, des blancs et des rosés, de même que les Côtes du Rhône villages et Lirac, où les rosés prédominent. L'AOC châteauneuf-du-pape, généralement rouge, se reconnaît à sa bouteille spéciale ornée de la tiare pontificale. Corsé et puissant, le rouge de Gigondas se dévoile après cinq ou six ans ; les rosés sont secs et fruités. Tavel ne produit que des rosés bouquetés et savoureux. Enfin, les rouges de Vacqueyras sont aromatiques et colorés.

RHUBARBE Plante vivace de la famille des polygonacées, originaire d'Asie du Nord, dont les tiges charnues sont comestibles. Auparavant cantonnée parmi les plantes médicinales ou ornementales, la rhubarbe n'est devenue plante potagère qu'au XVIIIe siècle. Peu énergétique (16 Kcal pour 100 g), elle contient du phosphore, du potassium, du magnésium, du fer et des vitamines. Les feuilles sont très laxatives.

■ **Emplois.** On choisit la rhubarbe (dont il existe plusieurs variétés, à côtes vertes ou plus ou moins colorées de violet, vendues de mai à juillet) avec des pétioles fermes, cassants, denses, qui laissent suinter leur suc à la cassure.

Toujours additionnées de sucre à la cuisson, car elles sont très acides, les tiges de rhubarbe servent à préparer confitures et compotes, que l'on relève souvent de zeste de citron ou de gingembre. La compote peut également accompagner le poisson. On emploie aussi la rhubarbe dans les chutneys, et on consomme parfois ses feuilles, qui s'apprêtent alors comme les épinards. Enfin, elle entre dans la composition d'un apéritif italien, le rabarbaro.

Les Canadiens associent volontiers la rhubarbe à la pomme et aux baies rouges ; ils en font des tartes, mais aussi des gâteaux, des sorbets et des punchs rafraîchissants, ainsi que des achards.

compote de rhubarbe → COMPOTE
confiture de rhubarbe → CONFITURE
pie à la rhubarbe → PIE

◄
Rhubarbe aux fraises et tuiles fraîches

rhubarbe aux fraises

Éplucher 1 kg de rhubarbe en enlevant bien tous les filandres et la couper en tronçons réguliers de 4 à 5 cm. Les mettre dans un saladier et les saupoudrer largement de sucre vanillé. Les faire macérer 3 heures en remuant de temps en temps avec une spatule. Les mettre dans une casserole et cuire 15 min sur feu moyen. Laver, équeuter et couper en quatre 300 g de fraises bien mûres. Les ajouter dans la casserole et cuire 5 min. Débarrasser dans un compotier et laisser refroidir. Servir nature dans des coupelles, ou avec une boule de glace à la vanille et des petites madeleines chaudes.

saint-pierre à la rhubarbe → SAINT-PIERRE
tarte à la rhubarbe → TARTE

RHUM Eau-de-vie qui provient de la fermentation alcoolique et de la distillation soit du jus (vesou) ou du sirop de canne à sucre (pour le rhum agricole et le rhum de sirop), soit de mélasses résultant de la fabrication du sucre de canne (pour le rhum de sucrerie).

La canne à sucre fut introduite au début du XVIe siècle sur l'île d'Hispaniola (actuelle Haïti) ; en 1635, elle fit son apparition à la Martinique, aux Antilles. Le père du Tertre, auteur d'une *Histoire générale des Antilles habitées par les Français* (1667), ouvrit vers 1690 plusieurs distilleries, puis le père Labat s'établit sur place et développa l'industrie rhumière.

La consommation de rhum augmenta si rapidement que son exportation vers la France fut bientôt interdite par un édit royal, afin de ne pas concurrencer les eaux-de-vie de vin. Le seul débouché du rhum devint alors la contrebande.

La production dans les territoires français d'outre-mer connut un grand essor pendant la Première Guerre mondiale, car l'alcool de betterave était réquisitionné par le Service des poudres.

La loi du 21 décembre 1922 établit ensuite une réglementation contingentaire du marché du rhum, pour ne pas nuire à la viticulture métropolitaine.

■ **Fabrication.** Les mélasses qui servent à fabriquer le rhum de sucrerie sont d'abord fermentées. Elles sont diluées dans de l'eau pour donner un moût qui, additionné de levain, fermente de 25 à 40 heures et devient un « vin alcoolique » (5 à 10 % Vol.). Celui-ci est alors mis dans des colonnes à distillation continue : il descend de plateau en plateau en perdant son alcool et en se transformant en vinasse, tandis que les vapeurs d'alcool s'enrichissent progressivement et montent, puis se liquéfient. Le rhum titre alors de 65 à 75 % Vol. ; on l'additionne d'eau distillée pour le ramener aux titrages admis pour sa commercialisation (50 et 55 % Vol. pour la consommation locale, à la Réunion et aux Antilles ; jusqu'à 75 % Vol. pour les rhums exportés).

Pour obtenir le rhum agricole, le vesou est tamisé, décanté et filtré. Une fermentation spontanée de 36 à 48 heures donne un vin alcoolique (la « grappe »), titrant 5 ou 6 % Vol., distillé soit dans des colonnes continues, soit dans des alambics parfois centenaires,

Caractéristiques des différentes définitions de rhums

variétés	fabrication	particularités	goût
rhum agricole	fermentation et distillation du jus de canne	rhum blanc, peut vieillir 6 mois (rhum paille) ou 3 ans (rhum vieux) en fûts de bois	équilibré en bouche, fruité, épicé
rhum grand arôme	fermentation et distillation de mélasse	consommé en l'état ou coloré au caramel	corsé, très marqué de mélasse
rhum industriel	fermentation très lente et distillation de mélasse, eau, vinasse	forte acidité, destiné au coupage, utilisé pur en cuisine	très intense, complexe
rhum léger	fermentation de mélasse, distillée à très haut degré	taux de non-alcool très faible	peu aromatique, rond en bouche

où le liquide est évaporé dans une cucurbite ; la vapeur chargée se dégage par un chapiteau, passe par un col de cygne et gagne un serpentin baignant dans un bac d'eau froide.

L'alcool est recueilli, puis « repasse » plusieurs fois pour atteindre le titrage voulu. À sa sortie d'un alambic, le rhum est limpide et pratiquement incolore. Avant d'être commercialisé, il subit plusieurs traitements, qui vont donner toute une gamme de produits très divers (voir tableau).

Le rhum constitue, en France, un secteur important du marché des eaux-de-vie et spiritueux. La consommation est cependant très saisonnière : entre 36 % (de mai à octobre) et 64 % (de novembre à avril, époque à laquelle on consomme davantage de grogs et de boissons chaudes).

C'est le rhum blanc qui convient le mieux pour la préparation des punchs, daiquiris et autres cocktails, tandis que les rhums ambrés, plus corsés, sont réservés pour les grogs, les flambages, la pâtisserie et la cuisine. Enfin, les rhums vieux sont gardés pour la dégustation en digestif.

Les emplois du rhum en pâtisserie sont nombreux et variés, tant pour imbiber biscuits et génoises (pour entremets et charlottes) que pour parfumer crèmes de dessert, flans, mousses, pâtes à crêpes et à biscuits, sabayons, salades de fruits et sorbets, ou encore pour arroser babas et savarins, pour flamber crêpes et omelettes, pour faire macérer fruits confits ou secs, etc.

En cuisine, le rhum s'associe en particulier avec les légumes-fruits (ananas, banane, patate douce) et les viandes, volailles et poissons que ceux-ci accompagnent (brochettes de langoustines ou de lotte, canard rôti, carré de porc, dinde, poulet sauté, rognons flambés). Mais c'est surtout un arôme d'accompagnement pour les marinades et les sauces ; on ne l'utilise pour le flambage que si la viande est très tendre (abats, jeune volaille).

▶ **Recettes** : BABA, POULET, SABAYON.

RIBERA DEL DUERO Vin rouge espagnol produit en Castille, au nord de Madrid, qui bénéficie d'une dénomination d'origine. Il est issu essentiellement de cépages *tinto fino*, mais aussi garnacha, malbec, cabernet-sauvignon et merlot. L'appellation en rosé, peu alcoolisée, est très rafraîchissante.

RICHE Se dit des deux plus célèbres apprêts créés au XIX[e] siècle au *Café Riche* : bécasse rôtie sur canapé et filets de sole en sauce. La sauce Riche est une sauce diplomate complétée d'essence de truffe et de dés de truffe, ou une sauce normande au beurre de homard, additionnée de truffes. Est aussi appelé « Riche » un velouté au fumet de sole, parfumé de jus de champignon et d'huître, lié à la crème et aux jaunes d'œuf, puis fini au coulis ou au beurre de homard.

▶ **Recettes** : BÉCASSE, SOLE.

RICHE (CAFÉ) Établissement fondé en 1804, boulevard des Italiens, à Paris. D'abord assez modeste, il fut réaménagé en 1832 et connut alors, avec Bignon aîné, ses heures de gloire. Avec son escalier de marbre, sa rampe de bronze, ses tapisseries, ses velours et son argenterie, il devint le rendez-vous des personnalités du spectacle et de la politique, attirées par son décor fastueux, sa cave et sa cuisine. Bignon mit notamment à la mode le bouzy rouge, un champagne nature. Les grandes spécialités culinaires de la maison étaient appréciées par les écrivains Dumas fils, Véron, Flaubert, Sainte-Beuve, les directeurs de l'Opéra, les acteurs et les compositeurs. La guerre de 1870 marqua la fin de la grande vogue du *Café Riche*, qui survécut pourtant jusqu'en 1916.

RICHEBOURG Climat de Bourgogne, un des plus célèbres, produit sur la commune de Vosne-Romanée, dans la Côte de Nuits. Ce vin rouge somptueux est classé « grand cru », la plus haute distinction régionale (voir BOURGOGNE).

RICHELIEU Nom donné à une garniture pour grosses pièces de boucherie, composée de tomates et de champignons farcis (parfois gratinés), de laitues braisées et de pommes de terre nouvelles rissolées, ou de pommes château. C'est également le nom d'un apprêt de la sole, ouverte sur une face, panée à l'anglaise, cuite au beurre, débarrassée de l'arête centrale, puis garnie de beurre maître d'hôtel et de lames de truffe. Les boudins Richelieu sont de petits ramequins de farce de volaille complétée d'un salpicon à la reine, servis démoulés avec une sauce Périgueux et un décor de truffe. Il existe aussi une sauce Richelieu.

▶ **Recettes** : PINTADE, SAUCE.

RICHELIEU (GÂTEAU) Grosse pièce de pâtisserie, constituée de plusieurs abaisses en pâte à biscuit aux amandes, généralement parfumées au marasquin, masquées alternativement de marmelade d'abricot et de frangipane, puis superposées. Le richelieu est ensuite glacé au fondant et décoré de fruits confits. Il aurait été inventé au XVIIIe siècle par le cuisinier du duc de Richelieu, petit-neveu du cardinal.

RICOTTA Fromage frais italien (20 à 30 % de matières grasses) de petit-lait de vache, de brebis ou de chèvre, séparés ou mélangés (voir tableau des fromages étrangers page 497). La ricotta garde la forme de son récipient de moulage. Elle a une saveur légèrement acidulée et s'emploie surtout en cuisine, pour tartiner des canapés et des sandwichs, compléter des salades composées, fourrer des crêpes, confectionner des sauces pour les pâtes, des farces, des appareils à beignets ou à gnocchis. Mais on peut aussi la servir en fin de repas, soit avec de la vinaigrette, soit avec du sucre ou de la confiture (ou même malaxée avec du marsala).

Elle entre dans la composition de deux spécialités italiennes réputées : la cassate sicilienne et la *crostata di ricotta,* sorte de tourte garnie d'un mélange de ricotta, de zestes d'orange et de citron, de sucre, de raisins secs, d'amandes et de pignons, d'écorce d'orange confite et de jaunes d'œuf.

RIESLING Cépage blanc de la vallée du Rhin d'où sont issus les meilleurs vins d'Alsace et du Rheingau. On le retrouve en Allemagne, dans la Hesse et le Palatinat, en Autriche, au Chili et en Californie. Le riesling alsacien est un vin souvent nerveux, révélant des arômes de fruits et des notes minérales.

RIGOTTE DE CONDRIEU Fromage lyonnais de lait de vache (40 % de matières grasses), à pâte molle et à croûte naturelle, jaune ou rougie (voir tableau des fromages français page 494). La rigotte de Condrieu se présente sous la forme d'un petit cylindre de 4 cm de diamètre et de 3,5 cm d'épaisseur. Vendue généralement par trois, elle a une saveur douce et lactique. Quand elle est très sèche, elle s'utilise râpée pour confectionner des fromages forts.

RIGOTTE DE PÉLUSSIN Fromage de chèvre du haut Forez (40 à 45 % de matières grasses), à pâte molle et à croûte naturelle bleutée. La rigotte de Pélussin se présente sous la forme d'un petit cylindre de 5 cm de diamètre et de 3 cm d'épaisseur. Elle a une saveur douce et noisetée.

RIJSTTAFEL Ensemble de plats indonésiens servis en même temps ; ce mot néerlandais signifie littéralement « table de riz ». Autour d'un grand plat de riz épicé, on peut ainsi trouver à la fois : *sup* (soupe très relevée), *satés* (petites brochettes de viande grillées), *opar-daging* (minces tranches de bœuf frites, condimentées à la noix de coco), foie de bœuf frit, poulet au cari, crevettes, *rendang* (viande pimentée au lait de coco), *senur-daging* (viande à la sauce soja), *ikan* balinaise (poisson à la sauce tomate piquante).

RILLETTES Viande de porc (ou de lapin, d'oie, de volaille), cuite jusqu'à obtenir une graisse claire et la dissociation des fibres, qui sont ensuite égouttées, effilochées et mélangées à la graisse. Les rillettes (voir tableau page 900) sont servies en hors-d'œuvre froid, avec du pain de campagne légèrement grillé.

Par analogie, on prépare aussi des rillettes de maquereau, de sardine ou de thon (le poisson est cuit au beurre et réduit en pâte avec du beurre frais), mais surtout des rillettes d'anguille ou de saumon confectionnées avec un mélange de poisson frais poché et de poisson fumé.

RECETTE DE L'*HÔTEL DE L'AIGLE NOIR*,
À FONTAINEBLEAU

rillettes de lapereau en terrine cuit au Parme

« Cuire 3 lapereaux en les mouillant à mi-hauteur d'une garniture aromatique. Les décanter et les émietter. Faire réduire le jus de cuisson au tiers, puis le mélanger à la chair de lapereau, ajouter 3 jaunes d'œuf, 1/4 de botte de sauge et 1/4 de botte de marjolaine, hachées, et assaisonner. Chemiser une terrine de fines et longues tranches de jambon de Parme, y disposer une première couche de rillettes, puis ajouter une rangée de gésiers de canard confit et recouvrir de rillettes. Rabattre le bout des tranches de jambon sur le dessus et cuire 25 min au bain-marie au four préchauffé à 150 °C. Servir accompagné de fines tranches de poire, de feuilles de marjolaine et de minces tiges de ciboulette. »

rillettes d'oie

Les préparer comme les rillettes de Tours, mais avec la chair désossée d'oies dont le foie a été préparé en foie gras. Mettre en pots, en utilisant de la graisse d'oie.

rillettes de Tours

Choisir des morceaux de porc gras et maigres, avec et sans os (cou, échine, jambon, poitrine, etc.). Séparer le gras du maigre, puis désosser soigneusement les morceaux. Concasser les os, couper le maigre en lanières, hacher grossièrement le gras. Déposer celui-ci dans une grande cocotte de fonte, placer dessus les os concassés, puis les lanières de viande maigre ; ajouter un petit nouet de mousseline avec 4 ou 5 clous de girofle et une douzaine de grains de poivre noir, puis saler (de 20 à 25 g de sel par kilo de viande). Couvrir la cocotte et laisser mijoter 4 heures. Ôter le couvercle, pousser le feu et retirer les os, en récupérant toute la chair ; la remettre à cuire sans cesser de remuer (la cuisson est achevée quand il ne s'échappe plus du tout de vapeur du récipient). Retirer le nouet. Verser les rillettes en les répartissant dans des pots de grès et en mélangeant bien pour homogénéiser le gras et le maigre ; laisser refroidir ; la graisse monte en surface. Couvrir d'un papier sulfurisé et conserver dans un endroit sec et frais.

Caractéristiques des différentes variétés de rillettes et autres viandes confites

variétés	origine	composition	aspect
anchauds périgourdins	Périgord	noix de jambon ou longe de porc, salées, poivrées, souvent aillées, cuites comme un rôti dans la graisse de porc, jus de cuisson	enrobés dans la graisse de porc, souvent en conserve
chichons ou graisserons	Sud-Ouest	gras, maigre de porc, d'oie ou de canard, hachés, cuits dans la graisse du confit, souvent avec ail	rillettes compactes, souvent très humides
confits			
confits d'oie ou de canard	Sud-Ouest	ailes, cuisses, filets présalés, cuits en marmite dans la graisse, égouttés, refroidis	en pot, recouverts de graisse
confits de porc	Sud-Ouest	viande de porc cuite dans la graisse, recouverte de graisse refroidie	bruns, en pot, recouverts de graisse
cous farcis	Sud-Ouest	farce de galantine dans la peau du cou de l'oie ou du canard, cuits dans la graisse ; « cous à la périgourdine » avec 10 % foie gras oie ou canard	longs, en tranches ou non, couverts ou non de graisse
fritons	Aquitaine, Gascogne	porc résiduel de la fonte des gras (panne, bardière), tête, rognons, cœurs, cuits dans la graisse	en pot, en morceaux
grattons			
grattons bordelais	Aquitaine	50 % cubes gras de porc revenus lentement dans leur graisse, 50 % maigre de porc (épaule, longe) parfois présalé, graisse exsudée, éliminée, produit égoutté	roses, comme les morceaux maigres présalés
grattons lyonnais	Lyon et sa région	gras résiduels par fonte de panne et de gras de porc, coupés en gros cubes, fondus, rissolés et non moulés	bruns, en terrine
grillons			
grillons charentais	Charentes	viande cuite à feu doux (5-6 h), légèrement écrasée après cuisson	cubes (2 cm^3) en pot ou en saladier
grillons du Périgord	Périgord	porc (gorge, gras, panne, poitrine) salé, oie ou canard, cuits lentement dans la graisse, avec couennes cuites (10 % sauf « porc et oie » ou « porc et canard »)	filaments rosés du maigre de porc
gros grillons	Anjou, Touraine	poitrine découennée, dégraissée en partie, cuite avec rillons, égouttée	de rillons
rillettes			
rillettes comtoises	Franche-Comté	viandes fumées	brun foncé, morceaux apparents
rillettes du Mans ou de la Sarthe	Sarthe	gros morceaux de viande de porc cuits lentement	clair, structure riche en morceaux, fibres de viande
rillettes d'oie	toute la France	pure oie (100 % oie) ; oie (20 % graisse, ≥ 50 % viande) ; oie et porc (maigre oie > maigre porc); porc et oie (≥ 20 % maigre, 20 % graisse)	brun clair, plus pâle que celui des rillettes de porc, en filaments ou en morceaux apparents
rillettes de Tours	Touraine	morceaux de porc cuits rapidement, avec souvent foie de porc, colorant naturel (arôme patrelle)	brun foncé, morceaux et fibres de viande apparents
rillettes de volaille ou de lapin	toute la France	maigre de volaille ou de lapin ou maigre de porc avec volaille ou lapin, rissolés, cuits dans la graisse de porc	clair, morceaux apparents
rillons ou rillauds	Anjou, Touraine	poitrine, épaule de porc cuits lentement dans la graisse de porc	cubes dorés à bruns (50-200 g)

RILLONS Spécialité tourangelle, faite de morceaux de poitrine ou d'épaule de porc macérés au sel, puis cuits au saindoux et colorés au caramel (voir tableau des rillettes et autres viandes confites page 900). Les rillons, aussi appelés « rillauds », « grillons » ou « rillots », se servent en entrée, avec diverses cochonnailles.

rillons

Détailler de la poitrine de porc bien entrelardée en cubes de 5 à 6 cm de côté, sans retirer la couenne. Saler, à raison de 25 g de sel fin par kilo de viande, et attendre 12 heures. Chauffer dans une cocotte un poids de saindoux égal au tiers du poids de la viande ; faire rissoler les morceaux de porc, puis réduire le feu et laisser mijoter 2 heures. Ajouter alors 2 cuillerées à soupe de caramel par kilo de viande, chauffer vivement, puis égoutter les rillons ; les servir brûlants ou complètement refroidis.

RINCE-DOIGTS Petit bol individuel en métal, en verre ou en porcelaine, que l'on remplit d'eau tiède parfumée généralement au citron ; il est de rigueur quand on sert des coquillages ou des crustacés qui se décortiquent avec les doigts, ainsi que des asperges ou des artichauts. Les rince-doigts sont placés à gauche de l'assiette, lorsque le mets est presque terminé ; ils sont enlevés aussitôt que celui-ci est achevé, lorsque les convives se sont rincé le bout des doigts.

RINCETTE Petite quantité d'eau-de-vie versée dans la tasse de café que l'on vient de boire, alors que celle-ci est encore chaude (voir POUSSE-CAFÉ).

RIOJA Région viticole parmi les meilleures d'Espagne. Les vins de Rioja sont principalement issus de tempranillo, et parfois de garnacha, de mazuelo et de graciano.

Les vins *crianza,* souvent issus de grands crus, attendent au moins deux ans avant leur commercialisation, les vins *reserva,* trois ans, et le *gran reserva,* un vin très fin, est vieilli encore plus longtemps.

RIOLER Disposer des bandelettes de pâte à bords droits ou dentelés sur un gâteau, pour former un quadrillage. Cette opération, qui concerne notamment la Linzertorte et la conversation, intervient en fin de préparation, après la garniture et avant la cuisson.

RIPAILLE Excès de table, chère abondante et bien arrosée. Le mot viendrait du néerlandais *rippen,* « racler » (évoquant sans doute une table bien garnie sur laquelle, après le repas, ne reste aucune miette).

Le ripaille (mot masculin) est, par ailleurs, un vin blanc de Haute-Savoie, sec et fruité.

RIS Abat blanc du veau, de l'agneau et du chevreau, formé par une glande – le thymus –, située à l'entrée de la poitrine, devant la trachée, et qui disparaît chez l'adulte. Le ris (voir tableau des abats page 10) se compose d'une partie allongée, la gorge (non comestible), et d'une partie ronde et savoureuse, la noix. Les ris d'agneau et de veau sont poêlés, braisés, rôtis, grillés, pochés, apprêtés en gratin, en brochettes, en feuilletés, en beignets, etc. ; ils interviennent également dans des garnitures et ragoûts pour timbales et vol-au-vent.

ris d'agneau ou de veau : préparation

Faire tremper les ris 5 heures au moins dans de l'eau froide, en renouvelant celle-ci jusqu'à ce qu'elle soit claire. Les mettre ensuite dans une casserole, les recouvrir d'eau froide salée, porter à ébullition, puis égoutter, rafraîchir sous l'eau froide et éponger. Parer les ris en retirant les filaments, puis les mettre 1 heure sous presse entre deux linges. Les apprêter ensuite suivant la recette.

beignets de ris de veau → BEIGNET
brochettes de ris d'agneau ou de veau → BROCHETTE
morilles farcies au ris d'agneau → MORILLE
pâté de ris de veau → PÂTÉ
paupiette de ris de veau braisé → PAUPIETTE

ris de veau braisés à blanc

Mettre les ris préparés dans un plat à sauter beurré, foncé de couennes de lard, d'oignons et de carottes finement émincés. Saler, poivrer et ajouter 1 bouquet garni. Commencer la cuisson doucement, à couvert, puis mouiller de quelques cuillerées de fond blanc. Cuire, toujours à couvert, de 25 à 35 min, dans le four préchauffé à 220 °C, en arrosant souvent avec le fond. Glacer éventuellement très légèrement les ris en les exposant 5 ou 6 min à découvert à la chaleur du four, en les arrosant avec la partie grasse de leur fond.

ris de veau braisés à brun

Mettre les ris préparés dans un plat à sauter beurré, foncé de couennes de lard, d'oignons et de carottes émincés. Saler et poivrer ; ajouter 1 bouquet garni. Cuire doucement 10 min à couvert, puis mouiller de quelques cuillerées de fond brun de veau (ou de bouillon additionné de 1 cuillerée à soupe de tomate concentrée), de quelques cuillerées de vin blanc et faire réduire à glace. Glacer comme les ris de veau braisés à blanc, mais davantage.

ris de veau braisés Nantua

Braiser des ris de veau à blanc. Les évider aux deux tiers. Couper la chair en petits dés et les mélanger à un salpicon de queues d'écrevisse, lié de sauce Nantua. Napper de sauce allemande, poudrer de chapelure et glacer légèrement au four. Disposer les ris de veau sur des croûtons dans un plat. Garnir de très petites bouchées Nantua et de lames de truffe. Accompagner d'une sauce suprême finie au beurre d'écrevisse.

ris de veau financière

Tailler en bâtonnets très fins de la truffe et de la langue écarlate, et en clouter des ris préparés. Les braiser à brun. Les disposer dans des croustades de pâte feuilletée et les masquer de garniture financière.

ris de veau Régence
Préparer des ris de veau en enlevant toutes les membranes et les petits amas graisseux, les clouter de dés de truffe et les braiser à blanc. Préparer de grosses quenelles de volaille truffées ; faire sauter au beurre de fines escalopes de foie gras. Préparer une sauce allemande avec le fond de braisage des ris de veau, bien réduit. Dresser les ris sur un plat chaud, les entourer des quenelles et des escalopes de foie gras ; décorer avec des lames de truffe passées au beurre et napper de sauce.

RISOTTO Apprêt de riz, d'origine italienne. Les grains sont dorés dans un corps gras avec des oignons hachés, puis cuits avec du bouillon que l'on fait ensuite évaporer ; l'apprêt est alors lié au beurre et diversement garni de légumes, de fromage, de jambon, de champignons, etc.

Selon les accompagnements qu'il reçoit, le risotto devient un plat garni (à la milanaise, à la piémontaise, aux fruits de mer, aux foies de volaille, etc.). Simplement fromagé ou safrané, il constitue une garniture de viande (veau notamment), d'œuf, voire de poisson, parfois moulé en dariole.

risotto : préparation
Chauffer dans une cocotte 40 g de beurre ou 4 cuillerées à soupe d'huile d'olive. Éplucher et hacher des oignons ; faire revenir 100 g de ce hachis dans la matière grasse, sans laisser colorer. Mesurer le volume de 250 g de riz ; le verser dans la cocotte et remuer. Quand les grains sont devenus transparents, leur ajouter deux fois leur volume de bouillon. Remuer à la cuillère de bois jusqu'à ce que le riz ait commencé à absorber le bouillon, puis rectifier l'assaisonnement et mettre 1 petit bouquet garni. Couvrir et cuire de 16 à 18 min (le riz doit être fondant) ; ne plus remuer. Ajouter les divers ingrédients prévus dans la recette, sans écraser les grains de riz.

chipolatas au risotto à la piémontaise → CHIPOLATA

risotto à la marinara
Nettoyer 500 g de moules, 500 g de *vongole* (palourdes), 250 g de calamars et 250 g de crevettes. Faire ouvrir les coquillages dans une cocotte avec un peu d'huile d'olive et réserver. Décortiquer les crevettes et les couper en quatre. Détailler les calamars en petits morceaux. Dans une poêle, dorer 1 oignon et 1 gousse d'ail hachés. Ajouter les calamars et les crevettes, et cuire sur feu vif jusqu'à ce qu'ils ne rendent plus d'eau. Mouiller de 5 cl de vin blanc. Dans une casserole, faire revenir doucement dans l'huile 1 oignon et 1 gousse d'ail finement hachés. Ajouter 600 g de riz à grains ronds et bien remuer à la cuillère de bois pour qu'il s'imprègne de gras. Mouiller en deux fois avec 10 cl de vin blanc ; quand il est complètement absorbé, verser une louche de bouillon de bœuf léger, laisser évaporer, puis en ajouter une autre ; recommencer. Au bout de 10 min, mouiller louche après louche avec la cuisson des coquillages. Après 18 min, le riz sera juste al dente. Le retirer du feu, ajouter les fruits de mer, 40 g de beurre, 40 g de parmesan fraîchement râpé et un peu de persil haché. Mélanger délicatement.

RECETTE DU RESTAURANT *LE PRÉ CATELAN*, AU BOIS DE BOULOGNE

risotto noir de langoustines au basilic thaï
« Laver soigneusement 180 g de riz noir de Thaïlande et le laisser tremper 12 heures au moins. L'égoutter, le laver à nouveau, puis le cuire 45 min dans un cuit-vapeur. Le verser ensuite dans une casserole, saler et incorporer 50 g de beurre à l'aide d'une fourchette. Couvrir et tenir au chaud. Dans une petite sauteuse, mettre 20 g d'échalote ciselée, 10 g de gingembre en brunoise fine, 1 bulbe de citronnelle épluché et ciselé, 5 g d'ail et 1 dl de vin blanc sec. Réduire à sec. Verser 2 dl de lait de coco et cuire doucement pour le réduire de moitié. Ajouter 5 cl de crème, 5 g de curcuma frais et 1/2 cuillerée à café de pâte de curry vert. Cuire jusqu'à ce que la sauce nappe légèrement la cuillère. Dans une poêle antiadhésive, chauffer 2 cl d'huile d'olive et y dorer 30 s de chaque côté 24 belles langoustines préalablement salées. Les retirer et les tenir au chaud. Passer la sauce dans une petite casserole et porter à ébullition. Rectifier l'assaisonnement, puis incorporer 30 g de beurre, un peu de jus de citron vert, 30 g de poivron rouge en fine brunoise, 40 feuilles de basilic thaï et le jus rendu par les crustacés. Disposer un dôme de riz au centre de chaque assiette, l'entourer de langoustines et napper légèrement de sauce. »

risotto de printemps
Nettoyer et cuire séparément à l'huile 2 petits artichauts violets en quartiers avec de l'ail et quelques gouttes d'eau, 200 g de champignons, finement coupés et assaisonnés d'huile, d'ail et de quelques gouttes de citron, salés et parfumés avec du persil haché, 500 g de petits pois frais, 2 petits oignons avec leur tige, 2 cuillerées à soupe de sucre et du sel ; ébouillanter 1 botte d'asperges vertes, si possible sauvages, puis les passer au beurre. Réchauffer tous les légumes ensemble, à l'exception des asperges, pour que leurs saveurs se mêlent. Dorer 500 g de riz dans une casserole avec un peu d'huile et porter à ébullition 1,5 litre de bouillon. En verser une louche sur le riz, en remuant, jusqu'à ce qu'il soit complètement absorbé, puis recommencer plusieurs fois, pour obtenir une parfaite cuisson du riz. Au bout de 15 min, ajouter les légumes, toujours sans les asperges. Râper 30 g de parmesan, ôter le riz du feu, ajouter 50 g de beurre, le fromage, et bien mélanger. Servir décoré des pointes d'asperge.

RISSOLE Petit apprêt de pâtisserie salé ou sucré, farci et généralement frit, ou doré à l'œuf et cuit au four. Les rissoles, faites de pâte à foncer, de feuilletage ou de pâte à brioche, ont la forme de chaussons repliés sur la farce ou sont composées de deux rondelles enfermant la garniture.

Les rissoles salées sont servies brûlantes, en hors-d'œuvre ou en petite entrée ; si elles sont de taille très réduite, elles deviennent des amuse-gueule ou une garniture de grosses pièces de boucherie.

Les rissoles d'entremets sont souvent frites et se mangent brûlantes, poudrées de sucre, avec une sauce aux fruits.

Les rissoles du Bugey sont une spécialité régionale renommée, jadis traditionnelle pour Noël : il s'agit de petits pâtés feuilletés rectangulaires cuits au four, farcis de chair de dinde rôtie et de gras-double, relevés d'oignon, de thym, de cerfeuil et de raisins de Corinthe.

rissoles : préparation

Confectionner une pâte à brioche, une pâte feuilletée ou une pâte à foncer. L'abaisser sur une épaisseur de 3 à 4 mm et y découper, avec un emporte-pièce cannelé rond ou ovale, deux fois le nombre désiré de rissoles. Déposer une noix de farce au centre de la moitié de celles-ci, humecter le bord, recouvrir d'une seconde abaisse et presser pour bien coller les bords. Dans le cas d'une pâte à brioche, laisser lever les rissoles de 30 à 45 min dans un endroit tiède, à l'abri des courants d'air. Dans tous les cas, les frire dans de l'huile très chaude (180 °C), les faire dorer sur les deux faces, puis les égoutter et les éponger sur du papier absorbant. Dresser sur un plat garni d'une serviette.

rissoles à la fermière

Découper des cercles cannelés de 8 cm de diamètre dans de la pâte à foncer. Les garnir d'un salpicon de jambon cuit, additionné d'une quantité égale de mirepoix de légumes étuvée au beurre, le tout lié d'un peu de sauce madère très réduite.

rissoles Pompadour

Abaisser du demi-feuilletage sur une épaisseur de 5 mm et le détailler en un nombre pair de disques de 5 à 6 cm de diamètre. Préparer un salpicon de langue écarlate, de truffe et de champignons étuvés au beurre, le lier de sauce demi-glace très réduite. Masquer de ce mélange la moitié des disques de pâte et les recouvrir avec les autres disques. Bien fermer les rissoles et les laisser reposer 30 min. Les frire à l'huile très chaude (180 °C). Égoutter et servir avec du persil frit.

RISSOLER Faire colorer jusqu'à une caramélisation superficielle une viande, une volaille ou un légume dans un plat à sauter, une poêle ou une cocotte, en utilisant un corps gras fortement chauffé. Le rissolage d'une viande constitue un début de cuisson par concentration des sucs.

Rissoler signifie aussi cuire complètement lorsqu'il s'agit de pommes château, noisettes, parisiennes ou Parmentier, c'est-à-dire taillées et blanchies, saisies à feu vif dans un corps gras très chaud (huile et beurre mélangés), puis enfournées jusqu'à ce qu'elles soient bien dorées, et salées en fin de cuisson.

RITZ (CÉSAR) Hôtelier suisse (Niederwald 1850-Küssnach 1918). Fils de berger, il devint propriétaire des plus grands palaces de son siècle. Après des débuts obscurs dans un hôtel de Brigue, il arriva en 1867 à Paris, où il devint serveur chez *Voisin*. Dix ans plus tard, il était directeur du *Grand Hôtel* de Monte-Carlo, où il se lia d'amitié avec Escoffier. Leur association fit la gloire du Savoy de Londres (1890-1893), puis du *Carlton*. Le 15 juin 1898, César Ritz ouvrit à Paris le palace de la place Vendôme qui porte son nom, tout en continuant à administrer d'autres grands hôtels.

Le *Ritz* de Paris fait toujours figurer sur sa carte certaines créations d'Escoffier ; Proust en fréquentait le salon de thé, dont il loua les glaces. L'une des innovations de Ritz fut de faire dîner les clients par petites tables, comme au restaurant, ce qui entraîna la disparition de la traditionnelle « table d'hôte ».

RIVESALTES Vin AOC doux naturel, rouge ou blanc, produit dans la région délimitée du Roussillon, en dehors des régions de Banyuls, de Corbières et de Port-Vendres (voir ROUSSILLON).

RIVIERA Gâteau créé par le pâtissier français Lucien Peltier. Cette pâtisserie d'été, fraîche et colorée, associe mousse au citron vert et mousse à la framboise, séparées par une génoise, sur une base de biscuit aux amandes. Le riviera est décoré de morceaux de citron vert et de framboises.

RIZ Céréale de la famille des graminées, la plus cultivée dans le monde après le blé, dans les zones tropicales, équatoriales et tempérées (voir tableau des céréales page 229). Ses grains, oblongs, glabres et lisses, sont utilisés cuits ; chauds ou froids, ils constituent des plats salés ou sucrés. Les plus gros consommateurs mondiaux de riz sont la Chine, l'Inde, l'Indonésie, le Japon et le Bangladesh ; mais cette céréale est également très largement consommée en Amérique latine et sur le continent africain.

Très énergétique (350 Kcal pour 100 g quand il est « complet » ; 120 quand il est blanchi), le riz est riche en amidon assimilable (77 %), mais ses protéines sont privées de certains acides aminés indispensables. Les couches externes des grains renferment des vitamines (B1, B2 et PP), ainsi que des éléments minéraux. Le riz complet est diététiquement meilleur que le riz blanc.

■ **Histoire.** Poussant à sec ou sur des terrains marécageux ou irrigués, le riz était connu et cultivé en Chine plus de trois mille ans avant notre ère ; il semble toutefois que l'espèce *Oryza sativa* soit originaire du sud de l'Inde. Il se répandit ensuite en Corée, aux Philippines (vers 2000 av. J.-C.), au Japon et en Indonésie (sans doute en 1000 av. J.-C.). Puis les Perses l'importèrent en Mésopotamie et au Turkestan,

et Alexandre le Grand, qui envahit l'Inde en 320 av. J.-C., le rapporta en Grèce. Les voyageurs arabes favorisèrent l'expansion de cette céréale en Égypte, au Maroc et en Espagne (où le riz tient une place plus importante dans l'alimentation qu'en France). Portugais et Hollandais l'introduisirent en Afrique occidentale à partir du XV[e] siècle, puis en Amérique à la fin du XVII[e] siècle. En Afrique, vers 1500 av. J.-C., une autre espèce de riz *(Oryza glaberrina)* était cultivée dans l'Ouest, du Sénégal aux rives du Niger.

En France, ce furent les croisés qui apportèrent le riz au XI[e] siècle, et divers essais de culture se succédèrent sans grand succès, malgré un édit de Sully (1603). Depuis 1942, une riziculture plus ou moins prospère est pratiquée en Camargue, couvrant environ 20 % des besoins nationaux. Les importations complémentaires viennent des États-Unis, de Madagascar et de Côte d'Ivoire. Le Piémont italien et l'Espagne produisent également du riz.

■ **Variétés et traitements.** On distingue principalement deux sortes de riz : la sous-espèce *indica* (dite « riz de luxe », à grains longs, se détachant bien) et la sous-espèce *japonica* (dite « riz courant », à grains ronds qui, trop cuits, se mettent en bouillie), avec des types intermédiaires. Le riz se différencie selon les traitements qu'il subit après la récolte.

– Le riz paddy, aux grains encore entourés de leurs enveloppes, glumes et glumelles, est le riz obtenu après battage (20 à 25 % d'humidité).

– Le riz cargo (dit « brun », « décortiqué » ou « complet »), dont les grains sont débarrassés de leurs glumes et glumelles, se caractérise par sa couleur beige ; c'était sous cette forme qu'il arrivait d'Extrême-Orient en Europe à bord des cargos, d'où son nom ; à peine décortiqué, il conserve une partie des vitamines B, du phosphore et de l'amidon.

– Le riz blanc est un riz cargo dont on a éliminé l'embryon et la couche dure interne du péricarpe, par passage dans des cônes à blanchir (on l'appelle aussi « blanchi » ou « mat »).

– Le riz poli est un riz blanc, débarrassé, par un passage dans des cônes à polir, des farines qui adhèrent aux grains.

– Le riz glacé est un riz poli, enrobé d'une fine couche de talc en suspension dans une solution de glucose.

– Le riz étuvé ou prétraité est un riz paddy parfaitement nettoyé, trempé dans de l'eau chaude, étuvé à la vapeur d'eau à basse pression (l'étuvage lui laisse une partie des éléments nutritifs, qui disparaîtraient totalement au blanchiment), puis décortiqué et blanchi.

– Le riz précuit est décortiqué ou blanchi, puis bouilli pendant une à trois minutes après trempage, et enfin desséché à 200 °C.

– Le riz camolino est un riz poli qui a été légèrement enrobé d'huile.

– Le riz gonflé *(puffed rice)* est, en Inde, rôti et sauté sur du sable chaud ; aux États-Unis, il est d'abord traité par la chaleur sous haute pression, puis passé en basse pression.

– Le riz sauvage est composé des graines noires d'une graminée, la zizanie aquatique, qui ressemblent à des aiguilles et ont une saveur de noisette.

– Le riz basmati est un riz indien à très petits grains longs, au goût particulier ; le basmati « vieux », plus rare, est très prisé par les Indiens et les Pakistanais.

– Le riz surinam, à grains très longs et très fins, est produit en Guyane hollandaise.

– Le riz parfumé, provenant du Viêt Nam et de Thaïlande, à grains longs, possède un goût très particulier ; il est réservé, en Asie, aux plats de fête.

– Le riz gluant (ou collant), à grains longs, assez rare, possède une forte teneur en amidon et convient pour les recettes de la cuisine chinoise.

– Le riz caroline ne correspond plus à une variété – qui était celle des riz importés des États-Unis –, mais à une qualité supérieure.

■ **Produits dérivés.** Le riz transformé donne de nombreux produits dérivés.

– Le *popped rice* est un riz chauffé à 200 °C dans de l'huile, qui ressemble à du pop-corn.

– Les *rice flakes* sont préparés avec du riz étuvé, décortiqué, puis aplati en lamelles minces ; ils sont utilisés pour les petits déjeuners, arrosés de lait et sucrés.

– Les flocons de riz sont des grains ou des brisures cuits, moulés en flocons, puis grillés et séchés au four.

– La semoule de riz, la crème de riz et la farine de riz sont issues du broyage de brisures de riz très blanches ; elles s'emploient en pâtisserie et pour les liaisons.

Le riz sert aussi à fabriquer diverses boissons alcoolisées : choum vietnamien, *samau* malais, saké japonais, alcool de *chao xing* chinois (ou « vin jaune chinois »). Les brisures de riz remplacent parfois une partie du malt en brasserie ; enfin, on tire du son de riz une huile comparable à l'huile d'arachide.

■ **Cuisson et apprêts.** La cuisson du riz se pratique principalement à l'eau (à la créole ou à l'indienne), à la vapeur, au gras ou au lait. Le riz a un grand pouvoir d'absorption et s'imbibe de tous les liquides, selon la cuisson. Tout l'art consiste à le tenir à point, pour que les grains soient fermes (al dente) mais non durs, se détachent bien et conservent leur saveur ; la seule exception concerne la cuisson au lait. À moins d'être précuit ou prétraité, le riz doit être préalablement lavé plusieurs fois à l'eau fraîche et égoutté.

Le riz est la base de nombreuses recettes. Il est un des ingrédients des salades composées, garnies de crudités, de fruits de mer, de jambon, d'olives noires, de poisson, etc. Il farcit des légumes (aubergines, courgettes, feuilles de vigne, poivrons, tomates), ainsi que les encornets et les calmars. Ses apprêts majeurs demeurent le cari, la paella, le pilaf et le risotto, mais il accompagne traditionnellement la blanquette de veau, les brochettes, le mouton, les poissons grillés, la poule au blanc et le poulet. Il sert de garniture ou de liaison de potage, et est au centre du rijsttafel (**voir** ce mot). Il entre dans la composition d'entremets : gâteaux de riz et couronnes garnies de fruits, mais aussi tarte au riz et terrinée. Enfin, le riz sert à confectionner croquettes, entremets, puddings et subrics.

▶

Riz au lait d'amande et gelée d'agrumes

Recette du restaurant Le Grand Véfour

Voir page 906.



RIZ SALÉS

casserole au riz à l'ancienne → CASSEROLE
crème de riz au gras → CRÈME-POTAGE
poularde au riz sauce suprême → POULARDE

riz au blanc
Laver et égoutter 250 g de riz à grains longs ; le recouvrir d'eau froide. Saler (10 g de sel par litre d'eau) et cuire 15 min à couvert et à petits frémissements. Égoutter, rafraîchir sous l'eau froide, égoutter de nouveau et mettre dans une casserole. Ajouter de 50 à 75 g de beurre en parcelles, mélanger doucement, couvrir et mettre 15 min dans le four préchauffé à 200 °C.

riz à la créole
Laver plusieurs fois 500 g de riz long et le verser dans une sauteuse. Saler et recouvrir de suffisamment d'eau pour que son niveau dépasse de 2 cm celui du riz. Cuire à grande ébullition et à découvert. Quand l'eau ne dépasse plus les grains, couvrir et maintenir à tout petit feu, jusqu'à ce que le riz soit parfaitement sec (45 min environ).

riz au gras
Mesurer le volume de 250 g de riz long ; le verser dans de l'eau bouillante salée, l'y laisser 5 min, puis l'égoutter et le rafraîchir sous l'eau froide. Chauffer 30 g de beurre dans une casserole, y verser le riz et bien remuer, puis le recouvrir de deux fois son volume de bouillon (de bœuf ou de volaille), dégraissé, mais pas trop. Porter à ébullition, puis couvrir et cuire 20 min dans le four préchauffé à 220 °C.

riz à l'indienne ou *à l'orientale*
Verser du riz à grains longs dans de l'eau bouillante salée (9 g de sel par litre) et le cuire 15 min, en remuant trois ou quatre fois. L'égoutter et le rincer abondamment à l'eau froide. Placer une serviette dans une passoire, y verser le riz, replier les bords de la serviette pour bien l'enfermer, puis le sécher 15 min dans le four préchauffé à 100 °C.

riz à l'iranienne
Rincer trois fois à l'eau tiède 400 g de riz basmati. Le faire tremper 12 heures dans de l'eau additionnée de 40 g de sel. Dans une marmite antiadhésive, porter à ébullition 1,5 litre d'eau avec 2 cuillerées à soupe de sel. Égoutter le riz et le mettre petit à petit dans la marmite. Cuire à gros bouillons 7 min, en remuant deux fois. Égoutter et rincer à l'eau tiède. Chauffer dans un récipient 50 g de beurre avec 2 cuillerées à soupe d'eau. Dresser dessus une pyramide de riz et y ouvrir 7 cheminées à l'aide du manche d'une cuillère de bois. Arroser de 2 cuillerées à soupe d'eau chaude et de 50 g de beurre fondu. Envelopper le couvercle dans un torchon et le poser sur le récipient. Mettre 7 min sur feu moyen, puis 45 min sur un diffuseur. Avant de servir, tremper 3 min le fond du récipient dans de l'eau glacée pour décoller le *tah digue*, la croûte dorée qui s'y est formée. Sortir délicatement le riz avec une écumoire. Soulever le *tah digue* avec une spatule de bois et le servir en accompagnement du riz, décoré de quelques grains colorés au safran.

riz pilaf
Faire suer au beurre des oignons très finement hachés, sans les laisser colorer. Ajouter du riz non lavé et le nacrer doucement en remuant. Le mouiller de une fois et demie son volume d'eau bouillante. Saler et ajouter 1 bouquet garni. Poser sur le riz du papier sulfurisé et couvrir. Cuire de 16 à 18 min dans le four préchauffé à 200 °C. Sortir le riz et le laisser gonfler 15 min. Le beurrer et l'égrener délicatement.

riz sauvage à l'indienne
Bien rincer 150 g de riz long et 150 g de riz sauvage. Faire fondre 100 g d'oignon et 100 g de céleri, hachés, dans 1/2 cuillerée à soupe de beurre et 1/2 cuillerée à soupe d'huile. Ajouter le riz et 40 g de raisins secs, et remuer. Verser 1 litre de bouillon de volaille ou de légumes, porter à ébullition, couvrir et cuire jusqu'à ce que le riz soit tendre. Incorporer 40 g de pignons ou de noix hachées, grillés, et laisser reposer 5 min.

RIZ SUCRÉS

bordure de riz à la créole, bordure de riz à la Montmorency → BORDURE
gâteau de riz au caramel → GÂTEAU DE RIZ
pavés de riz Pompadour → PAVÉ
puddings au riz → PUDDING

riz au lait
Laver 200 g de riz rond et le cuire 2 min à l'eau bouillante salée ; l'égoutter et le verser dans 9 dl de lait bouillant. Ajouter 70 g de sucre semoule, 1 pincée de sel et 1 gousse de vanille ; cuire de 30 à 40 min, à couvert, sur feu très doux. Ajouter 50 g de beurre et, éventuellement, 2 ou 3 jaunes d'œuf. Servir tiède ou froid.

RECETTE DU RESTAURANT
LE GRAND VÉFOUR, À PARIS

riz au lait d'amande et gelée d'agrumes
« Cuire 80 g de riz rond de Camargue avec 25 g de sucre et 250 g de lait, jusqu'à ce que celui-ci soit évaporé. Incorporer un mélange de 200 g de crème, 1 œuf entier, 1 jaune et 6 g de lait d'amande, puis mettre dans 4 assiettes et cuire 15 min au four préchauffé à 120 °C. Réserver au frais. Peler à vif les quartiers de 4 oranges et de 3 pamplemousses roses. Récupérer le jus des agrumes, le tiédir et lui ajouter 2 feuilles de gélatine. Mettre au frais. Présenter chaque assiette en intercalant les quartiers d'agrumes. Napper de la gelée encore sirupeuse. » (Voir photographie page 905.)

subrics d'entremets au riz → SUBRIC
tarte au riz → TARTE

ROBE DES CHAMPS (EN) Se dit des pommes de terre simplement lavées et cuites dans leur peau à l'eau salée (voir tableau des apprêts de pommes de terre page 833). Les pommes de terre en robe des champs se dégustent telles quelles, pelées, avec du poivre et, le cas échéant, avec de la crème et des fines herbes. Elles peuvent aussi se servir avec un cervelas lyonnais ou des filets de hareng ; en Alsace, elles accompagnent traditionnellement le munster.

ROBERT Nom d'une sauce à base de vin blanc, de vinaigre et de moutarde, qui accompagne classiquement les côtes de porc et d'autres viandes grillées.
▶ **Recette** : SAUCE.

ROBOT MÉNAGER Appareil électroménager à fonctions multiples, destiné à réaliser diverses préparations de cuisine. Le terme « robot » recouvre une grande variété d'appareils, différents par la puissance, la forme, le volume, le poids, le nombre d'accessoires et les fonctions qu'ils assurent.
• BATTEURS. On les utilise en les tenant à la main ; un moteur à faible consommation fait tourner des fouets, des crochets à pétrir, des accessoires divers.
• ROBOTS COMPACTS. Ils comportent un bloc-moteur et un bol dans lequel les accessoires opèrent sous la protection d'un capot. L'accessoire choisi (couteau hélicoïdal à deux lames pour hacher, battre et mélanger ; disque éminceur, disque-râpe, coupe-frites, fouets, etc.) tourne à la vitesse voulue. L'appareil est généralement assez puissant pour râper ou broyer des aliments ; parfois même, il concasse la glace. Enfin, certains modèles reçoivent un presse-agrumes ou une centrifugeuse.
• MULTIROBOTS. Ils comprennent un bloc-moteur assez puissant, sur lequel vient s'adapter un outil spécialisé : batteur-pétrisseur, hachoir, coupe-légumes, centrifugeuse, éplucheuse, ouvre-boîtes, etc. Il s'agit en réalité de plusieurs appareils, et non d'accessoires, mis en action par un moteur unique. On peut même souvent y adapter un moulin à café, un appareil à nouilles fraîches ou à saucisses.

Dans le domaine professionnel, on utilise surtout le « robot-coupe », faisant office de coupe-légumes (rondelles d'épaisseur différente, julienne, frites), de râpe (légumes ou fromage), de cutter (hachage et malaxage) et de presse-fruits.

ROBUCHON (JOËL) Cuisinier français (Poitiers 1945). Après des études au petit séminaire de Mauléon, il fait son apprentissage au *Relais de Poitiers*, à Poitiers. De 1960 à 1973, Joël Robuchon gravit tous les échelons d'une brigade classique, notamment au *Berkeley*, à Paris. Compagnon du tour de France (les Devoirs unis), puis meilleur ouvrier de France en 1976, il est chef à l'hôtel *Concorde Lafayette*, puis à l'hôtel *Nikko*, à Paris. En 1981, et jusqu'en décembre 1993, il est à la tête du restaurant *Jamin*, où il acquiert les trois étoiles Michelin. Celles-ci consacrent un sommet du classicisme rénové de la haute cuisine française. Aujourd'hui, au sommet de son art, Joël Robuchon a clos son activité de restaurateur dans un superbe hôtel particulier de l'avenue Raymond-Poincaré.

ROCAMADOUR Fromage quercinois AOC de lait de chèvre (45 % de matières grasses), à pâte molle et à croûte naturelle bleutée (voir tableau des fromages français page 497). Le rocamadour se présente sous la forme d'un petit palet de 5 à 6 cm de diamètre et de 1,5 cm d'épaisseur, pesant 30 g environ. Il a une saveur lactique, douce et noisetée. Macéré dans de l'huile d'olive ou de l'eau-de-vie de prune, il sert à la confection des picadous.

ROCAMBOLE Variété d'ail cultivée dans le Midi, appelée également « ail d'Espagne » ou « ail rouge des Provençaux ». Ses gros bulbes d'un rouge vineux sont plus doux que ceux de l'ail commun.

ROCHAMBEAU Nom d'une garniture pour grosses pièces de boucherie braisées ou rôties, composée de croustades en pomme duchesse emplies de carottes Vichy, alternées avec des laitues farcies, des bouquets de chou-fleur à la polonaise et des pommes Anna.

ROCHER Apprêt de pâtisserie ou de confiserie, dont l'aspect irrégulier et la texture souvent granuleuse évoquent un rocher. On prépare des rochers aux amandes, à la noix de coco (« congolais »), au chocolat, aux raisins secs, etc., gros comme des bouchées ou de la taille de gâteaux individuels, généralement à base de sucre et de blancs d'œuf en neige. Les « rochers » destinés aux imitations d'architecture sont des pièces montées soit en sucre soufflé, soit en pâte à biscuit.

ROCHER DE CANCALE (LE) Restaurant créé en 1795 rue Montorgueil, à Paris, repris en 1804 par Alexis Balaine. Celui-ci en fit le haut lieu, luxueux, de la dégustation des huîtres, que l'on pouvait manger chez lui « en toutes saisons » (les bancs d'huîtres de Cancale alimentaient alors un important commerce avec Rouen, Paris et même l'Angleterre). Mais le gibier, les poissons et la volaille y étaient aussi fastueusement cuisinés, et la carte était très fournie.

Les « Dîners du Vaudeville » y furent fondés en 1796, puis le « Caveau moderne » et les dîners du « jury dégustateur » de Grimod de La Reynière y tinrent régulièrement leurs assises au début du XIXe siècle. C'est au *Rocher* que le chef Langlais créa la sole normande en 1837. Borel succéda à Balaine, puis, en 1847, déménagea rue de Richelieu, dans l'ancien hôtel *Frascati*, tandis qu'un nommé Pécune ouvrait un second *Rocher*, dit *le Petit Rocher de Cancale*, toujours rue Montorgueil.

ROCOU Colorant alimentaire extrait de la cire rouge qui entoure la graine du rocouyer, arbuste d'Amérique centrale de la famille des bixacées. Le rocou intervient pour colorer en jaune, orange ou rouge certains fromages (édam, mimolette, red leicester) et des poissons fumés (haddock), ainsi que le beurre et des céréales. Son usage reste limité à des doses précises.

ROCROI Fromage ardennais de lait cru de vache, partiellement écrémé (20 à 30 % de matières grasses), à pâte molle et à croûte naturelle cendrée (voir tableau des fromages français page 494). Le rocroi se présente

sous la forme d'un carré ou d'un disque de 12 cm de diamètre et de 3 cm d'épaisseur, pesant de 350 à 400 g. Affiné de un à deux mois dans de la cendre de bois, il a une saveur relevée, un peu sapide.

ROEDGROED Entremets danois, fait de jus de fruits rouges mélangés (cassis, cerise, framboise, groseille), épaissi de fécule et délayé avec du vin blanc, servi très froid dans un compotier poudré de sucre et décoré d'amandes effilées, avec de la crème fraîche.

RŒSTI Apprêt suisse, fait de pommes de terre cuites en robe des champs, puis grossièrement râpées et dorées à la poêle pour former une grosse galette. Les véritables rœsti bernois sont additionnés de lardons et d'oignons hachés.

ROGNON Abat rouge, constitué par le rein d'un animal de boucherie (voir tableau des abats page 10). Les rognons du bœuf et du veau comportent plusieurs lobes, tandis que ceux du porc et du mouton n'en ont qu'un, en forme de haricot.

Les rognons d'animaux jeunes (agneau, génisse, veau) sont les plus délicats ; ceux du porc ont un goût plus fade ; enfin, ceux du bœuf, qui entrent dans la composition du steak and kidney pie (voir ce mot), et du mouton sont plus coriaces. Les rognons ont parfois une odeur d'urine ; il est conseillé de les ébouillanter rapidement et de les égoutter avant de les cuisiner.

Avant tout apprêt, on retire la membrane transparente qui les entoure (pour qu'ils ne se rétractent pas à la cuisson), les parties nerveuses et la graisse du centre. Grillés, sautés ou en brochettes, les rognons se servent rosés, pour rester tendres ; on les fait aussi braiser. Les rognons de veau sont particulièrement savoureux rissolés dans leur gangue de graisse, qui fond peu à peu ; on les sert juste dorés. Ils sont cuisinés entiers ou détaillés en lamelles. Les rognons de coq sont devenus très rares, mais figurent, comme les crêtes, dans des garnitures classiques.

brochettes de rognons → BROCHETTE

RECETTE DE L'HÔTEL *LE MÉRIDIEN*, À PARIS

rognon de veau en son jus d'eau de noix

« Cuire 500 g de cocos de Paimpol ou de tarbais avec 1 oignon, 1 carotte et 1 tranche de poitrine de porc demi-sel. Préparer un fond de braisage pour 1 pied de veau et le cuire avec 25 cl de vin blanc, 1 litre de fond brun et 50 cl de fond blanc. Le désosser, le hacher et réduire le fond de braisage. Effiler 250 g de cerneaux de noix fraîches et les blanchir. Les mélanger au hachis de pied et aux cocos avec 1 bouquet de persil haché. Dégraisser et dénerver 3 rognons de veau en les laissant entiers. En garnir le centre avec la farce et les rouler en ballotin dans du film alimentaire. Laisser prendre au froid. Couper 6 belles tranches dans chaque rognon ; les assaisonner de sel et de poivre. Hacher une partie des noix et leur incorporer 300 g de mie de pain tamisée. Paner à l'anglaise les tranches de rognon, puis les passer dans le mélange de mie de pain et de noix. Cuire vivement dans un sautoir. »

rognon de veau sauté à la bordelaise

Pocher dans de l'eau salée 2 cuillerées de dés de moelle de bœuf, égoutter, tenir au chaud. Détailler le rognon en petites escalopes, le saler, le poivrer et le dorer vivement dans du beurre très chaud en retournant les morceaux avec une écumoire. Égoutter et réserver au chaud. Déglacer le plat avec 1 dl de vin blanc ; ajouter 1 cuillerée à soupe rase d'échalote finement hachée et réduire à sec. Mouiller de 2,5 dl de jus de veau ou de bouillon. Ajouter le jus rendu par le rognon et réduire de moitié. Rectifier l'assaisonnement. Remettre le rognon dans la sauce, sans laisser bouillir, ajouter la moelle, mélanger. Dresser en timbale et parsemer de persil.

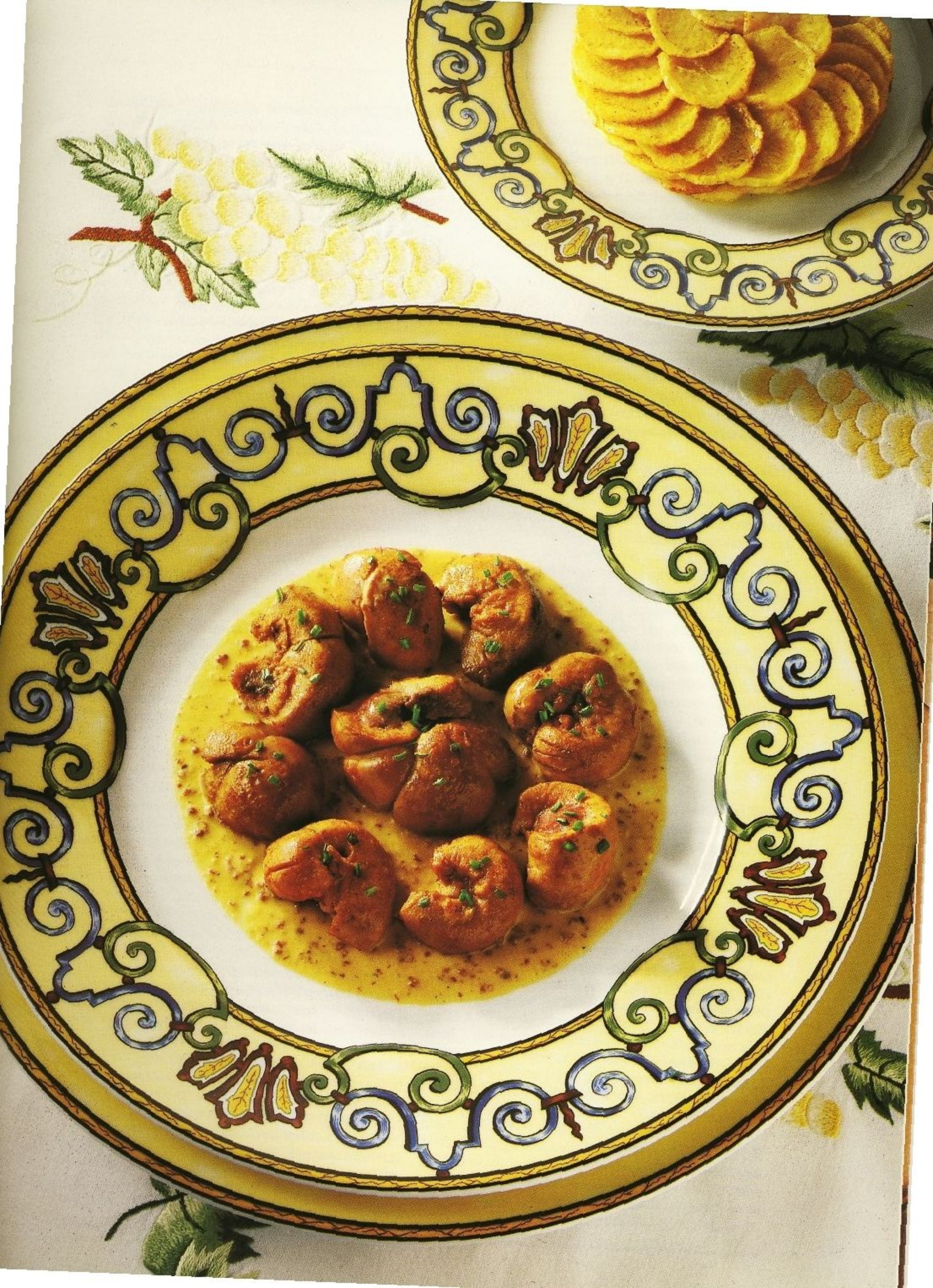
rognon de veau aux graines de moutarde

Choisir 1 beau rognon bien clair. Hacher finement 1 grosse échalote et la mettre dans une sauteuse avec 2 dl de vin blanc sec, 1 feuille de laurier et 1 branche de thym. Faire réduire doucement de moitié. Verser 5 cl de fond brun de veau et 2 cl de crème liquide. Réduire jusqu'à ce que le jus ait une consistance nappante. Hors du feu, incorporer 1 cuillerée à café de moutarde de Dijon. Passer la sauce au chinois dans un petit récipient et ajouter 1 cuillerée de moutarde de Meaux. Vérifier l'assaisonnement, beurrer en surface et réserver au bain-marie. Dégraisser complètement le rognon et l'ouvrir en deux dans le sens de la longueur pour éliminer les parties blanches. Le couper transversalement en lamelles épaisses. Saler, poivrer et dorer les tranches 2 min dans une poêle avec de l'huile très chaude, des 2 côtés. Les mettre dans une passoire et les laisser 10 min s'égoutter de leur sang. Les plonger dans la sauce chaude, sans faire bouillir. Dresser sur des assiettes et parsemer de ciboulette ciselée. Servir avec des tagliatelles fraîches, des épinards au beurre, un gratin dauphinois ou une galette de pommes de terre.

rognons d'agneau à l'anglaise

Débarrasser les rognons de leur membrane et les ouvrir sans séparer les moitiés ; retirer le gras et la partie blanchâtre du milieu. Enfiler successivement sur des brochettes chaque demi-rognon. Saler, poivrer, badigeonner de beurre fondu et rouler dans de la mie de pain fraîche finement émiettée. Griller à feu vif 3 min sur chaque face et dresser dans un plat long, avec des tranches de bacon également grillées, des petites pommes de terre nouvelles cuites à l'eau salée et du cresson frais. Poser sur chaque demi-rognon une noisette de beurre maître d'hôtel.

▶
Rognon de veau aux graines de moutarde



rognons de coq pour garnitures

Laver plusieurs fois 125 g de rognons de coq, blancs et fermes. Les mettre dans une petite casserole avec 1 dl d'eau, 1 pincée de sel, 25 g de beurre et quelques gouttes de jus de citron. Faire partir vivement la cuisson ; dès les premiers frémissements, réduire le feu et laisser pocher à couvert de 10 à 12 min, en évitant toute ébullition. Égoutter longuement et employer suivant la recette.

ROGNONNADE Morceau de longe ou de filet de veau (désossé ou non) comportant le rognon. Le rognon, légèrement dégraissé, est coupé en deux sur la longueur ; les moitiés sont posées bout à bout à l'intérieur de la longe ; celle-ci est alors roulée et ficelée, puis mise à rôtir, d'abord saisie à four chaud, puis cuite à four doux (trente minutes par livre).

ROHAN Nom d'une garniture pour volailles braisées ou sautées, composée de fonds d'artichaut surmontés d'escalopes de foie gras et de lamelles de truffe, alternés avec des tartelettes emplies de rognons de coq liés de sauce parisienne.

ROLLMOPS Filet de hareng débarrassé de ses arêtes, mariné au vinaigre avec des épices, enroulé sur un hachis d'oignon et un demi-cornichon à la russe, et maintenu par un bâtonnet en bois. La marinade, condimentée de baies de genièvre, de clous de girofle et de poivre noir, est versée froide sur les filets roulés. Les rollmops ainsi préparés doivent mariner cinq ou six jours au frais avant d'être servis en hors-d'œuvre froid, avec du persil et des rondelles d'oignon. Les rollmops français sont plus piquants que ceux préparés par les Scandinaves, qui les préfèrent à l'aigre-doux.

ROLLOT Fromage picard de lait cru de vache (45 à 50 % de matières grasses), à pâte molle et à croûte lavée, jaune-orangé ou rougeâtre. Le rollot se présente sous la forme d'un cœur ou d'un cylindre aplati de 8 à 11 cm de diamètre et de 4 cm d'épaisseur environ. Il a une saveur bien relevée.

ROMAINE (À LA) Se dit de divers apprêts français inspirés plus ou moins directement de la cuisine du Latium : œufs accommodés aux épinards, aux anchois et au parmesan ; petits oiseaux en casserole, aux petits pois et au jambon ; pains ou soufflés aux épinards, etc.

La sauce à la romaine est une sauce classique pour pièces de venaison rôties ; l'appellation s'applique également à une recette de gnocchis.

▶ **Recettes** : CAILLE, GNOCCHIS, ŒUF BROUILLÉ, PAIN DE CUISINE.

ROMANÉE-CONTI Grand cru AOC rouge de Vosne-Romanée, en Côte de Nuits. Les vignes qui le produisent ont dû être remplacées dans les années 1960 ; le romanée-conti demeure cependant un vin d'une classe exceptionnelle (voir BOURGOGNE).

ROMANOV Nom donné à divers apprêts de grande cuisine classique, dédiés, au début du XXe siècle, à la famille impériale de Russie. La garniture Romanov pour pièces de boucherie associe des tronçons de concombre, farcis de duxelles et gratinés, et des croustades en pomme duchesse, remplies d'un salpicon de champignon et de céleri-rave, lié de velouté réduit, condimenté au raifort. Les fraises Romanov sont macérées au curaçao et dressées en coupes, avec un décor de chantilly.

▶ **Recette** : PERDREAU ET PERDRIX.

ROMARIN Plante aromatique méditerranéenne, de la famille des labiacées, dont les feuilles persistantes, vert sombre dessus, blanchâtres dessous, sont utilisées comme condiment, fraîches ou séchées (voir planche des herbes aromatiques page 561).

Ces feuilles ont une saveur très piquante et une odeur fortement aromatique : il en faut très peu pour parfumer une marinade, un ragoût, un gibier ou une grillade. Le romarin se marie particulièrement bien avec le veau, certaines sauces à la tomate et des poissons apprêtés au four ; en Europe du Nord, il aromatise les hachis de chair à saucisse, le cochon de lait et l'agneau rôti. Quant aux fleurs, elles peuvent garnir des salades ; candies dans du sucre, comme les violettes, elles servent de décor. Enfin, le miel de romarin, spécialité de Narbonne, est l'un des plus réputés.

ROME ANTIQUE Les citoyens de la Rome antique furent des pionniers de la gastronomie, qui surent assimiler les coutumes alimentaires des Grecs et celles des peuples d'Asie Mineure, adopter des procédés nouveaux et des ingrédients étrangers. L'image traditionnelle des orgies romaines est trompeuse. Si, au Ier siècle de notre ère, Pétrone, Juvénal et Martial abondent en détails sur certains banquets somptueux, c'est parce que ceux-ci étaient exceptionnels, et les langues de flamant, les talons de chameau, les loirs engraissés de châtaignes, les sangliers farcis de grives et autres extravagances n'étaient pas, et de loin, l'ordinaire.

■ **Des origines humbles.** La gastronomie latine n'évolua que très progressivement. L'élevage et l'agriculture étaient pratiqués depuis longtemps dans la vallée du Tibre, mais ce fut grâce au commerce du sel, que l'on faisait évaporer à l'embouchure du fleuve, que des relations commerciales s'établirent avec les colonies grecques et l'Étrurie.

Le principal aliment des Romains, au début de leur histoire, était le *pulmentum*, une bouillie de millet, d'orge ou de farine de pois chiches, parfois délayée de lait. Avec les progrès de la panification, les premiers boulangers firent leur apparition à Rome, au Ier siècle av. J.-C. Les autres aliments de base étaient le fromage de brebis, la viande de mouton bouillie, le chou, les cardons et les fèves.

Les fruits tenaient également une place importante : les pommes étaient beaucoup plus courantes que dans la Grèce antique ; les abricots, importés d'Arménie, et les pêches, venues de Perse, se vendaient, en revanche, très cher. On attribue à Lucullus (v. 117 - v. 57 av. J.-C.) l'introduction des cerisiers ; les figues

poussaient à profusion, et l'on importait des dattes d'Afrique. Quant au melon, il commença d'être cultivé près de Cantalupo (d'où le cantaloup).

C'est à partir de la défaite d'Antiochos III Mégas (189 av. J.-C.) que les Romains, pénétrant en Asie Mineure, découvrirent peu à peu l'extrême raffinement des cours grecques de l'Orient hellénisé.

■ **L'ère de l'abondance.** Pour satisfaire les goûts et les besoins des citoyens, Rome mit alors sur pied un système plus complexe de production et de distribution des denrées, grâce, notamment, aux grands entrepôts et marchés, dont le plus célèbre est celui de Trajan (53-117) : on y trouvait le blé d'Égypte, l'huile d'olive d'Espagne, les épices d'Asie, les jambons des Gaules, nombre de poissons de mer et d'eau douce, souvent élevés en vivier, ainsi qu'une grande variété de coquillages, surtout les huîtres (Sergius Orata fut le premier à imaginer leur élevage dans des parcs). Les Romains inventèrent alors aussi le gavage des oies avec des figues, pour hypertrophier leur foie.

Les citoyens les plus aisés étaient de gros mangeurs de viande. Ils préféraient le porc au mouton et appréciaient notamment le porc « à la troyenne », farci d'huîtres et de petits oiseaux, rôti d'un côté, badigeonné d'une pâte d'avoine, de vin et d'huile, et poché à l'eau bouillante sur l'autre face. Apicius (v. 25 av. J.-C.), auteur de nombre de recettes, proposait, entre autres, le jambon frais enduit de miel, cuit en croûte avec des figues et du laurier. Les volailles étaient également très prisées : chapons, poules de Numidie (pintades), pigeons domestiques, canards sauvages, oies rôties, etc.

Les sauces, assez fortes en goût, comptaient le garum, un condiment à base de poisson fermenté, qui servait souvent de fond. Ne connaissant pas le sucre, les Romains édulcoraient leurs apprêts avec du miel, ou du sirop de raisin. Enfin, ils fabriquaient une douzaine de fromages, notamment avec du lait de brebis.

■ **De grands crus.** Grands amateurs de vin, les Romains le buvaient de préférence frais et coupé d'eau. Ils en produisaient plusieurs sortes, d'un prix d'ailleurs modique : le vin de paille *(passum)* ; le vin miellé *(mulsum)* ; le vinaigre étendu d'eau *(posca)*, boisson rafraîchissante utilisée par les soldats en campagne ; des vins artificiels (à l'absinthe, à la rose, à la violette) ; des vins de fruits. Mais ils prisaient surtout les grands crus récoltés en Campanie. Le falerne blanc ou rouge, qu'on faisait longtemps vieillir, était le plus renommé. Ces vins de qualité étaient conservés dans des amphores et, à table, le plus souvent passés dans des filtres pour les rendre plus limpides. Servant ordinairement aux libations, le vin avait de nombreux usages religieux et donnait lieu à de véritables fêtes du vin.

ROMEYER (PIERRE) Cuisinier belge. Après un apprentissage dans les restaurants de Bruxelles, il s'établit à Hoeilaart, en forêt de Soignes, dans le Brabant flamand. Il y occupe, de 1965 à 1992, la *Villa Schimm*, nommée « maison de bouche ». Sa cuisine s'inspire de la haute gastronomie française, comme celle de tous les étoilés Michelin hors Hexagone, mais sait exploiter les produits du terroir et toutes les saveurs locales, sans être cependant régionale.

ROMPRE Arrêter momentanément la fermentation (ou « pousse ») d'une pâte levée en la repliant plusieurs fois sur elle-même. Cette opération se réalise deux fois pendant la préparation de la pâte et favorise son bon développement ultérieur.

ROMSTECK Morceau de l'aloyau de bœuf situé en arrière du faux-filet et constitué essentiellement des muscles fessiers ; le mot s'écrit aussi « rumsteck » (**voir** planche de la découpe du bœuf pages 128 et 129). Moins tendre que le filet, mais plus savoureux, le romsteck donne des biftecks, des tranches à griller à feu vif ou à poêler, ainsi que des morceaux à brochettes ou à fondue bourguignonne. On peut aussi le détailler en rôti et le traiter en cuisine comme du faux-filet ou du filet ; sa chair, serrée et maigre, est alors légèrement bardée.

L'« aiguillette de romsteck » peut être détachée du morceau et détaillée à part.

RONCE Arbuste épineux de la famille des rosacées, dont les fruits, appelés « mûres sauvages », ou « mûrons », servent à préparer des confitures, des compotes et des sirops. Au Canada poussent plusieurs espèces de ronces très appréciées : on utilise leurs fruits pour des tartes, des puddings, des sauces pour les rôtis, l'oie et la dinde ; ils entrent aussi dans la composition de farces de volaille.

ROND Nom donné en boucherie à deux muscles entiers et différents de la cuisse du bœuf (**voir** planche de la découpe du bœuf pages 128 et 129) : le rond de tranche (anciennement « tranche grasse ») est détaillé en biftecks ou en rôti ; le rond de gîte (anciennement « gîte à la noix ») a les mêmes utilisations. On peut les préparer aussi tous les deux en carpaccio.

RONDEAU Récipient de cuisson rond, à parois verticales peu hautes, muni d'un couvercle et de deux poignées – et non d'une queue comme le plat à sauter, dont il a les emplois. En confiserie, il est surtout utilisé pour la préparation des marrons glacés. Le rondeau est en aluminium, en acier inoxydable, en fer étamé ou en cuivre étamé intérieurement.

ROQUEFORT Fromage AOC de lait de brebis (52 % de matières grasses au minimum), à pâte persillée et à croûte naturelle, fabriqué dans le Rouergue (**voir** tableau des fromages français page 495).

Le roquefort se présente sous la forme d'un cylindre de 19 à 20 cm de diamètre et de 8,5 à 10,5 cm d'épaisseur, sous papier métallisé. Il a un bouquet et une saveur prononcés. Le roquefort est l'un des fromages les plus anciens que l'on connaisse. Pline l'Ancien, au Ier siècle, le citait déjà ; au IXe siècle, Charlemagne en fit son fromage favori, et, en 1411, Charles VI signa une charte accordant aux habitants de Roquefort-sur-Soulzon, village de l'Aveyron, le monopole de l'affinage de ce fromage à pâte molle. La loi du 26 juillet 1926, qui accorda pour la première fois le bénéfice d'une appellation d'origine contrôlée (AOC) à un fromage, consacra (après les chartes de Louis XI, de François Ier,

d'Henri IV et de Louis XIV) ce produit de pur lait de brebis entier, fabriqué et affiné exclusivement dans les caves naturelles de la montagne du Cambalou.

Ensemencé de spores de *Penicillium roqueforti*, le roquefort mûrit trois mois au moins en cave humide, où les « fleurines » (courants d'air chargés d'humidité et de la flore spécifique) favorisent l'apparition des veinures bleues. Il se déguste en fin de repas, mais intervient également dans un certain nombre de recettes : amuse-gueule, beurres composés, crêpes et feuilletés, salades composées, sauces et soufflés, soupes, etc.

▶ Recettes : BEURRE COMPOSÉ, CRÊPE, CRUMPET, DIABLOTIN, FEUILLETÉ, PRUNEAU, SALADE, SAUCE.

ROQUEPLAN (LOUIS VICTOR NESTOR ROCOPLAN, DIT) Journaliste et administrateur de théâtres (Montréal, Aude, 1804 - Paris 1870). Rédacteur en chef du *Figaro,* il fut surtout l'une des grandes figures du Boulevard, habitué du *Café Riche* et de la *Maison Dorée.* Sous le titre *la Vie parisienne* (1853), il évoqua les salons, les restaurants et les cafés de l'époque.

ROQUES (JOSEPH) Médecin français (Valence [auj. Valence-d'Albigeois] 1771 - Montpellier 1850). Ami de Grimod de La Reynière, membre du « jury dégustateur » institué par ce dernier, il a laissé plusieurs ouvrages, dont le plus important est une *Histoire des champignons comestibles et vénéneux* (1832), où il se révèle à la fois botaniste, médecin et gastronome. Dans son *Nouveau Traité des plantes usuelles* (1837-1838) en quatre volumes, il souligne les bienfaits des cures de certains fruits et légumes.

ROQUETTE Plante méditerranéenne de la famille des crucifères, très odorante et à saveur assez forte, courante dans le Midi. Ses jeunes feuilles lisses et glabres, qui, mélangées à d'autres ingrédients, se mangent en salade, doivent être cueillies avant la floraison, car leur goût devient ensuite trop moutardé. La roquette est une des composantes traditionnelles du mesclun.

ROSBIF Rôti de bœuf cuit au four ou à la broche. Les rôtis vendus sous l'appellation « rosbif » proviennent de l'aloyau, de certains morceaux de la cuisse ou même de l'épaule (macreuse à rôtir).

Le rosbif est généralement bardé et ficelé – pour éviter la formation d'un croûtage superficiel durant la cuisson –, mais la viande est alors moins « saisie ». En Angleterre, on le sert cuit à point, avec son jus, une sauce au raifort et le classique Yorkshire pudding. En France, on le préfère un peu saignant.

rosbif : cuisson

Sortir le rosbif du réfrigérateur au moins une heure avant la cuisson. Le mettre au four préchauffé à 220-240 °C, pour saisir l'extérieur, puis abaisser la température vers 200 °C et cuire de 10 à 15 min par livre selon l'épaisseur de la pièce. Le laisser reposer 5 min dans le four éteint, porte ouverte, puis le sortir et attendre encore quelques minutes : les sucs se répartiront mieux dans la chair uniformément rose et chaude à cœur, qui sera plus facile à découper. Mettre sur le feu la lèchefrite. Colorer légèrement les sucs, dégraisser en partie, puis déglacer avec un peu de fond de veau brun clair ou d'eau. Mouiller avec le double du volume de jus à obtenir ; faire réduire de moitié. Vérifier l'assaisonnement ; ajouter éventuellement un peu de caramel à sauce pour rectifier la couleur. Passer au chinois et servir en saucière, à part.

ROSE Fleur du rosier, arbuste de la famille des rosacées, dont les pétales colorés et parfumés ont toujours joué un rôle en cuisine, en pâtisserie et en confiserie. La confiture de rose, très prisée au Moyen-Orient et dans les Balkans, se fait avec des pétales de roses de Damas, macérés dans du sucre. En France, Provins est la capitale des friandises à base de rose : bonbons feuilletés à la rose, confits de pétales, pâte de rose, pétales de rose cristallisés.

L'eau de rose et l'essence de rose servent à aromatiser crèmes, glaces et pâtes, ainsi que liqueurs et vins de fleurs. Le miel rosat est fait de boutons de rose bouillis avec du miel, le vinaigre rosat, de pétales macérés au soleil dans du vinaigre de vin.

On retrouve l'essence de rose dans les pâtisseries orientales comme le loukoum. Les boutons, séchés et pulvérisés, sont également utilisés comme épice, soit seuls, soit avec d'autres ingrédients (ras al-hanout). En Afrique du Nord, diverses recettes de volailles sont parfumées à la rose, associée au jasmin.

ROSÉ (VIN) Vin de couleur rose, qui se boit jeune et frais. Ce n'est jamais un mélange de vins rouges et blancs – la loi l'interdit –, mais parfois le produit de raisins noirs auxquels on a ajouté une certaine proportion de raisins blancs. Cependant, la plupart des rosés sont faits avec des raisins noirs (cabernet franc, gamay, grenache, pinot noir), qu'on laisse fermenter quelques heures avec leur peau et leurs pépins. Le jus est soutiré lorsqu'il a atteint une couleur satisfaisante : c'est le rosé de saigné. Une seconde méthode consiste à presser directement des raisins noirs bien mûrs.

La plupart des régions vinicoles produisent des rosés ; les plus réputés sont le tavel (Provence), le marsannay (Bourgogne), le cabernet d'Anjou, les rosés d'Alsace, du Béarn et de Provence. Aux États-Unis, le rosé de Californie est très populaire.

ROSÉ DES RICEYS Vin AOC rosé tranquille, produit dans le sud de l'Aube, qui présente un bouquet de noisette caractéristique (voir CHAMPAGNE).

ROSETTE Saucisson sec pur porc, originaire du Beaujolais et du Lyonnais (voir tableau des saucissons page 957). La rosette se présente sous la forme d'un fuseau ficelé de 30 cm de long environ, dont le hachage de la chair est moyen. Elle se sert en hors-d'œuvre, finement tranchée, ou garnit les casse-croûte.

ROSSINI (GIOACCHINO) Compositeur italien (Pesaro 1792 - Paris 1868). S'il a marqué l'histoire de l'opéra, sa gourmandise a laissé une empreinte dans celle de la gastronomie.

« Manger et aimer, chanter et digérer : tels sont à vrai dire les quatre actes de cet opéra bouffe qu'on appelle la vie, et qui s'évanouit comme la mousse d'une bouteille de champagne », écrivit-il.

Le nom de Rossini est donné aux apprêts où sont associés foie gras et truffe, généralement saucés de demi-glace. L'appellation concerne surtout le tournedos sauté (dont le compositeur aurait indiqué la recette au chef du *Café Anglais*), mais aussi des œufs brouillés, mollets ou pochés, une omelette, une poularde, des suprêmes de volaille, des filets de sole et un poulet sauté. La truffe se retrouve également dans une sauce pour la salade, dont Rossini donna lui-même la composition.

▶ **Recettes** : BŒUF, POULARDE.

RÔT Pièce de viande ou de poisson, cuite devant un feu direct, qui constituait, avec le pot-au-feu, l'essentiel des repas de jadis ; dans ce sens, on dit aujourd'hui « rôti ». Le mot désignait aussi le repas entier.

ROTENGLE Poisson d'eau douce, de la famille des cyprinidés, appelé aussi « gardon rouge », car il a le même habitat et presque la même forme que le gardon, bien qu'il soit moins brillant et plus coloré. Comme celui-ci, il se prépare frit, grillé ou meunière.

ROTHOMAGO Nom d'un apprêt des œufs sur le plat, cuits sur de petites tranches de jambon et accompagnés de chipolatas et de sauce tomate très réduite.

ROTHSCHILD Nom donné à un soufflé à base de crème pâtissière et de fruits confits, macérés dans de l'eau de Dantzig ou du Grand-Marnier, d'après le patronyme de la célèbre dynastie de banquiers.

▶ **Recette** : SOUFFLÉ.

RÔTI Pièce de viande cuite à feu vif à la broche ou au four et servie chaude ou froide. Pour le bœuf, le terme « rôti », sans autre qualificatif, désigne généralement le rosbif. Pour les autres viandes, on accompagne le mot « rôti » du nom de l'animal : rôti de veau (dans la noix, le quasi, l'épaule désossée, la longe ou le carré de côtes désossé), rôti de porc (dans le carré de côtes, le milieu ou la pointe désossés, l'épaule, l'échine ou la palette), rôti de dindonneau (viande désossée et roulée). Le terme rôti désigne ainsi une pièce parée, généralement ficelée et bardée. Par analogie, on parle aussi de « rôti » de lotte pour désigner un gros tronçon de ce poisson, ficelé et traité comme une viande à rôtir.

En principe, le rôti doit être servi déficelé et débardé. Il est préférable de retirer la pièce du four ou de la broche quelques instants avant de la servir. Les sucs se répartiront mieux dans la chair, qui sera alors plus facile à découper. Le jus d'accompagnement est servi à part, dans une saucière dont le dispositif verseur permet de séparer le gras du maigre.

RÔTI-COCHON Titre d'un livre de lecture destiné aux enfants, paru chez Claude Michard, à Dijon, vers 1680. Cette « méthode très facile pour bien apprendre aux enfants à lire en latin et en français » est très intéressante pour l'histoire de la gastronomie, car de nombreux exemples sont inspirés de la cuisine, de la gourmandise et du savoir-vivre de l'époque, tels : « Après la poire, faut boire… Du cochon rôti, vive la peau, étant chaud… De la tête de veau, l'œil et les oreilles en sont les plus friands morceaux… Bouilli pour abattre la grosse faim, avec le rôti pour les festins. »

RÔTIE Tranche de pain rôtie ou grillée, utilisée nature ou garnie d'un œuf poêlé ou d'un appareil tel que crème au fromage, purée à l'ail, salpicon gratiné, etc. C'est également un canapé rôti ou grillé, masqué de farce à gratin, servi avec un petit gibier à plume, généralement rôti. Enfin, les rôties grillées, beurrées, se servent avec de la confiture ou du miel, au petit déjeuner ou avec le thé (**voir** TOAST).

Autrefois, la rôtie simple accompagnait soupes et ragoûts, mais surtout les coupes de vin épicé, servies au début du repas.

RÔTIR Cuire une viande de boucherie, une volaille, un gibier, voire un poisson, avec une certaine quantité de corps gras, en l'exposant directement à la chaleur d'un feu nu, dans une cheminée et à la broche, ou à la chaleur rayonnante d'un four ou d'une rôtissoire (**voir** tableau des modes de cuisson page 375).

La pièce est saisie au début de la cuisson, ce qui provoque une croûte autour et une caramélisation. Les sucs intérieurs ainsi retenus sont concentrés, et l'aliment conserve toute sa saveur. Il ne faut pas saler la pièce au départ ni pendant la cuisson, ce qui aurait pour effet de faire s'écouler le jus.

La cuisson à la broche est considérée comme la meilleure. Certains estiment que les rôtis cuits dans un four fermé sont dénaturés par l'humidité qui s'y développe. Pendant la cuisson, il faut éviter de rajouter de l'eau car, en s'évaporant, celle-ci communique au rôti un goût de bouilli. On peut piquer la pièce, la larder ou la farcir avant de la rôtir.

■ **À la broche.** L'intensité du chauffage doit toujours être proportionnée à la nature de la pièce. Les viandes rouges, très chargées en sucs, seront d'abord saisies, puis soumises à une chaleur soutenue. Les viandes blanches et les volailles cuiront uniformément à l'extérieur et à l'intérieur. Pour dorer, les pièces rôties à la broche doivent être souvent arrosées avec la graisse qui surnage au-dessus du liquide de la lèchefrite, et non avec le jus proprement dit.

■ **Au four.** Les pièces que l'on souhaite garder saignantes seront saisies à four très chaud. Elles doivent toujours reposer sur une grille, qui les empêche de baigner dans le fond de cuisson et la graisse. Leur arrosage se fait comme celui des rôtis à la broche. Le bœuf, le mouton et le gibier (à plume et à poil) sont saignants lorsqu'une légère piqûre laisse échapper quelques gouttes de sang d'un rose soutenu, à point lorsque ce sang est rose pâle. Pour le veau, l'agneau de lait et le porc, le jus sortant de la piqûre doit être incolore. Enfin, pour savoir si une volaille est cuite, on la soulève et on l'incline au-dessus d'une assiette : le jus qui s'écoule ne doit plus avoir de traces rougeâtres.

RÔTISSERIE Magasin où sont apprêtées et vendues des viandes (volailles surtout) cuites à la broche ; par extension, ce terme s'applique à un restaurant spécialisé dans les viandes rôties.

Jusqu'au XVe siècle, les « poulaillers » de Paris vendaient le gibier et la volaille crus, alors que ceux qui les faisaient rôtir formaient une corporation distincte, installée rue des Oues (de « oie », qui donna aussi « oyer » ou « ouyer » pour rôtisseur), l'actuelle rue aux Ours, dans le quartier des Halles. Progressivement, ils devinrent traiteurs, préparant aussi tourtes et pâtés.

Dans les brigades de cuisine actuelles, le rôtisseur a la charge de tous les aliments rôtis au four ou à la broche, mais aussi grillés et frits ; selon la coutume, il tient aussi à la disposition des autres membres de la brigade le persil haché et la mie de pain fraîche. Il taille également les pommes de terre à frire.

RÔTISSOIRE Appareil électrique servant à rôtir une viande ou une volaille, formé d'une caisse métallique avec une porte frontale vitrée. Une résistance électrique de voûte – et parfois de sole –, à infrarouges, dore la pièce de viande, qui tourne automatiquement sur une broche. Le tournebroche est parfois remplacé par un système comportant quatre ou six brochettes autotournantes ou un panier porte-gigot.

ROUELLE Épaisse tranche de forme ronde (comme une roue), que l'on coupait dans le cuisseau du veau, non désossé ; on la faisait rôtir ou braiser (**voir** planche de la découpe du porc page 839). Aujourd'hui, le cuisseau de veau est généralement désossé pour être débité en plus petites parties. Seul le jarret se détaille encore en rouelles, pour l'osso-buco.

Par extension, le mot s'applique également à des tranches rondes de légumes (carotte, navet, pomme de terre) et, parfois, à des darnes de maquereau ou d'autres petits poissons ronds.

ROUENNAISE (À LA) Se dit essentiellement d'apprêts du canard ou du caneton, qui ont fait la gloire de la cuisine de Rouen ; les plus typiques sont le canard à la presse et le canard farci, rôti et servi avec une sauce rouennaise. Cette sauce accompagne aussi les œufs pochés. Divers apprêts comportant des foies de canard ou de caneton sont également dits « à la rouennaise », ainsi que des spécialités de la ville de Rouen (pâté de canard, pieds de mouton farcis, poisson au vin rouge ou au cidre, poulet à la crème).

▶ **Recettes** : CANARD, MIRLITON, ŒUF EN COCOTTE, SAUCE, SOUFFLÉ.

ROUFF (MARCEL) Journaliste et écrivain français (Genève 1887 - Paris 1936). Collaborateur et ami de Curnonsky, il découvrit avec lui, en « gastronomade », les ressources culinaires du terroir, publiées dans vingt-huit petits guides pleins d'humour, *la France gastronomique*. Néanmoins, Marcel Rouff est surtout connu pour *la Vie et la Passion de Dodin-Bouffant, gourmet* (1924), roman de la table et de la gourmandise, où il créa le type du parfait gastronome, sacrifiant tout aux plaisirs épicuriens de la bonne chère.

ROUGAIL Condiment de la cuisine antillaise et réunionnaise, fortement épicé, à base de légumes, de crustacé ou de poisson, toujours pimenté, mijoté à l'huile, qui se sert froid ou chaud, en accompagnement des mets créoles avec du riz.

rougail d'aubergine

Retirer le pédoncule de 2 ou 3 aubergines et les cuire de 20 à 25 min dans le four préchauffé à 220 °C. Réduire en purée au mixeur 1 oignon nouveau, 1 petit morceau de racine de gingembre et 1/2 piment oiseau, avec 1/2 cuillerée à café de sel fin, le jus de 1/2 citron et 3 ou 4 cuillerées à soupe d'huile d'olive. Égoutter les aubergines, les ouvrir en deux, les épépiner et retirer la pulpe avec une cuillère. Incorporer cette pulpe aux autres éléments et bien mélanger pour obtenir une pâte fine. Réserver au frais.

ROUGE (VIN) Vin obtenu en laissant du moût de raisin noir, obtenu par foulage, fermenter en cuve avec les peaux et les pépins avant le pressurage. La matière colorante contenue dans la peau des raisins, formée de pigments insolubles dans l'eau, se dissout peu à peu dans l'alcool produit par la fermentation et donne au jus de raisin une teinte de plus en plus foncée.

ROUGET-BARBET Appellation générique de deux poissons de mer très voisins, de la famille des mullidés, appréciés depuis l'Antiquité mais très fragiles (**voir** planche des poissons de mer pages 820 et 821). Leur chair est maigre (80 Kcal pour 100 g), mais riche en protides, en iode, en fer et en phosphore. De taille moyenne (40 cm au maximum), avec une tête au museau écrasé, un peu busqué pour le rouget de vase, portant de petits yeux sur le sommet du crâne et de longs barbillons à la lèvre inférieure, les rougets-barbets se distinguent surtout par la couleur.

– Le rouget de roche, ou surmulet (pêché surtout en Vendée et dans la région de Cherbourg), le plus fin, est rose vif rayé d'or, avec la première nageoire dorsale tachée de noir et deux écailles sous les yeux.

– Le rouget de vase (pêché près d'Arcachon, en Provence, en Corse et en Tunisie) est brun-rouge à reflets vert olive, avec trois écailles sous les yeux.

■ **Emplois.** Les très petits rougets de première fraîcheur, colorés et fermes, n'ont pas besoin d'être vidés, d'où leur surnom de « bécasse de mer » ; s'ils le sont, on leur laisse toujours leur foie. Ils se font griller, une fois essuyés et légèrement salés. Les rougets à chair plus sèche peuvent être frits ou poêlés. Ceux de taille moyenne sont grillés ou cuits en papillote (toujours avec leur foie, qui peut aussi servir à préparer une sauce). Les gros rougets sont cuits au four, en papillote ou sur un lit d'aromates, au beurre ou à l'huile d'olive.

▶

Rouget-barbet en mille-feuille de chou à la moelle

Recette d'Alain Dutournier

Voir page 916.



charlotte aux rougets → CHARLOTTE

RECETTE DE FREDY GIRARDET

filets de rouget Girardet

« Lever les filets de 4 rougets de 200 g. Réserver les foies. Faire revenir 2 min les arêtes et les têtes avec 2 échalotes hachées et du romarin dans 30 g de beurre. Mouiller de 1 verre de vin blanc et de 1 verre d'eau ; faire cuire 5 min. Passer ce fumet et le faire réduire de moitié. Y incorporer 2,5 dl de crème et laisser réduire. Incorporer les foies hachés, 20 g de beurre, du sel, du poivre et le jus de 1/2 citron. Faire chauffer une poêle sans matière grasse. Poser les filets, côté peau, dans la poêle, les retourner au bout de 45 secondes et les laisser 30 secondes du côté blanc. Verser la sauce dans un plat chaud et disposer les filets de rouget dessus. »

RECETTE D'ALAIN DUTOURNIER

rouget-barbet en mille-feuille de chou à la moelle

« Écailler et vider 12 rougets de 120 à 150 g, en réservant les foies ; lever les filets. Ôter les arêtes à la pince à épiler et enlever les ouïes. Préparer un fumet avec les têtes et les arêtes. Peler 1 tête d'ail et la détailler en brunoise. L'ébouillanter, la rafraîchir, l'égoutter et la dessécher légèrement au four, puis la caraméliser avec une noix de beurre, un peu de sucre et de sel. Blanchir et rafraîchir les feuilles de 2 choux verts. Les égoutter et les découper de façon à obtenir 30 cercles de 8 cm de diamètre, en évitant les côtes. Escaloper les filets de rouget en 2 ou 3 morceaux. Émincer finement 150 g de moelle de bœuf blanchie. Disposer sur chaque cercle de chou la valeur d'un filet de poisson et d'une tranche de moelle. Assaisonner. Prévoir 4 couches et 5 cercles de chou par mille-feuille. Cuire les 6 portions de 8 à 10 min à la vapeur. Faire suer les foies de rouget avec 5 cl d'huile d'olive et un peu de moelle. Mouiller avec le fumet, rectifier l'assaisonnement, ajouter 50 g de beurre et mixer au dernier moment. Agrémenter de persil ciselé. Disposer le mille-feuille au milieu de l'assiette, le jus autour avec 1 pincée de gros sel de mer, de poivre mignonnette et d'ail craquant sur le dessus. » (Voir photographie page 915.)

rouget au four au fenouil

Faire fondre à l'huile 25 g d'oignon haché, puis ajouter 1 cuillerée à soupe de fenouil frais finement haché. Nettoyer 1 rouget, le ciseler sur le dos, le saler, le poivrer. Beurrer un plat à rôtir moyen, le garnir avec le hachis et y déposer le rouget. Poudrer de chapelure, arroser d'un peu d'huile d'olive, et cuire 15 à 20 min au four préchauffé à 210 °C. Parsemer de persil ciselé et arroser d'un filet de citron au moment de servir.

RECETTE DE PAUL BOCUSE

rougets en écailles de pomme de terre

« Vider et parer 4 rougets de 300 g ; lever les filets, en enlevant les arêtes du milieu, et les enduire de jaune d'œuf. Tailler 400 g de pommes de terre en fines tranches rondes, de la taille d'une pièce de 50 centimes, et les tremper dans du beurre clarifié. Les disposer en remontant de la queue vers la tête. Laisser prendre 1 heure au réfrigérateur. Faire réduire 24 cl de vin blanc, 24 cl de Noilly et 80 g d'échalote ; ajouter 4 dl de crème fraîche ; faire réduire, saler, poivrer et agrémenter de basilic finement haché. Passer au mixeur et incorporer une petite brunoise faite avec 4 carottes et 4 courgettes. Dans une poêle anti-adhésive, chauffer 12 cl d'huile d'olive et y cuire les filets de 6 à 8 min, côté pommes de terre. Napper 4 assiettes de sauce et y disposer les rougets en écailles. »

rougets en papillote

Nettoyer 8 petits rougets non vidés. Préparer une farce avec 5 ou 6 tranches de pain de mie trempées dans du lait, du persil et 4 cuillerées de beurre d'anchois. Saler et poivrer les poissons, les farcir de ce mélange, les badigeonner d'huile d'olive et les laisser macérer 1 heure au frais. Huiler des rectangles de papier sulfurisé, y placer les rougets et fermer les papillotes. Les cuire de 15 à 20 min dans le four préchauffé à 240 °C.

RECETTE DE RAYMOND THUILLIER

rougets pochés à la nage au basilic

« La veille du repas, ou deux jours avant, préparer la sauce : hacher finement 20 feuilles de basilic frais, 5 feuilles d'estragon et 5 branches de persil ; peler 1 tomate et la hacher ; faire macérer le tout avec un peu d'ail dans 1/4 de litre d'huile d'olive vierge de première pression. Ajouter quelques gouttes de vinaigre de xérès, du sel et du poivre. Le jour du repas, préparer une nage pour pocher les rougets et la laisser cuire 30 min. Écailler 4 rougets de 180 à 200 g chacun, mais ne pas les vider. Poser sur chaque poisson 1 tranche d'orange et 1 tranche de citron, ainsi qu'une feuille de laurier. Envelopper le tout dans une feuille de papier d'aluminium. Tremper les rougets ainsi préparés dans la nage et les laisser cuire 10 minutes ; le poisson doit rester ferme et d'une bonne tenue. Servir avec la sauce . »

ROUGET DU SÉNÉGAL Poisson de mer de la famille des mullidés, qui se reconnaît à son corps, long de 30 cm environ, rose-rouge rayé de fines bandes à points jaunes sur les flancs et bleus sur les joues (voir planche des poissons de mer pages 820 et 821). Le rouget du Sénégal se pêche sur les côtes occidentales de l'Afrique tropicale. Moins fin et moins iodé que le rouget-barbet, il s'apprête très bien en friture ou grillé.

ROUILLE Sauce de la cuisine provençale, dont la couleur – rouille – est due à la présence de piment rouge, parfois de safran. Le piment est pilé avec de l'ail et de la mie de pain, ou de la pulpe de pomme de terre, puis délayé avec de l'huile d'olive et du bouillon. La rouille accompagne la bouillabaisse, les poissons bouillis ou le poulpe. On peut lui ajouter du jus de citron et le foie d'un poisson.

▶ **Recette** : SAUCE.

ROULADE Appellation de divers apprêts farcis ou fourrés, puis roulés.

– La roulade de porc ou de veau est une tranche de viande relativement peu épaisse, masquée d'une farce et roulée sur elle-même, puis souvent braisée.

– La roulade de veau se fait avec une tranche de noix ou de poitrine fendue en poche, garnie d'une farce mélangée à un salpicon, roulée en galantine, enveloppée d'un linge, ficelée et pochée dans un fond blanc.

– La roulade de tête de porc se prépare avec de la tête désossée non découennée et salée, puis lavée, farcie (avec les oreilles, la langue et des filets mignons) et cuite au torchon ; elle est servie en hors-d'œuvre froid.

ROULEAU À PÂTISSERIE Cylindre généralement plein et lisse, de 20 à 50 cm de long et de 5 à 6 cm de diamètre, souvent muni de poignées. Il sert à abaisser les pâtes par un mouvement de va-et-vient régulier sur le plan de travail fariné où l'on a posé le pâton.

Les pâtissiers professionnels utilisent divers rouleaux spécialisés : rouleau métallique cannelé, pour rayer la surface des caramels ou des pâtes d'amande ; rouleau de bois cannelé, pour « tourer » les pâtes feuilletées ; rouleau à décor de vannerie, pour imprimer un relief sur la pâte ; rouleau coupe-croissants ; rouleau-laminoir, muni à ses extrémités de galets amovibles de différentes tailles, donnant automatiquement une épaisseur régulière à la pâte.

ROULEAU DE PRINTEMPS Mets typiquement vietnamien, fait d'une galette de riz humidifiée ou d'une crêpe aux œufs, farcie de viande de porc, de crevettes, accompagnée de menthe fraîche et parfois de germes de soja, servi avec du nuoc-mâm ou une sauce *tuong* (aux cacahouètes).

ROULETTE Petite roue cannelée, en bois dur, en métal ou en plastique, montée sur un manche en bois, servant à découper la pâte en bandes ou en bandelettes dentelées, pour garnir le dessus des tartes, façonner des beignets de pâte ou des raviolis.

ROUMANIE La cuisine roumaine est marquée par l'abondance des poissons, dont l'esturgeon, due à l'ouverture du pays sur la mer Noire et l'embouchure du Danube ; mais le caviar est réservé à l'exportation. L'ordinaire des Roumains est plutôt constitué par la traditionnelle soupe *(ciorba)* au poisson, à la viande de veau ou à la volaille.

Comme chez leurs voisins bulgares, la tradition du buffet de hors-d'œuvre est bien implantée : purée d'aubergine à l'huile d'olive et au citron, *mititei* (petites saucisses grillées) souvent servies avec du jus de raisin fermenté voisinent avec toutes sortes de salades, boulettes de viande, etc. Carpes, écrevisses, brochets sont apprêtés comme en Autriche (farcis ou frits). Feuilles de chou ou feuilles de vigne sont farcies et braisées, comme en Grèce.

La Roumanie produit plusieurs fromages de brebis (brandza, katshkawalj) – les uns doux et affinés, les autres piquants et vieillis dans de l'écorce de sapin –, et des fromages de vache qui se mangent parfois avec la bouillie de maïs *(mamaliga)*, dont les apprêts sont aussi variés que ceux de la polenta italienne. La domination turque a laissé le goût de la pâtisserie sucrée et de la confiture de pétales de rose.

■ **Vins.** Situé au nord-est de l'Europe, ce pays possède une gamme variée de vins de caractère. La culture de la vigne, qui remonte à plusieurs siècles av. J.-C., à l'époque des Thraces, a été propagée par les ancêtres des Roumains, puis par les Romains. Aujourd'hui, la Roumanie est un des dix premiers pays producteurs au monde. Bien que située à la même latitude que la France mais plus continentale, elle connaît un climat plus marqué. Les sols cultivés sont variés et les vignobles se développent sur des coteaux à pentes douces et abrités du vent, dans une zone qui s'étend des contreforts des Carpates jusqu'à Iasi, au nord-est et tout au long du Danube. Les cépages cultivés sont, pour les rouges, le babeasca et le kadarka, pour les blancs, le feteasca alba et regala, le mustoasa et le tamîioasa, ainsi que des cépages bourguignons et bordelais.

Les vins sont classés en plusieurs catégories : les vins de consommation courante de qualité supérieure, de qualité supérieure avec appellation d'origine (VOS), de qualité supérieure avec appellation d'origine et degrés de qualité (VSOC), et, enfin, les mousseux et les liqueurs.

ROUSSE Couleur caractérisant certaines bières. Autrefois, les Irlandais produisaient un style original de bières rousses *(ruby ale)* en fermentation haute.

Aujourd'hui, le terme « rousse » ne peut désigner que des bières ambrées, plutôt douces, mais sans type particulier.

ROUSSETTE Squale de petite taille, de la famille des scyliorhinidés, dont il existe deux espèces : la petite roussette, ou saumonette, longue de 40 à 60 cm, grise piquetée de multiples taches brunes, et la grande roussette, pouvant atteindre 1,20 m, plus rousse, avec des taches plus larges et moins nombreuses, plus rare. Toutes deux sont vendues dépouillées.

Ces poissons cartilagineux, au corps allongé, avec des petites nageoires rondes et une tête aplatie, n'ont pas d'arêtes, mais une simple lame centrale, facile à détacher. Bon marché, presque sans déchets, la roussette se prête, comme la lotte ou la raie, à de nombreuses préparations.

ROUSSETTE DE SAVOIE Vin AOC blanc de Savoie issu du cépage altesse, parfois associé au chardonnay ou à la mondeuse, qui présente un bouquet délicat, de la fraîcheur et de l'harmonie (voir SAVOIE).

ROUSSILLON Voir pages 920 et 921.

ROUX Mélange de farine et de beurre en proportions égales, cuit plus ou moins longtemps selon la coloration souhaitée (blanc, blond ou brun), utilisé comme liaison dans diverses sauces blanches ou brunes.

roux blanc
Faire fondre dans une casserole à fond épais 100 g de beurre, sans le laisser colorer ; le clarifier. Ajouter petit à petit 100 g de farine tamisée, en remuant, et cuire jusqu'à ce que le goût de farine crue ait complètement disparu. Retirer du feu et laisser refroidir jusqu'au moment de la liaison du liquide. Le roux blanc s'emploie essentiellement pour la réalisation de la sauce béchamel ou de divers veloutés.

roux blond
Faire un roux blanc, mais le laisser cuire sans cesser de remuer jusqu'à ce qu'il prenne une couleur blonde.

roux brun
Faire un roux blanc, mais le laisser cuire lentement sans cesser de remuer jusqu'à ce qu'il atteigne une couleur brun clair.

ROUX (ALBERT) Cuisinier français (Semur-en-Brionnais 1935). Très jeune, il entreprend un apprentissage de pâtissier, et s'installe bientôt en Grande-Bretagne où il se voit confier la direction des cuisines de grandes familles (notamment chez le prince de Galles) et de diverses ambassades. A. Roux y sert une cuisine classique d'une qualité remarquable. En 1967, à Londres, il ouvre son restaurant le *Gavroche,* qui obtient trois étoiles au *Guide Michelin* en 1982. Avec son frère Michel, il publie, en 1995, leurs meilleures recettes de desserts. Tous les deux ont contribué au renom de la grande cuisine française à Londres.

ROYALE Crème moulée, employée détaillée en petits morceaux, comme garniture de potage clair. À base de consommé et d'œufs, d'une purée de légumes, ou de volaille également liée à l'œuf, elle est d'abord cuite au bain-marie dans des moules à dariole.

On appelle aussi « royale » un mélange de blancs d'œuf et de sucre glace (**voir** GLACE DE SUCRE).

royale d'asperge
Pocher 75 g de pointes d'asperge avec 5 ou 6 feuilles d'épinards nouveaux ; égoutter. Ajouter 1,5 cuillerée de béchamel et 2 cuillerées de consommé ; passer à l'étamine. Lier avec 4 jaunes d'œuf, mettre dans des moules à dariole, et cuire 30 min au bain-marie à 200 °C.

royale de purée de volaille
Piler finement 50 g de blanc de volaille pochée ; ajouter 2 cuillerées de béchamel avec autant de crème et passer à l'étamine. Lier avec 4 jaunes d'œuf et cuire au bain-marie.

ROYALE (À LA) Se dit des consommés garnis d'une royale, mais aussi de divers apprêts comportant une garniture délicate et raffinée. Les poissons à la royale sont pochés et servis chauds, garnis de quenelles, de champignons, d'huîtres pochées et de truffes, avec une sauce mousseline. Les volailles à la royale sont pochées et garnies de quenelles et de champignons, parfois d'escalopes de foie gras ; elles sont nappées de sauce royale.

L'appellation désigne encore un apprêt prestigieux du lièvre, revendiqué par le Périgord et par l'Orléanais.

▶ **Recettes** : LIÈVRE, SALPICON, SAUCE.

RUBAN (FAIRE LE) Se dit d'un mélange de jaunes d'œuf et de sucre semoule, travaillé à chaud ou à froid, dont la consistance est suffisamment lisse et homogène pour qu'il se déroule sans se casser quand on le laisse couler du haut de la spatule ou du fouet.

RUBENS Sauce préparée à partir d'une brunoise de légumes mouillée au vin blanc puis réduite, additionnée de fumet de poisson, mijotée, passée, dégraissée et à nouveau réduite. Cette préparation est ensuite aromatisée au madère, liée aux jaunes d'œuf, puis montée au beurre rouge et complétée par un filet d'essence d'anchois.

RUE Plante herbacée vivace, de la famille des rutacées, à petites feuilles gris bleuté et à saveur amère.

Dans l'Antiquité, la rue joua un rôle important dans la pharmacopée et elle figurait au Moyen Âge en bonne place parmi les plantes utilisées en liquoristerie ; elle parfumait traditionnellement les hypocras aux herbes. Aujourd'hui, elle est interdite de vente en France, mais, en Italie, elle entre dans la fabrication de la grappa (on met un petit bouquet de rue fraîche à macérer dans la bouteille) ; en Europe de l'Est, elle est un des ingrédients des farces de viande hachée et aromatise les fromages blancs et les marinades.

RULLY Vin AOC rouge et surtout blanc de la Côte chalonnaise, produit par un vignoble très proche de la Côte de Beaune. Le blanc, sec et fruité, à la jolie robe dorée, se boit jeune (**voir** BOURGOGNE).

RUMFORD (BENJAMIN THOMSON, COMTE) Physicien américain (Woburn, Massachusetts, 1753 - Paris 1814). Engagé par l'Électeur de Bavière pour réorganiser son armée, il vint en Europe, où il s'intéressa aux problèmes d'alimentation, notamment pour tirer le maximum de substance des aliments en utilisant un minimum de combustible.

Il inventa ainsi la cuisinière en brique, avec feux séparés et chaleur réglable, ainsi qu'une marmite à pression, un autoclave et le four de cuisine. Ayant localisé la saveur du café dans ses huiles volatiles, il suggéra de préparer la boisson dans un récipient fermé, à chaleur constante inférieure à l'ébullition, qui détruit l'arôme ; il fut ainsi le père du percolateur. Il est aussi souvent tenu pour l'« inventeur » de l'omelette norvégienne.

RUMOHR (KARL FRIEDRICH VON) Écrivain et mécène allemand (Dresde 1785 - *ID.* 1843). Riche et indépendant, auteur de nouvelles et de souvenirs de voyages, Rumohr est connu pour son ouvrage sur la cuisine, *Der Geist der Kochkunst (l'Esprit de l'art culinaire)*. Paru en 1823, deux ans avant *la Physiologie du goût* de Brillat-Savarin, ce livre est signé Joseph König, qui était en fait le cuisinier de Rumohr, qui le lui attribue par plaisanterie. Amateur éclairé, fin connaisseur, historien de l'art et même diététicien, Karl von Rumohr traite de la nature des aliments, de l'origine de la cuisine et des modes de cuisson, puis de la préparation de très nombreux aliments.

RUMPOLT (MARX) Cuisinier d'origine hongroise qui exerça son talent au XVIe siècle dans plusieurs cours d'Europe centrale. Rumpolt est l'auteur de *Ein neues Kochbuch (Un nouveau livre de cuisine)*, publié en 1581, illustré de 150 gravures sur bois et réunissant plus 2 000 recettes, dont une des premières recettes européennes de pomme de terre, où il mentionne le foie gras, aliment oublié depuis la Rome antique.

RUSSE (À LA) Se dit surtout de crustacés ou de poissons lustrés de gelée, masqués de sauce chaud-froid ou de mayonnaise collée et accompagnés de salade russe. On qualifie aussi de « russe » une sauce pour crudités et poissons froids, faite d'une mayonnaise au caviar, éventuellement mélangée avec les parties crémeuses d'un homard ou d'une langouste. Enfin, certains apprêts « à la russe » (cornichons, harengs, kacha) sont réellement inspirés des traditions slaves.

▶ **Recettes** : CIGARETTE, CRÊPE, SALADE RUSSE, SAUCE.

RUSSIE La cuisine russe est l'héritière de traditions scandinaves, mongoles, germaniques et françaises.

■ **Histoire.** La dynastie des Riourikides, venue au IXe siècle de Scandinavie, fit d'abord adopter poissons et viandes fumés, alcool de grain et apprêts à la crème aigre (smitane). Au siècle suivant, ce fut l'Orient qui s'imposa avec Vladimir le Grand : aubergines, mouton et raisins apparurent aux côtés des céréales et des raves, ingrédients de base de l'alimentation. Bientôt, la choucroute arriva du Nord et le lait caillé liquide, de Tartarie. Au XVIe siècle, les festins d'Ivan le Terrible et de ses boyards étaient célèbres. À la fin du XVIIe siècle, Pierre le Grand s'enthousiasma pour la France, puis des cuisiniers français comme Antonin Carême et Urbain Dubois vinrent à la cour des tsars, et firent à leur tour connaître en Europe les grands classiques russes. Au début du XXe siècle, les émigrés apportèrent avec eux d'autres spécialités : caviar, blinis, vatrouchka et zakouski.

■ **Trois grands moments gastronomiques.** L'art culinaire russe atteint son apogée avec la fête de Pâques, les zakouski et le thé.

• LA FÊTE DE PÂQUES. Après la messe de minuit précédant le jour de Pâques, la table dressée offre une multitude de petits pâtés, d'entremets, de pâtisseries. Le menu comporte souvent un agneau ou un cochon de lait rôti, un jambon froid en gelée, un koulibiac, une dinde ou un gibier rôtis, des œufs colorés, une paskha, des koulitch, gâteaux traditionnels à cette date, tout comme les babas de pâte levée ; le tout est servi avec des salières de sel béni et des galettes polonaises de pain azyme.

• LA TRADITION DES ZAKOUSKI. Ce rite, lié à l'hospitalité traditionnelle du foyer, est toujours respecté. En attendant le dîner, les invités dégustent des harengs marinés, fumés ou à la crème, des assortiments de pirojki, pelmieni, cyrniki, cromesqui, *rastegais*, varieniki et sausseli (dartois), des *nalizniki* (crêpes fourrées au fromage blanc), des œufs farcis, du caviar d'aubergine, des légumes et des fruits marinés, des concombres à la crème aigre et au sel (molossols), ainsi que des spécialités fromagères. Arrosés de vodka, les zakouski sont accompagnés de pains variés : *balabouchki* à pâte aigre, *boubliki* à pâte dure, *boulotchki* au lait, *korj* très blanc, *krouchenik* natté, pain de seigle noir, *katchapouri* au fromage, *none* à l'oignon, *tcherek* semé de graines de sésame ou *oukrainka* très brun, en forme de roue.

• LE RITE DU THÉ. Toute la journée, le samovar entretient de l'eau bouillante pour préparer un thé très fort, parfois parfumé, que l'on boit généralement sans sucre. On le sert éventuellement avec des pâtisseries et des friandises : *gozinakhi* (bonbons aux noix et au miel), beignets au fromage blanc, *pampouchki* (pets-de-nonne), *krendiel* (brioches très sucrées en forme de bretzel), gaufres au citron, *vatrouchki* (tartelettes au fromage blanc), *zavinaniets* (boulettes fourrées aux fruits et aux noix), nougat aux noisettes...

■ **Vins.** La Russie est une vieille région viticole, notamment dans sa partie européenne. Le Nord et l'Ouest produisent surtout des vins mousseux ; le Sud et l'Est, des vins rouges. Les vins russes sont tous issus de très nombreux cépages. Les plus grands vignobles sont localisés dans les vallées du Don et du Kouban, et donnent par exemple le tsimlyanski mousseux ou les rubis du Don, qui sont des vins de dessert ; le labraou diouro, qui donne un vin rouge de qualité, est cultivé près de Sotchi, station balnéaire du Caucase.

RUSSULE Champignon à lamelles, trapu et coloré, à pied court, sans anneau ni volve, à chair grenue et cassante. Les meilleures espèces comestibles, rares, s'apprêtent comme les psalliotes : russule verdoyante, ou palomet, à chapeau blanchâtre à larges plaques vertes (excellente grillée), et russule charbonnière, ou charbonnier, à chapeau pourpre, violet ou vert.

RUTABAGA Chou-navet à racine comestible, de la famille des crucifères, à chair jaunâtre (voir tableau des choux page 274). Le rutabaga, peu énergétique et moyennement pourvu en minéraux, s'apprête comme le navet et entre notamment dans la confection du pot-au-feu.

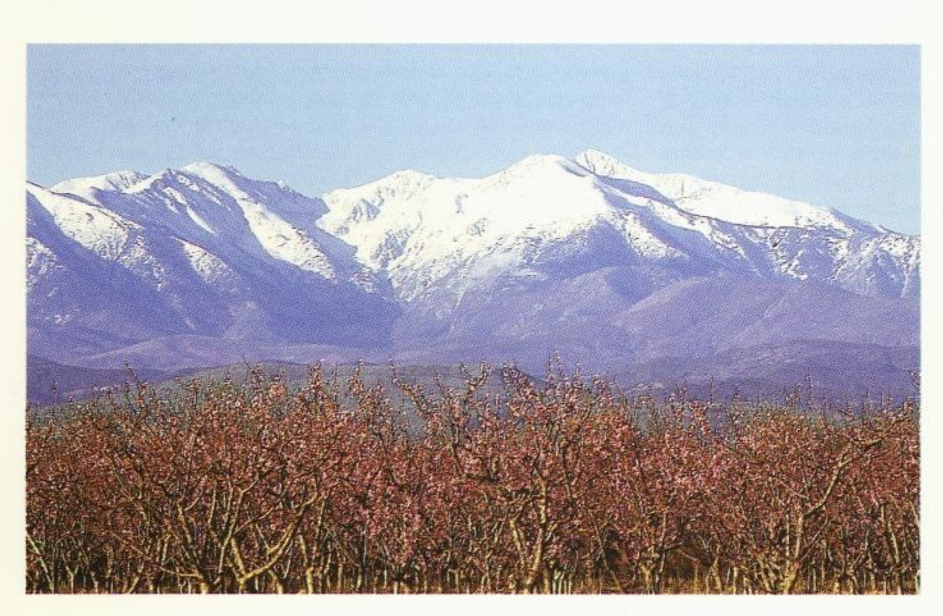
RYE Whisky américain, surtout produit et consommé en Pennsylvanie, dans le Maryland et au Canada (voir tableau des whiskeys et whiskys page 1115). Le rye est fait essentiellement de seigle non malté et de malt d'orge ou de seigle. Il se boit plus jeune que le scotch ou le bourbon, et sa saveur est plus corsée.

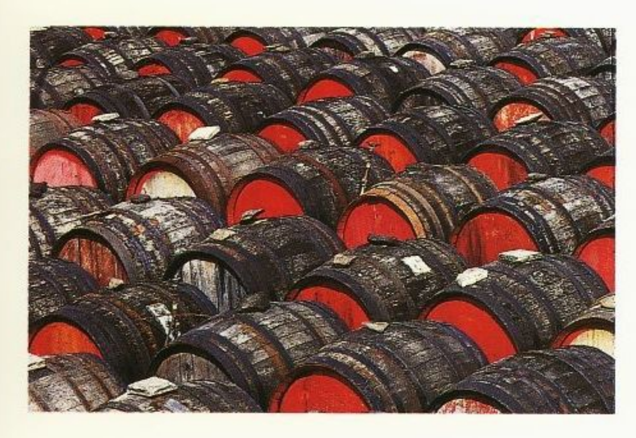
Roussillon

PROVINCE CATALANE, LE ROUSSILLON CORRESPOND AU DÉPARTEMENT DES PYRÉNÉES-ORIENTALES, OÙ CULMINE LE MONT CANIGOU (2784 M). AU SUD, LA RÉGION SE HEURTE AUX ALBÈRES, EXTRÉMITÉ ORIENTALE DES PYRÉNÉES QUI SE TERMINE SUR LA MÉDITERRANÉE PAR LA ROCHEUSE CÔTE VERMEILLE. AU NORD, LE ROUSSILLON EST DÉLIMITÉ PAR LA RETOMBÉE DES CORBIÈRES.

Qu'elle soit paysanne ou bourgeoise, frugale ou somptueuse, de la plaine, de la mer ou de la montagne, la cuisine du Roussillon se démarque des autres cuisines méditerranéennes. Elle sait trouver son identité dans des sauces et fonds de cuisson aux ingrédients subtilement mélangés, comme la micada qui allie amandes et ail pilés avec de l'huile d'olive, du vin, du pain rassis, des aromates, voire une pointe de chocolat amer ; ou le sofregit, sorte de fondue de tomates à l'oignon et au poivron. Héritière d'une cuisine médiévale particulièrement raffinée, elle a un goût certain pour les contrastes sucré-salé : canard aux figues ou aux pêches, lièvre au chocolat, lapin aux pruneaux ou aux poires, veau au citron ou agneau aux pommes… En fait, l'expression « à la catalane », plutôt que de définir d'une manière un peu floue des recettes que l'on retrouve dans la cuisine espagnole (comme le riz à la catalane voisin de la paella), devrait s'employer pour désigner d'authentiques spécialités : civet de langouste au banyuls, avec tomates, ail, oignon et épices ; pigeons cuits en cocotte avec jambon cru, ail en chemise et orange amère, ou gigot rôti aux quarante gousses d'ail. Le Roussillon jouit d'un climat ensoleillé très propice aux légumes, qui mijotent notamment dans le tupi, poêlon réservé aux ragoûts. Ce peuple de marins s'est spécialisé dans la pêche du thon rouge et celle des « poissons bleus », sardines et anchois ; ce dernier est salé et mis en conserve à Collioure. Jusqu'à Port-Bou, on déguste les anchois marinés, frits ou encore en feuilletés avec tomates et œufs durs. La cuisine des fruits de mer et mollusques est d'une grande créativité : civet de langouste, qui mêle les saveurs du jambon cru, du banyuls, du piment et du cognac ; calamars farcis ; clovisses au gratin…
Les Catalans sont de grands amateurs d'escargots dégustés grillés, avec du pain et de l'aïoli : c'est la cargolade, de tradition le lundi de Pâques ou de Pentecôte, accompagnée de vin rouge, bu à la borratxa (gourde de peau). Dans ce pays de montagne, la chasse est une activité traditionnelle qui permet d'approvisionner la table en produits de haut goût. Les civets de sanglier ou de lièvre, garnis de pommes, de coings ou de champignons, sont très appréciés.
Les desserts se basent sur les fruits inégalables de ce pays de soleil : au premier rang, les cerises de Céret et les abricots du Roussillon, qui servent à préparer tartes et entremets au vin rouge.
Les vins sont indissociables de cette gastronomie.
Ce sont des vins rouges de l'appellation côtes-du-roussillon, côtes-du-roussillon-villages et collioure.

Les vergers en fleurs, près de Thuir, au pied du mont Canigou, sommet des Pyrénées-Orientales, donnent au Roussillon des airs de Japon. Quand vient le temps des fruits, on s'y régale d'abricots et de pêches.





Les grands banyuls, à la robe rubis ou acajou, vieillissent en fût plus de deux ans, ici à Banyuls.

Mais ce sont surtout les vins doux naturels qui sont les plus réputés (banyuls, muscat de Rivesaltes).

SOUPES ET LÉGUMES

Ollada, braou bouffat
L'olla, marmite ancestrale où s'élaborent soupes et potées, a donné son nom à l'ollada, soupe à base de choux, légumes verts, pommes de terre et haricots secs, garnie de jarret de porc (garro), de queue de porc et de saucisse ou de boudin noir. On cuisine l'odorante soupe à la menthe et au thym ainsi que le braou bouffat, une soupe typique de Cerdagne préparée à l'époque où l'on tue le cochon.

Saginat, trinxat cerda
Le saginat est un plat de pommes de terre à l'étouffée avec une pointe de sagi (lard), tandis que le trinxat cerda est un fin hachis de chou et de lard poêlé.

POISSONS ET FRUITS DE MER

Bullinada, all cremat, pinyata
La soupe de poisson catalane porte le nom de bullinada : poissons, pommes de terre, piment et persillade, parfumés à l'huile d'olive, sont cuits à forte ébullition et servis sur des tranches de pain aillé. Les poissons de roche ou les petits rougets sont cuits sur fond d'ail pilé revenu à l'huile d'olive pour donner l'all cremat si parfumé. La pinyata de Collioure est un ragoût de poissons de roche, de crabes, de cigales de mer et de poulpes.

VIANDES ET VOLAILLES

Boles de picolat, escuedella, fréginat, monjetada
Le plat catalan le plus connu au chapitre des viandes porte le nom de boles de picolat ; il s'agit de boulettes de bœuf ou de porc servies avec une sauce relevée avec jambon, olives, tomates et lard. Mais d'autres recettes sont tout aussi originales. L'escuedella est un pot-au-feu servi en trois plats, bouillon, légumes et viandes variées. L'épaule de mouton en pistache, farcie et cuite avec jambon, vin blanc et aromates ; le fréginat, sauté de bœuf servi avec un aïoli ; la monjetada, une potée de haricots garnie d'un jarret de porc ; les tripes à la catalane. Saucisses fraîches et sèches sont typiques de la charcuterie, comme le pâté de foie ou le jambon cru.

Poulet sauce roussillonnaise
Le poulet sauce roussillonnaise réunit un savant amalgame d'oignons, de tomates, de cèpes secs et d'olives. Le canard est souvent cuisiné avec des fruits. Enfin, le perdreau, le pigeon ou le pintadeau mijotent dans une sauce veloutée où se retrouvent l'amande, le vin rancio et l'orange amère.

FROMAGES

Qu'ils soient de chèvre ou de brebis, les fromages sont peu nombreux, mais toujours d'une belle saveur : petits chèvres à l'huile d'olive ou enveloppés d'un feuilletage ; tomme au lait de chèvre de Saint-Abdon, ou caillés de chèvre frais (mato) que l'on déguste nappés de miel parfumé.

DESSERTS

Coques, bras de Vénus, mato de monjas, pa d'ous
Le répertoire des douceurs est très parfumé avec l'anis, les amandes et la fleur d'oranger. Les moelleuses rousquilles à la fleur d'oranger sont incontournables, ainsi que les coques (brioches allongées et sucrées) aux raisins secs, aux pignons ou à la crème, les bunyetes (beignets ronds et minces), ou les tourteaux de pâte levée parfumés à l'anis. Mais d'autres spécialités aux noms étonnants sont tout aussi célèbres : le fameux bras de Vénus, un biscuit roulé fourré de crème aux fruits confits, le mato de monjas, une crème au lait d'amande, la délicieuse crema cremada, crème catalane (dite « brûlée ») parfumée à l'anis, à la cannelle et au citron, ainsi que le pa d'ous, flan à l'anisette arrosé de caramel. Sans oublier les tourons de Perpignan et de Prades.

CARTE

ENTRÉES

◆◆◆

Anchois marinés, PAGE 44

Caviar d'aubergine, PAGE 69

Anchois frits, PAGE 44

Cèpes en terrine, PAGE 228

PLATS

◆◆◆

Bar grillé, PAGE 86

Grondins au four, PAGE 549

Pintade à la catalane, PAGE 804

Gigot rôti aux quarante gousses d'ail, PAGE 24

Saucisses à la catalane, PAGE 956

LÉGUMES

◆◆◆

Pois chiches à la catalane, PAGE 817

Aubergines farcies, PAGE 68

DESSERTS

◆◆◆

Tarte au raisin frais, PAGE 1030

Abricots au sirop, PAGE 13

S

SABAYON Entremets d'origine italienne, fait d'une crème fluide et onctueuse, à base de vin, de sucre et de jaunes d'œuf. Présenté dans des coupes ou des verres décorés (comme ceux du *Café Greco,* à Rome, dont il était une spécialité), le sabayon est servi à peine tiède, mais il peut aussi servir d'accompagnement et napper pudding, entremets au riz, fruits pochés, pâtisserie ou glace.

Le sabayon est confectionné avec un vin blanc sec (asti, champagne) ou doux (sauternes, marsala), un vin de liqueur (frontignan, banyuls), du porto, ou encore un mélange d'un vin blanc et d'une liqueur (Chartreuse, kummel), ou d'un vin blanc et d'un alcool (armagnac, cognac, kirsch, rhum, whisky).

Par extension, on appelle également « sabayon » une sorte de sauce mousseline, généralement au champagne, qui accompagne poissons ou crustacés.

Vérifier la consistance d'un sabayon



Pour s'assurer que le sabayon a la bonne consistance, crémeuse et non mousseuse, en prélever une petite louche et vérifier que le mélange « fait le ruban ».

fricassée de mer au sabayon de Bellet → FRICASSÉE
gratin de fraise au sabayon de citron → GRATIN

RECETTE DE CHRISTIAN CONSTANT, CHOCOLATIER

sabayon au rhum et aux marrons glacés

« La veille, travailler au fouet, au bain-marie, 10 jaunes d'œuf et 200 g de sucre semoule jusqu'à ce que le mélange blanchisse. Y incorporer 3 verres de vin blanc et 3 cuillerées à soupe de rhum blanc, sans cesser de fouetter, jusqu'à ce que le mélange devienne épais et mousseux. Vaniller légèrement avec quelques gouttes de vanille liquide. Disposer des marrons glacés dans des coupes, napper de sabayon et mettre dans le réfrigérateur jusqu'au moment de servir. »

SABLÉ Petit gâteau sec et friable, la plupart du temps rond, de diamètre variable, souvent à bord cannelé. Les sablés sont faits de farine, de beurre, de jaunes d'œuf (parfois supprimés) et de sucre, mélangés rapidement jusqu'à l'obtention d'une consistance « sableuse ». La pâte est soit abaissée sur quelques millimètres et découpée à l'emporte-pièce, soit roulée en boudin et détaillée en tranches, comme pour les sablés dits « hollandais », qui associent deux pâtes, l'une colorée au chocolat ou à la cannelle, l'autre parfumée à la vanille. On peut les aromatiser au citron, les agrémenter d'amandes effilées ou de raisins secs, les glacer de chocolat ou les garnir de confiture (voir MILANAIS). En France, les spécialités régionales sont nombreuses. À l'étranger, le shortbread écossais et le *Knusper* autrichien se distinguent.

Les fonds sablés servent à confectionner tartelettes et barquettes, souvent garnies de crème ou de fraise.

fond sablé → FOND DE PÂTISSERIE
pâte sablée → PÂTES DE CUISINE ET DE PÂTISSERIE

sablés de Milan

Mettre 250 g de farine dans une terrine ; ajouter le zeste râpé de 1 citron, 125 g de beurre ramolli en petits morceaux, 125 g de sucre semoule, 4 jaunes d'œuf, 1 pincée de sel et 1 cuillerée à café de cognac ou de rhum. Pétrir rapidement. Rouler la pâte en boule et la mettre 30 min au froid. L'abaisser ensuite sur 5 mm d'épaisseur et la découper à l'emporte-pièce rond ou ovale ; disposer les gâteaux sur une tôle beurrée, les badigeonner à l'œuf battu et les rayer avec une fourchette. Cuire 15 min au four préchauffé à 200 °C.

SABLER Amener à l'état friable le mélange des ingrédients destinés à une pâte brisée ou sablée. Le sablage s'effectue d'abord du bout des doigts, puis en prenant le mélange par petites quantités, que l'on frotte entre ses paumes. On ajoute ensuite l'eau ou les œufs, puis la pâte est mise en boule et doit reposer.

Dans la fabrication du praliné, le sablage consiste à verser un sucre cuit à 121 °C sur des fruits secs grillés, puis à mélanger pour faire « masser » le sucre ; devenu sableux, celui-ci enveloppe alors mieux les fruits.

SABLIER Petit ustensile réversible, formé de deux ampoules transparentes, communiquant par un conduit très étroit. L'ampoule supérieure contient un certain volume de sable ou de produit en poudre, qui s'écoule dans l'ampoule inférieure en un temps donné. Dans la plupart des sabliers, le passage du sable dure trois minutes, temps de cuisson moyen d'un œuf à la coque.

SABRA Liqueur israélienne au goût d'orange amère et de chocolat. Le sabra est une variété de cactus local, et c'est aussi le surnom donné aux Juifs nés en Israël.

SABRE Nom courant du lépidope, poisson méditerranéen de la famille des trichiuridés, plat comme un ruban, qui peut atteindre 1,10 m (voir planche des poissons de mer pages 820 et 821). Sa peau brillante est dépourvue d'écailles. Son museau est armé de nombreuses dents. Surnommé « argentin » ou « jarretière », le sabre, souvent vendu en tronçons, a une chair ferme et convient surtout pour les soupes de poisson.

SACHERTORTE Célèbre gâteau viennois, créé par Franz Sacher, chef pâtissier du prince de Metternich, à l'occasion du congrès de Vienne (1814-1815). Pendant des années, une controverse divisa la ville de Vienne : s'affrontaient d'une part les tenants de la Sachertorte telle qu'on la servait à l'hôtel *Sacher*, dirigé par les descendants de Franz (deux abaisses séparées par de la marmelade d'abricot, le dessus étant glacé au chocolat), d'autre part les fidèles de la célèbre pâtisserie Demel, laquelle aurait reçu du petit-fils de Sacher la « vraie » recette (un gâteau simplement masqué de marmelade sous le glaçage). Finalement, ce fut l'hôtel *Sacher* qui eut gain de cause devant les tribunaux.

RECETTE DE JOSEPH WECHSBERG
DANS *LA CUISINE VIENNOISE* (ÉDITIONS *TIME-LIFE*)

Sachertorte

« Préchauffer le four à 180 °C et garnir deux moules ronds de papier sulfurisé beurré. Faire fondre au bain-marie 200 g de chocolat un peu amer en petits morceaux. Battre légèrement 8 jaunes d'œuf, leur incorporer 125 g de beurre fondu et le chocolat fondu. Battre 10 blancs d'œuf en neige ferme, puis leur ajouter 140 g de sucre en poudre légèrement vanillé, en continuant de battre jusqu'à l'obtention d'une mousse bien raide, formant des pics entre les branches du fouet. Incorporer un tiers de ces blancs dans le mélange jaunes-beurre-chocolat, puis, progressivement, les blancs restants. Ajouter 125 g de farine tamisée, en pluie, et mélanger tous les ingrédients jusqu'à disparition des traces blanches, mais sans trop prolonger l'opération. Verser la pâte dans les deux moules en la répartissant également. Faire cuire dans le four jusqu'à ce que la pâte soit bien gonflée et sèche. Démouler les deux gâteaux en les renversant sur une grille et laisser refroidir complètement. Préparer le glaçage au chocolat : faire fondre à feu moyen dans une casserole, en remuant constamment, 150 g de chocolat en morceaux, 2,5 dl de crème fraîche et 180 g de sucre vanillé, puis laisser cuire 5 min sans remuer. Battre alors 1 œuf entier, lui incorporer 3 cuillerées à soupe de la préparation chocolatée et reverser le tout dans la casserole ; faire cuire pendant 4 min, puis laisser tiédir à la température ambiante. Étaler 8 cuillerées à soupe de marmelade d'abricot passée au tamis sur l'un des gâteaux au chocolat, puis recouvrir celui-ci avec le second gâteau. Masquer le tout avec le glaçage au chocolat, en l'égalisant avec une spatule métallique. Faire glisser le gâteau sur un plat et le mettre dans le réfrigérateur pendant 3 heures, pour que le glaçage durcisse. Le sortir une demi-heure avant de le servir. »

SACRISTAIN Petit gâteau sec, fait d'un bâtonnet de feuilletage torsadé, souvent parsemé d'amandes effilées ou hachées et de sucre grain. On le sert classiquement avec le thé, parmi un assortiment de biscuits.

SADE (DONATIEN ALPHONSE FRANÇOIS, MARQUIS DE) Écrivain français (Paris 1740 - Charenton 1814). Sade faisait grand cas, à côté des plaisirs et des souffrances de l'amour, de la bonne chère. De ses prisons, où il passa de nombreuses années, il adressait à sa femme (qu'il appelait parfois « porc frais de mes pensées », car, disait-il, « j'aime beaucoup le porc ») de précises et pressantes demandes de nourriture, donnant lieu à de multiples fantasmes. Le « divin marquis » était aussi un assidu des « dîners de chez *Méot* », organisés par Grimod de La Reynière.

SAFRAN Nom usuel du crocus, plante bulbeuse de la famille des iridacées, dont les stigmates fournissent une épice renommée ayant la forme soit de filaments brunâtres séchés, soit d'une poudre jaune-orangé, à l'odeur piquante et à la saveur amère. Originaire d'Orient et introduit en Espagne par les Arabes, le safran est cultivé en France par les « safraniers » depuis le XVI[e] siècle, dans le Gâtinais et l'Angoumois. Le safran le plus réputé vient de la Mancha, en Espagne, mais il est aussi cultivé en Italie, en Grèce, en Iran et en Amérique du Sud. Il faut 60 000 fleurs pour donner cinq cents grammes de safran, ce qui explique son prix élevé et l'apparition de succédanés (le carthame, ou safran bâtard, le curcuma, ou safran des Indes).

■ **Emplois.** Dans l'Antiquité et au Moyen Âge, le safran jouait un triple rôle, culinaire, magique et thérapeutique. Très employé en cuisine jusqu'à la Renaissance comme parfum et colorant, il tomba en déclin au XIX[e] siècle. Il occupe encore une place privilégiée dans les cuisines régionales et étrangères, notamment dans la bouillabaisse, le cari, la paella et le risotto, la cuisson des moules, des viandes blanches et des tripes. Dans les entremets, on l'utilise comme parfum.

cigales de mer au safran en brochette → CIGALE DE MER

RECETTE DU RESTAURANT *LE PRÉ CATELAN*, AU BOIS DE BOULOGNE

crème glacée coco-safran

« Couper délicatement 12 beaux pistils de safran au-dessus d'un petit récipient. Les arroser de 1/4 de jus de citron vert et de 2,5 cl de rhum blanc. Couvrir et laisser infuser 3 heures au frais. Faire tiédir 1 litre de lait de coco avec 60 g de glucose, 100 g de sucre semoule et 10 g de poudre de lait. Bien dissoudre en fouettant et passer au mixeur. Incorporer l'infusion de safran et faire prendre au congélateur. »

glace au safran et à l'eau de rose

Mélanger 15 cl de lait avec 150 g de crème. Faire durcir au congélateur. Battre 3 jaunes d'œuf avec 75 g de sucre semoule jusqu'à ce que le mélange soit mousse. Porter à ébullition dans une casserole 45 cl de lait, 150 g de crème fraîche et 1/2 cuillerée à café d'extrait de vanille. Réduire le feu. Incorporer peu à peu les jaunes d'œuf, en remuant. Retirer du feu. Diluer 1/2 cuillerée à café de safran en poudre dans un peu d'eau chaude et verser dans la casserole avec 1,5 cl d'eau de rose. Mélanger le tout et transvaser dans une sorbetière. Mettre celle-ci 3 heures au congélateur. Sortir la crème épaisse du congélateur et la couper en petits morceaux. Remettre dans le congélateur. Sortir la glace du congélateur 30 min avant de servir et la présenter dans des coupes, parsemée de morceaux de crème épaisse. Mettre dans le réfrigérateur jusqu'au moment de servir.

rouille au safran → SAUCE

SAGAN Nom d'une garniture pour escalopes, ris de veau ou suprêmes de volaille, composée de risotto et de têtes de champignon emplies d'une purée de cervelle mélangée avec un salpicon de truffe ; les pièces sont saucées d'un déglaçage au madère et au fond de veau lié. Truffes et champignons se retrouvent dans le flan Sagan à la cervelle de veau ; cette dernière, escalopée, sert également à garnir des œufs brouillés aux truffes. Tous ces apprêts sont dédiés à Charles de Talleyrand-Périgord, prince de Sagan (1754-1838).

▶ **Recette** : ŒUF BROUILLÉ.

SAGOU Fécule préparée avec la moelle du sagoutier, ou arbre à pain, palmier des régions tropicales. Le sagou se présente en petits grains ovoïdes, blanchâtres, rosés ou brunâtres, très durs et semi-transparents, d'une saveur douceâtre. Connu en Europe depuis la Renaissance, il est également appelé « perles de Florence ». Aujourd'hui, il s'utilise comme le tapioca, dans certaines liaisons et divers puddings. Dans la cuisine indonésienne, réduit en pâte avec de la pulpe et du lait de coco, il sert à confectionner des beignets, des gâteaux, des raviolis, des entremets, etc. En Inde, cuit à l'eau avec du sucre, il donne une gelée d'entremets.

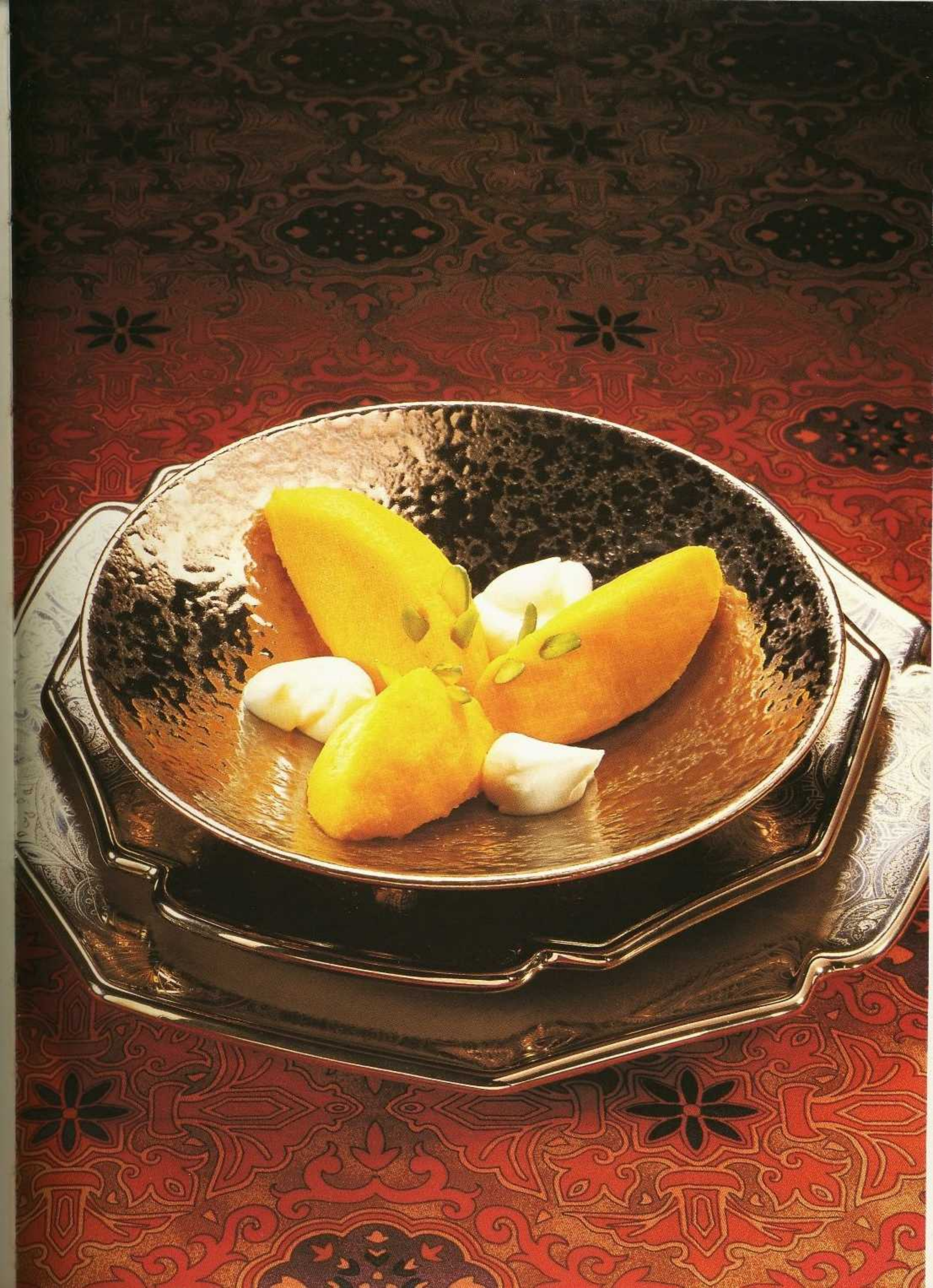
SAINDOUX Matière grasse extraite à chaud du lard ou de la panne de porc. Le saindoux (ou axonge) est une substance onctueuse et blanche. On l'utilise surtout pour les longues cuissons, mais également pour la friture (il ne se décompose qu'à 210 °C) et en pâtisserie (pâte à pâté, pie). Son goût assez affirmé s'associe traditionnellement à des plats du Nord et de l'Est, ainsi qu'à des plats auvergnats.

▶ **Recette** : PÂTÉ.

SAINGORLON Fromage bressan de lait pasteurisé de vache (50 % de matières grasses), à pâte persillée et à croûte naturelle (voir tableau des fromages français page 495). Le saingorlon se présente sous la forme d'un cylindre de 6 à 12 kg. Il a été imaginé au début de la Seconde Guerre mondiale pour remplacer le gorgonzola, que les Italiens n'exportaient plus. Onctueux, de saveur affirmée, il est à l'origine du bleu de Bresse.

SAINT-AMANT (MARC ANTOINE GIRARD, SIEUR DE) Poète français (Quevilly 1594 - Paris 1661). Auteur de poèmes lyriques, satiriques et réalistes, il partagea son temps entre la capitale, où il hantait les cabarets en compagnie du cardinal de Retz, et sa ville natale, Rouen, tout en participant aux campagnes militaires en Catalogne et dans les Flandres comme commissaire de l'artillerie. Il séjourna aussi en Pologne, et l'on suppose qu'il se rendit en Amérique. Il a surtout laissé une abondante production de poèmes « à boire et à manger », qui, après avoir été sévèrement critiqués par les classiques, figurent dans les meilleures anthologies baroques. On dit qu'il mourut chez un certain Montglas, cabaretier à l'enseigne du *Petit Maure*.

▶ *Glace au safran et à l'eau de rose*



SAINT-AMOUR Vin rouge, le plus septentrional des dix crus AOC du Beaujolais, souple et équilibré, fin et solide, aux arômes de framboise (voir BEAUJOLAIS).

SAINT-AUBIN Vin AOC rouge ou blanc de la Côte de Beaune ; les blancs sont produits par des vignobles voisins de ceux des prestigieux puligny et chassagne-montrachet ; les rouges sont vendus comme « côte-de-beaune villages » (voir BOURGOGNE).

SAINTE-ALLIANCE (À LA) Se dit d'un foie gras poché avec des truffes et du champagne, ou d'une poularde garnie de truffes cuites au madère, puis poêlée et dressée entourée d'escalopes de foie gras cuites au beurre, saucées du fond de cuisson. Cette appellation s'applique aussi à un apprêt du faisan farci de chair de bécasse hachée et mélangée à divers ingrédients, puis rôti et dressé sur un canapé tartiné d'une purée faite avec le foie et les entrailles de l'oiseau.

SAINTE-BEUVE (CHARLES AUGUSTIN) Écrivain français (Boulogne-sur-Mer 1804 - Paris 1869). Ce grand nom de la critique littéraire fut aussi l'un des gourmets les plus célèbres de son temps. S'adonnant aux plaisirs de la table dans les restaurants en renom, il fonda avec les frères Goncourt, Paul Gavarni, Ernest Renan et Ivan Tourgueniev les « dîners Magny » ; il comptait parmi les fidèles des « soupers du mercredi » chez Alexandre Dumas.

SAINTE-CROIX-DU-MONT Vin AOC blanc liquoreux produit sur la rive droite de la Garonne, en face de la région du sauternes, avec les mêmes raisins et les mêmes méthodes (voir BORDELAIS).

SAINTE-MAURE-DE-TOURAINE Fromage AOC de lait de chèvre (45 % de matières grasses au minimum), à pâte molle et à croûte naturelle (voir tableau des fromages français page 497). Le sainte-maure se présente sous la forme d'un cylindre de 15 cm de longueur et de 4 cm d'épaisseur. Il a une odeur caprine prononcée et une saveur plus ou moins noisetée. Il est souvent transpercé d'une paille et parfois recouvert de poudre de charbon de bois.

SAINTE-MENEHOULD Nom d'apprêts cuits et refroidis, puis panés et grillés, servis avec de la moutarde ou de la sauce Sainte-Menehould (à la moutarde, à l'oignon, au vinaigre et aux fines herbes). L'appellation est typique des pieds de porc, spécialité de la ville de Sainte-Menehould (Marne), mais concerne également la raie, le pigeon et le poulet en morceaux, la queue de veau ou de bœuf, les oreilles de porc, les crépinettes et les ailerons de volaille.

► **Recettes** : DINDE, DINDON ET DINDONNEAU, PAUPIETTE, QUEUE, SAUCE.

SAINT-ÉMILION Vin AOC rouge produit dans l'un des plus anciens vignobles du Bordelais. Le terroir détermine les styles de vins. Les vins dits « de côte » sont corsés et charpentés, ceux dits « de graves », plus souples et plus fins (voir BORDELAIS).

SAINT-ESTÈPHE Vin AOC rouge du Médoc, généreux et fruité, avec une forte charpente, qui rappelle un peu le pauillac, sans avoir sa classe exceptionnelle (voir BORDELAIS).

SAINT-ÉVREMOND (CHARLES DE) Écrivain français (Coutances 1615 - Londres 1703). Célèbre gourmet, il forma, avec ses deux amis le marquis de Bois-Dauphin et le comte d'Ollone, le trio « des coteaux ». Il commençait sa journée, dit-on, avec des huîtres et faisait venir ses lapins de La Roche-Guyon, où ceux-ci étaient alors très réputés.

Dans sa *Comédie des friands*, il évoque un potage aux oignons farcis qui faisait ses délices. Seuls le veau de Normandie, les perdrix d'Auvergne et les vins des coteaux d'Ay, d'Hautvillers et d'Avenay trouvaient grâce à ses yeux.

SAINT-FÉLICIEN Fromage de lait de vache (60 % de matières grasses), à pâte molle et à croûte naturelle bleutée (voir tableau des fromages français page 494). Produit dans le Dauphiné, le saint-félicien se présente sous la forme d'un petit disque plat de 150 g. Il a un goût légèrement noiseté.

SAINT-FLORENTIN Gâteau fait d'une génoise carrée, coupée en deux dans le sens de l'épaisseur, humectée de kirsch et fourrée d'une crème à base de meringue italienne, de beurre fondu et de kirsch, dans laquelle sont réparties des cerises confites (ou des fraises fraîches, en saison).

Le dessus du gâteau est glacé au fondant rose et les côtés sont tranchés net, pour faire apparaître les fruits de la garniture.

SAINT-FLORENTIN (FROMAGE) Fromage frais auxerrois de lait de vache (50 % de matières grasses) [voir tableau des fromages français page 494]. Le saint-florentin se présente sous la forme d'un disque plat de 12 à 13 cm de diamètre et de 3 cm d'épaisseur. Il a une saveur assez relevée ; il peut aussi être vendu affiné.

SAINT-GERMAIN Nom donné à divers apprêts comportant des pois verts (appelés aussi « Clamart ») ou cassés. La purée Saint-Germain, un peu serrée, liée ou non de jaune d'œuf, accompagne grosses ou petites pièces de boucherie, saucées de fond de veau clair. Détendue à la consistance voulue avec un fond blanc ou du consommé, cette purée donne le potage Saint-Germain, qui reçoit diverses garnitures.

L'appellation s'applique également à une préparation de filets de sole ou de barbue panés au beurre, grillés et servis avec une sauce béarnaise et une garniture de pommes noisettes.

► **Recette** : POTAGE.

SAINT-HONORÉ Pâtisserie parisienne, constituée d'une abaisse de pâte feuilletée, sur laquelle est dressée une couronne de pâte à choux, garnie de petits choux glacés au caramel. L'intérieur de la couronne est rempli de crème Chiboust (appelée également « crème à saint-honoré ») ou simplement de crème Chantilly.

saint-honoré

Préparer une pâte à foncer et une pâte à choux. Abaisser la première, refroidie, en un disque de 20 cm de diamètre sur 2 mm d'épaisseur ; faire glisser ce disque sur une tôle beurrée, le piquer à la fourchette et badigeonner le bord d'œuf battu. Remplir une poche munie d'une douille lisse avec 1/3 de la pâte à choux et coucher une couronne sur le disque, à 3 mm du bord ; dorer cette couronne à l'œuf battu. Sur une seconde tôle beurrée, coucher 20 petits choux gros comme des noix. Cuire le tout 25 min au four préchauffé à 190 °C, puis laisser refroidir complètement. Plonger les choux dans un caramel blond et les coller au fur et à mesure, les uns contre les autres, sur la couronne. Battre 6 jaunes d'œuf avec 200 g de sucre en poudre jusqu'à ce qu'ils blanchissent et y ajouter 75 g de fécule de maïs ; verser 1 litre de lait vanillé, en fouettant vivement. Remettre l'ensemble dans la casserole et porter à ébullition en remuant bien. Incorporer à la crème 4 feuilles de gélatine préalablement trempées. Battre 4 blancs d'œuf en neige ferme. Porter de nouveau la crème à ébullition et la verser sur les blancs en mélangeant à la cuillère de bois. En garnir le centre du gâteau en formant un dôme. Poudrer de sucre glace et faire dorer très rapidement sous le gril. Réserver au frais jusqu'au moment de servir.

SAINT-HUBERT Nom de divers apprêts généralement à base de gibier ou concernant le gibier. Les cailles Saint-Hubert, cuites en cocotte avec un morceau de truffe dans chaque oiseau, sont servies nappées du déglaçage au madère et au fond de gibier. L'appellation est le plus souvent justifiée par l'emploi d'une purée de gibier, qui remplit des champignons ou des tartelettes, ou qui garnit des bouchées, des timbales, des omelettes, ou encore qui enrichit un consommé.

▶ **Recette** : CONSOMMÉ.

SAINT-JOSEPH Vin AOC surtout rouge, provenant de l'Ardèche, sur la rive droite du Rhône, en face du vignoble de l'hermitage ; le blanc, produit en très petite quantité, est nerveux et parfumé (**voir** RHÔNE).

SAINT-JULIEN Vin AOC rouge du haut Médoc, fin comme le margaux, puissant et bouqueté comme le pauillac (**voir** BORDELAIS).

SAINT-MALO Nom d'une sauce pour poissons grillés, dont il existe plusieurs recettes. La plus courante d'entre elles est un velouté de poisson additionné d'une réduction d'échalote et de vin blanc (éventuellement lié au jaune d'œuf ou complété de cuisson de champignon) ; cette préparation est souvent beurrée et terminée par un peu de moutarde et/ou un filet de sauce à l'anchois.

▶ **Recette** : SAUCE.

SAINT-MANDÉ Nom d'une garniture pour petites pièces de boucherie sautées, composée de petits pois et de haricots verts liés au beurre, et de petites pommes Macaire.

SAINT-MARCELLIN Fromage dauphinois de lait de vache (50 % de matières grasses), à pâte molle et à croûte naturelle, fine et gris bleuté (**voir** tableau des fromages français page 494). Il se présente sous la forme d'un petit disque de 7 à 8 cm de diamètre et de 2 cm d'épaisseur. Il a une saveur douce et légèrement acide. Très affiné, il entre aussi dans la fabrication du fromage fort lyonnais, macéré aux aromates.

SAINT-NECTAIRE Fromage auvergnat AOC de lait de vache (45 % de matières grasses), à pâte pressée et à croûte naturelle (**voir** tableau des fromages français page 496). Le saint-nectaire se présente sous la forme d'un disque plat de 20 cm de diamètre et de 4 cm d'épaisseur, pesant environ 1,5 kg. Affiné pendant huit semaines sur un lit de paille de seigle, il dégage une odeur de moisissure, mais il a une belle saveur de terroir au bouquet prononcé.

SAINT-NICOLAS Fête traditionnelle célébrée le 6 décembre dans le nord de l'Europe et où saint Nicolas tient le rôle du père Noël. Selon la légende, un boucher avait découpé trois enfants en morceaux et les avait mis au saloir ; Nicolas, passant dans le pays, eut un pressentiment et insista auprès du criminel pour goûter de son « salé » ; devant le refus de celui-ci, Nicolas comprit et ressuscita les petites victimes. Dans la nuit du 5 au 6 décembre, la coutume veut que les enfants accrochent dans la cheminée des bas remplis de foin, d'avoine et de pain pour nourrir l'âne du saint évêque. On fête la Saint-Nicolas avec des biscuits à l'anis ou des pains d'épice à l'effigie du saint, qui fut archevêque de Myre, en Lycie, au IVe siècle. Le saint est aussi modelé en chocolat ou en sucre rouge soufflé. En Alsace, les boulangers le fêtaient jadis avec un pain spécial, le *männela* (littéralement « petit homme »).

SAINT-NICOLAS-DE-BOURGUEIL Vin AOC rouge ou rosé de Touraine, léger, fruité et floral, très proche du bourgueil et, comme lui, issu exclusivement du cabernet franc.

SAINT-PAULIN Fromage breton de lait pasteurisé de vache (42 % de matières grasses), à pâte pressée et à croûte lavée (**voir** tableau des fromages français page 496). Le saint-paulin se présente sous la forme d'une petite meule de 20 à 22 cm de diamètre et de 4 à 6 cm d'épaisseur. Dérivé des fromages de monastère et aujourd'hui fabriqué dans toute la France, il a une saveur douce et moelleuse.

SAINT-PÉRAY Vin AOC blanc produit sur la rive droite du Rhône, en face de Valence ; le saint-péray, élaboré selon la méthode champenoise de la fermentation secondaire en bouteilles, est un des meilleurs mousseux français (**voir** RHÔNE).

SAINT-PIERRE Poisson de roche côtier, de la famille des zéidés, de forme ovale, couleur bronze avec des reflets argentés, qui se caractérise par sa grosse tête, avec une énorme bouche et une mâchoire

inférieure proéminente ; ses nageoires sont épineuses, sauf la dorsale qui est prolongée par des filaments ; il porte de chaque côté du corps une grosse tache noire (voir planche des poissons de mer pages 820 et 821). Le saint-pierre, long de 30 à 50 cm, ne donne guère plus de 40 % de son poids en chair, mais c'est l'un des meilleurs poissons de mer : sa chair blanche et ferme se détache facilement et permet nombre d'apprêts braisés, sautés, cuits en papillote, grillés, etc. Il se cuisine comme le turbot ou la barbue, entre dans la bouillabaisse et les soupes de poisson... En Angleterre, il est appelé *john-dory,* déformation de l'un de ses surnoms français, « jean-doré ».

RECETTE DE GILBERT DROUELLE,
L'AUBERGE D'ERGAL, À JOUARS-PONTCHARTRAIN

saint-pierre grillé aux palets d'or

« Couper 8 rondelles de beurre demi-sel très froid de 30 g chacune et les paner deux fois ; les placer dans le réfrigérateur. Faire griller un saint-pierre. Avant de servir, plonger délicatement les rondelles de beurre dans de la friture. Dès qu'elles sont dorées, les égoutter sur un papier absorbant et les poser sur les portions de saint-pierre. Décorer le plat de persil frit. »

RECETTE DE LOUIS OUTHIER

saint-pierre à la rhubarbe

« Lever les filets d'un saint-pierre de 1,5 kg et les faire cuire à feu doux dans un peu de beurre, 1 min par face. Réserver au chaud. Ajouter dans le beurre de cuisson 150 g de rhubarbe épluchée et taillée en rondelles minces ; faire cuire 30 secondes. Ajouter 2 dl de crème fraîche et faire réduire de moitié. Saler, poivrer, ajouter un soupçon de sucre et une pincée de basilic ciselé. Mélanger et en napper les filets de poisson. »

SAINT-RAPHAËL Vin aromatisé préparé avec des mistelles vieillies deux ans en fût et coupées de vin rouge ou blanc à 15 % Vol. Ce mélange est ensuite parfumé par une infusion de racines et de plantes (écorce de quinquina, zestes de citron et d'orange amère, racine de Colombo, baies...) macérées dans de l'alcool. Il subit enfin une nouvelle période de vieillissement avant d'être traité au froid, filtré et mis en bouteilles.

SAINT-ROMAIN Vin AOC rouge ou blanc de la Côte de Beaune, robuste et fruité ; la partie de la récolte qui n'a pas droit à l'appellation est vendue comme « côte-de-beaune villages » (voir BOURGOGNE).

SAINT-SAËNS Nom donné, en hommage au célèbre compositeur français (1835-1921), à une garniture pour suprêmes de volaille, faite de petits beignets de truffe au foie gras, de rognons de coq et de pointes d'asperge, accompagnés d'une sauce suprême à l'essence de truffe.

SAINT-VÉRAN Vin AOC blanc du Mâconnais, issu du cépage chardonnay, produit par un vignoble limitrophe de celui du pouilly-fuissé (voir BOURGOGNE).

SAINT-VINCENT Fête du saint patron des vignerons (22 janvier), diacre et martyr espagnol, dont les restes auraient été transférés en Bourgogne, puis en Champagne. La Saint-Vincent était l'occasion de pantagruéliques « repas de cochon ». Elle est aujourd'hui célébrée en Bourgogne le troisième week-end de janvier, chaque année dans des villages différents, et prend le nom de « Saint-Vincent tournante ».

SAISIR Commencer la cuisson d'un aliment en le mettant en contact avec une matière grasse très chaude ou un liquide bouillant, afin de provoquer la coagulation instantanée des parties superficielles.

SAKÉ Boisson alcoolisée japonaise, titrant 14 ou 15 % Vol., fabriquée à partir de riz fermenté. Les grains, cuits à la vapeur, sont ensemencés avec des spores spécifiques. Soutiré, filtré et vieilli en fût, le saké est incolore et plutôt doux, avec un arrière-goût amer. Indissociable de la vie religieuse et sociale des Japonais, cette boisson existe depuis plus d'un millénaire.

■ **Emplois.** On distingue plusieurs types de saké : le *mirin,* utilisé surtout en cuisine, le *toso,* doux et épicé, avec lequel on fête le Nouvel An, et le *seishu,* qui est exporté en Occident. Le saké se boit tiède, voire chaud, dans des petits gobelets, en apéritif, ou avec le sashimi, des crudités, des grillades ou des fritures. Il est aussi très employé en cuisine, dans les apprêts de fruits de la mer. Dans les « bistrots à saké », réservés aux hommes, on le déguste en alternance avec de la bière.

SALADE Plat de crudités ou d'aliments froids, assaisonné d'une sauce froide, servi en hors-d'œuvre, en entrée ou avant le fromage.

• SALADES VERTES. Elles se préparent avec des légumes verts à feuilles. La plus courante est la laitue ; viennent ensuite la batavia, la romaine, la scarole, la chicorée frisée, l'endive, le pissenlit (voir planche des chicorées page 263) et le cresson, ainsi que les « petites salades » : mesclun, pourpier, roquette, mâche, trévise, raiponce, barbe-de-bouc et barbe-de-capucin. Ces salades vertes (qui se cuisinent aussi en légume) se servent en hors-d'œuvre ou avec certains plats comme les grillades, les omelettes, le poulet rôti ou la charcuterie, crues et généralement assaisonnées d'une vinaigrette, parfois aromatisée et additionnée de petits éléments (croûtons, lardons, fromage, échalote, ail, etc.).

• SALADES SIMPLES. Elles sont constituées d'un ingrédient de base, cru ou cuit, servi froid avec une sauce froide : ce sont les légumes, viandes et crustacés « en salade ».

• SALADES COMPOSÉES. Ces apprêts plus élaborés rassemblent des ingrédients divers, toujours bien assortis. Les salades composées peuvent faire intervenir des éléments simples ou très recherchés, mais toujours avec un sens du décor et de la couleur. La sauce d'accompagnement, en harmonie, ne doit pas masquer le goût des ingrédients. Ces salades se servent en entrée, mais aussi avec des rôtis chauds ou froids.

cervelas en salade → CERVELAS
figues au cabécou en coffret → FIGUE

salade Ali-Bab

Dans un saladier, disposer en dôme des crevettes à la mayonnaise aromatisées de fines herbes ciselées. Entourer de bâtonnets de courgette cuits à l'eau salée, de rondelles de patate douce cuites à l'eau, de quartiers d'œuf dur et de petites tomates épluchées, coupées en quatre et épépinées. Décorer avec des fleurs de capucine. Arroser de vinaigrette au moment de servir.

salade américaine

Garnir des coupes individuelles de feuilles de laitue. Ajouter dans chaque coupe 1 grosse cuillerée à soupe de dés d'ananas, 2 cuillerées à soupe de grains de maïs cuits à l'eau salée, 1 cuillerée à soupe de julienne de blanc de volaille pochée au blanc, 1 cuillerée à soupe de concombre pelé, épépiné et taillé en dés, 1 œuf dur coupé en quatre. Assaisonner de 2 cuillerées à soupe de vinaigrette relevée de ketchup et mélanger. Dresser en dôme. Ouvrir en fleur une petite tomate ronde et la placer au milieu.

salade aux anchois à la suédoise

Peler, couper en dés et citronner 500 g de pommes acidulées. Détailler en dés le même poids de betterave rouge cuite. Mélanger le tout avec une vinaigrette à la moutarde douce. Dresser en dôme et décorer de filets d'anchois dessalés, d'œuf dur (le blanc et le jaune étant hachés séparément) et de fines lamelles de champignon blanchies.

RECETTE D'ALAIN SENDERENS

salade d'avocat Archestrate

« Tailler en julienne le cœur d'un céleri-branche. Couper en dés 3 fonds d'artichaut (pochés à blanc et refroidis) et la pulpe de 3 tomates. Ouvrir 4 avocats en deux, retirer la pulpe en deux blocs, la détailler en tranches et la citronner. Assaisonner de vinaigrette, dresser dans un saladier, parsemer de fines herbes ciselées. »

salade de betterave à la scandinave

Peler des betteraves cuites au four et les couper en cubes de même grosseur. Éplucher des oignons, les couper en rondelles, défaire les anneaux. Faire durcir des œufs et les couper en quartiers. Ciseler du persil. Couper en tronçons des filets de hareng fumé doux ou des harengs sucrés scandinaves. Arroser les betteraves d'une vinaigrette bien relevée et en garnir le saladier. Décorer avec les harengs, les œufs durs et les oignons. Parsemer de persil ciselé.

salade de bœuf

Tailler en tranches de 5 mm d'épaisseur 250 g de bœuf bouilli. Couper 6 petites pommes de terre cuites à l'eau salée en rondelles fines ; les saler, les poivrer encore chaudes et leur ajouter 1,5 dl de vin blanc et 1 cuillerée à soupe d'huile. Retourner de temps en temps les pommes de terre pour qu'elles s'imprègnent bien de cette sauce. Tailler 3 ou 4 tomates en rondelles minces. Émincer 1 oignon très finement. Dans un saladier, dresser en dôme les pommes de terre, disposer tout autour les tranches de bœuf. Entourer avec les rondelles de tomate. Décorer avec l'oignon émincé et 1 cuillerée de cerfeuil haché. Assaisonner avec une vinaigrette relevée à la moutarde.

salade Carbonara

Cuire 10 min à gros bouillons 125 g de macaronis. Les égoutter et les mélanger immédiatement avec 1 cuillerée à soupe d'huile d'olive. Réserver. Préparer 1 bol de mayonnaise bien ferme et lui incorporer 1 cuillerée à café de moutarde forte, 1 demi-cuillerée à café de paprika et le jus d'un citron. Mélanger la mayonnaise aux macaronis refroidis dans une terrine ; ajouter 1 tasse de noisettes grossièrement hachées, 100 g de mimolette coupée en petits bâtonnets et 2 tasses de céleri-branche finement haché. Disposer quelques feuilles de laitue dans une grande coupe et y verser le mélange. Décorer avec des rondelles d'oignon doux et quelques noisettes entières.

salade de carotte à l'orange

Éplucher et râper 500 g de carottes. Peler à vif 4 oranges et couper la pulpe en petits dés. Éplucher et émincer finement 2 très gros oignons doux ; défaire les rondelles en anneaux. Dresser les carottes râpées en dôme dans un saladier, les arroser d'une vinaigrette au citron et ajouter les dés d'orange ; mélanger et décorer des anneaux d'oignon. Servir très frais.

RECETTE D'ANTONIN CARÊME

salade de cervelle de veau

« Vous dressez (les cervelles blanchies et refroidies) en couronne sur un plat, dont vous aurez garni le fond de laitue émincée et assaisonnée en salade. Garnissez de même de laitue le tour des cervelles, et ensuite d'une bordure élégante d'œufs durs ornés de cœurs de laitue et de filets d'anchois. Au moment de servir, vous masquez les cervelles de sauce mayonnaise à la ravigote. »

salade de chicorée aux lardons

Couper 250 g de poitrine fumée en très fins lardons et faire dorer ceux-ci au beurre. Nettoyer un beau pied de chicorée, la rincer, bien l'essorer. L'assaisonner d'une vinaigrette bien relevée, puis verser sur le dessus le contenu brûlant de la poêle, ainsi que de tout petits croûtons frits aillés. Mélanger au dernier moment.

salade de chou rouge

Retirer les grosses feuilles du tour d'un chou rouge, couper le légume en quatre et retirer la partie centrale blanche. Couper les quartiers en lanières de 5 mm de large, les blanchir 5 min, puis les rafraîchir et les éponger. Les mettre dans un saladier, les arroser de 2 dl de vinaigre de vin rouge bouillant, mélanger, couvrir et laisser macérer de 5 à 6 heures. Égoutter le chou et l'assaisonner de sel, de poivre et d'huile.

salade de choucroute à l'allemande

Bien laver 1 kg de choucroute crue, l'essorer, la démêler avec les mains. La mettre dans une casserole, y enfoncer 2 ou 3 gros oignons, saler, poivrer, couvrir de bouillon ou d'eau additionnée de 1 cuillerée à soupe d'huile. Cuire à petit feu 2 h 30, puis égoutter et laisser refroidir. Couper les oignons en dés, les ajouter à la choucroute. Presser celle-ci, l'assaisonner de vinaigrette et la dresser en dôme dans un plat creux. Garnir de quartiers d'œuf dur et de cubes de betterave cuite.

salade de concombre au yaourt

Peler un gros concombre, l'ouvrir en deux et l'épépiner. Tailler la pulpe en demi-tranches très fines, poudrer de 1 cuillerée à café de sel fin et laisser dégorger 30 min dans une passoire. Passer sous l'eau froide, bien éponger et mélanger avec 3 cuillerées à soupe de sauce au yaourt.

RECETTE DE ROBERT COURTINE

salade de coques aux fèves fraîches

« Faire ouvrir sur le feu les coques, extraire les noix de chair et les tenir au chaud. Dérober des fèves, les blanchir 5 min à l'eau salée, puis les rincer à l'eau froide. Verser dans un saladier chaud une vinaigrette enrichie d'herbes ciselées ; ajouter les fèves et les coques, puis remuer rapidement et servir. »

RECETTE DE GÉRARD VIÉ

salade de coquilles Saint-Jacques

« Nettoyer 1 cœur de laitue, 1/2 botte de cresson et 2 blancs de poireau ; émincer laitue et poireaux ; faire étuver le tout très doucement avec 2 cuillerées à soupe d'huile, du sel et du poivre pour obtenir un appareil bien réduit. Couper et presser 1 citron. Émincer les noix et le corail de 12 coquilles Saint-Jacques et les "saisir" tout juste à la vapeur. Déposer les noix émincées sur l'appareil tiède et arroser d'un peu d'huile d'olive et de jus de citron. »

salade de crudités

Nettoyer et laver 2 tomates, 3 branches de céleri, 1 fenouil et 1 laitue. Éplucher 1 betterave et la couper en petits dés. Couper 2 poivrons en deux, retirer les pépins et couper la pulpe en lamelles fines. Émincer également le fenouil et les branches de céleri ; couper les tomates en rondelles. Laver et hacher 1 petit bouquet de persil. Tapisser le fond d'un plat avec les feuilles de laitue et y déposer des bouquets faits avec le fenouil, la betterave, le céleri et les poivrons ; disposer au centre 10 olives vertes et noires, et entourer l'ensemble de rondelles de tomate. Arroser de vinaigrette et parsemer de persil ciselé.

salade demi-deuil

Cuire à l'eau 600 g de pommes de terre, les laisser tiédir, les peler et les couper en rondelles. Couper en julienne 100 g de truffe. Additionner de 1 cuillerée de moutarde 5 cl de crème fraîche, saler et poivrer. Décorer un saladier de feuilles de laitue assaisonnées à la vinaigrette. Y dresser les pommes de terre mélangées avec la sauce et parsemer de la julienne de truffes.

salade Du Barry

Cuire 12 min à la vapeur de petits bouquets de chou-fleur bien blanc. Les laisser refroidir et les dresser en dôme dans un saladier. Garnir de radis roses et de bouquets de feuilles de cresson. Arroser d'une vinaigrette au citron. Parsemer de fines herbes ciselées.

salade d'épinards

Nettoyer des épinards, les blanchir légèrement, les rafraîchir aussitôt, les égoutter, les éponger, les dresser dans un saladier. Les poudrer de jaune d'œuf dur haché et, éventuellement, de haddock poché effeuillé ou de noix de coquilles Saint-Jacques émincées.

RECETTE DE GUY ÉPAILLARD, LA ROCHELLE

salade de fruits de mer

« Rôtir et décortiquer 8 belles langoustines ; faire ouvrir et décortiquer 1 kg de moules et 1 kg de coques ; cuire 4 coquilles Saint-Jacques et les couper en lamelles ; cuire 1 tourteau et en émietter la chair. Laver une frisée blanche, un peu de pourpier et un cœur de laitue. Les mélanger et les assaisonner avec du vinaigre de vin, du sel, du jus de citron et de l'huile d'olive. Mettre la salade sur 4 assiettes. Assaisonner les fruits de mer et les parsemer au-dessus. Décorer chaque assiette de 2 pointes d'asperge et de lamelles d'avocat, assaisonnées, et de ciboulette, de persil et de cerfeuil, hachés. »

RECETTE DE MICHEL GUÉRARD

salade gourmande

« Cuire 180 g de haricots verts fins équeutés à grande eau bouillante salée, en les gardant al dente. Les sortir à l'aide d'une écumoire et les plonger 10 s dans de l'eau glacée, puis les égoutter. Cuire dans la même eau, de 5 à 6 min, 12 pointes d'asperge. Mélanger à l'aide d'un petit fouet du sel, du poivre, 1 cuillerée à café de jus de citron, 1 cuillerée à café d'huile d'olive, 1 cuillerée à café d'huile d'arachide, 1 cuillerée à café de vinaigre de xérès, 1 cuillerée à café de cerfeuil et 1 cuillerée à café d'estragon. Assaisonner séparément les haricots verts, les pointes d'asperge et 20 g de truffe coupée en rondelles. Disposer sur chaque assiette 1 belle feuille de salade. Y dresser en dôme les haricots verts additionnés d'un peu d'échalote hachée et y planter les pointes d'asperge. Détailler en fines escalopes 60 g de foie gras, les répartir harmonieusement sur les légumes et décorer des rondelles de truffe. »

▶ *Salade gourmande*
Recette de Michel Guérard



salade de haricots verts

Cuire les haricots verts en les maintenant un peu fermes ; les égoutter, les éponger, les plonger aussitôt dans l'eau froide pour interrompre leur cuisson et leur garder leur couleur. Les couper en deux et les laisser refroidir. Ajouter quelques petits oignons nouveaux coupés en quatre et une vinaigrette bien relevée. Mélanger et parsemer de persil ciselé.

RECETTE DE GÉRARD BOYER

salade de homard breton

« Cuire 7 min au court-bouillon 2 homards bretons de 600 à 700 g. Éplucher et laver 100 g de courgettes, 90 g d'aubergines, 10 g de piment, 50 g de poivron rouge, 50 g de poivron vert et 50 g de poivron jaune. Les tailler en très fine mirepoix et les cuire séparément à l'huile d'olive. Les mélanger, les laisser refroidir dans le réfrigérateur et les mouler en darioles. Cuire à la grecque 4 petits violets, puis les farcir d'un salpicon de patte de homard et d'une matignon de céleri, ciboulette et basilic. Assaisonner 120 g de haricots verts, 20 g de julienne de céleri et 20 g de julienne de champignon de Paris avec une vinaigrette préparée avec du vinaigre de xérès, de l'huile d'olive, de l'estragon, du basilic et de la ciboulette. Laisser infuser les carcasses de homard 1 heure dans 1/2 litre de la cuisson des crustacés. Passer ce fumet au chinois, puis le faire réduire de moitié. Quand il est froid, lui incorporer de la mayonnaise, puis l'émulsionner avec 5 cl d'huile d'olive et 3 cl d'huile de tournesol, puis ajouter 2 cl de xérès. Napper les assiettes de sauce. Disposer audessus les haricots verts en buisson. Mettre de part et d'autre des escalopes de queue de homard et, en haut, une dariole de ratatouille et un violet farci. Décorer de losanges de tomate et de billes d'avocat. »

salade de lentilles tiède

Cuire 1 kg de lentilles en les gardant un peu fermes. Blanchir 250 g de lardons de poitrine fraîche, les égoutter et les dorer au beurre. Préparer une vinaigrette en y ajoutant 1 cuillerée à soupe de vin rouge et un peu d'échalote hachée. Égoutter les lentilles, les verser dans un plat creux chauffé. Ajouter les lardons, arroser de vinaigrette et parsemer de persil ciselé.

salade Montfermeil

Cuire 500 g de salsifis dans un blanc et 250 g de pommes de terre à l'eau. Faire durcir 2 œufs, les rafraîchir et les écaler. Laver et ciseler 1 petit bouquet de persil et quelques branches d'estragon ; hacher grossièrement les œufs durs et les mélanger avec les herbes. Couper en petits dés le contenu d'une boîte de fonds d'artichaut et les mettre dans un saladier ; ajouter les pommes de terre coupées en petits dés et les salsifis en tronçons. Arroser d'une vinaigrette à la moutarde blanche et parsemer du hachis d'œuf dur.

RECETTE DU RESTAURANT *LE JARDIN DE PERLEFLEURS*, À BORMES-LES-MIMOSAS

salade niçoise

« Effeuillez et lavez 1 laitue ou 100 g de mesclun. Lavez et coupez 10 tomates moyennes très fermes en 8 quartiers égaux. Mettez-les au réfrigérateur dans une passoire, sur une assiette, saupoudrées de sel pour qu'elles perdent leur eau. Faites durcir 6 œufs, refroidissez-les, écalez-les et coupez-les en quartiers. Épluchez et émincez 2 cébettes. Lavez 6 anchois au sel et levez les filets. Rincez 1 poivron, épépinez-le et coupez-le en fines lanières. Lavez 3 branches de céleri avec leurs feuilles, essorez-les et coupez-les en brunoise. Émincez les fonds de 3 artichauts de Provence après les avoir citronnés. Mettez au fond d'un plat creux (surtout pas un saladier) quelques feuilles de salade, une couche de tomates, des tranches d'artichaut, quelques lanières de poivron, des miettes de thon, 1 pincée de céleri et 1 de cébette. Recommencez jusqu'à épuisement des ingrédients. Préparez une vinaigrette avec de l'huile, du vinaigre et du poivre du moulin. Assaisonnez la salade, remuez-la et rajoutez éventuellement un peu de sel. Disposez les quartiers d'œuf et les anchois enroulés autour d'une olive. Décorez de quelques olives. »

RECETTE DU RESTAURANT *APICIUS*, JEAN-PIERRE VIGATO, À PARIS

salade d'oreilles de cochon confites

« Blanchir les oreilles de cochon, les rafraîchir et bien les essuyer. Les mettre dans une cocotte avec du saindoux, 2 oignons, 2 clous de girofle, du thym et du laurier, et les confire, en les couvrant de papier d'aluminium, de 3 à 4 heures, au bain-marie, dans le four préchauffé à 150 °C. Les découper et les détailler en lanières de 5 mm de large. Les faire sauter dans un peu du saindoux de cuisson jusqu'à ce qu'elles soient bien croustillantes, ajouter une pointe d'ail, du persil haché, de la ciboulette ciselée et un peu de chapelure. Dresser sur une salade assaisonnée au vinaigre de xérès. »

RECETTE DE JOËL ROBUCHON

salade pastorale aux herbes

« Préparer une vinaigrette en fouettant du sel avec 1,2 cl de vinaigre de vin vieux et 1,2 cl de vinaigre de xérès, puis en ajoutant 8 cl d'huile d'arachide, du poivre et 20 g de jus de truffe. Laver et préparer 20 g de frisée, 20 g de feuille de chêne, 20 g de lollo rossa, 20 g de trévise, 20 g de batavia, 20 g de mesclun de Nice, 20 g de mâche,20 g de roquette, 10 g de cresson, 8 g de marjolaine, 10 g de cerfeuil, 10 g de basilic, 10 g de persil plat, 8 g de sauge, 10 g d'aneth, 10 g d'estragon, 4 petites feuilles de menthe et 4 petites

feuilles de céleri. Mettre les herbes et les salades, en réservant le céleri et la menthe, dans un saladier, et les mélanger en soulevant. Ajouter 10 g de truffe hachée, remuer encore, puis ajouter la vinaigrette. Remuer doucement pour bien enrober les feuilles. Dresser en dôme sur des assiettes. Parsemer les salades pastorales d'un peu de truffe hachée. Poser en haut de chaque assiette une feuille de céleri et une feuille de menthe. Arroser à la fourchette de quelques gouttes de vinaigre de vin vieux. »

RECETTE DE BERNARD PACAUD

salade de perdrix au chou

« Éplucher 1 gros chou frisé, bien pommé, l'effeuiller et retirer les grosses côtes. Le laver à grande eau et le blanchir 5 min à l'eau bouillante salée. Le rafraîchir et l'égoutter. Plumer 6 perdrix ; les vider en mettant les foies de côté, puis les couper en quatre : on n'utilise que les ailes, les cuisses pouvant servir pour une terrine. Désosser les ailes, les saler et les poivrer. Nettoyer avec un torchon humide 500 g de petits cèpes, sains et très fermes ; les émincer grossièrement. Faire revenir 6 tranches de poitrine de porc dans une sauteuse, ajouter les ailes de perdrix et les foies. Faire cuire 6 min, puis ajouter les cèpes. Couvrir la sauteuse et laisser étuver 5 min, puis retirer tous les éléments et réserver au chaud. Déglacer la sauteuse avec 1 dl de vinaigre de xérès, ajouter du poivre concassé, laisser réduire, puis monter la sauce avec 1 dl d'huile de noisette. Passer les feuilles de chou dans cette cuisson et en masquer le plat de service, poser dessus les tranches de poitrine, les ailes, les foies et les cèpes, puis parsemer de ciboule ciselée. »

RECETTE DE GÉRARD VIÉ

salade de petits navets nouveaux

« Éplucher 1 kg de petits navets nouveaux, ronds et frais. Les couper en quatre. Les blanchir 6 min à l'eau bouillante, les égoutter, puis les faire cuire dans un bouillon, de poule de préférence, pendant 10 min environ. Les égoutter et les laisser refroidir, puis les parsemer de fines herbes ciselées. Ajouter des lamelles de haddock poché au lait (1 tiers de haddock pour 2 tiers de navets) et assaisonner d'huile d'olive et de vinaigre. »

salade de pissenlit au lard

Laver 250 g de feuilles de pissenlit et les essorer. Couper 150 g de poitrine de porc fraîche ou fumée en dés ; les dorer à la poêle. Préparer une vinaigrette avec 1 cuillerée à café de vinaigre blanc, 2 cuillerées à soupe d'huile, du sel et du poivre. Ajouter le pissenlit et remuer. Verser 1 cuillerée à soupe de vinaigre sur les lardons, remuer à la cuillère de bois, gratter le fond de la poêle et mettre sur le pissenlit le lard fumant.

RECETTE DE PHILIPPE BRAUN, RESTAURANT *LAURENT*, À PARIS

salade de pommes de terre et pieds de porc truffés

« La veille, couper en petits cubes 50 g de jarret de porc, 25 g de foie de porc, 75 g de gorge de porc et 25 g de langue écarlate ; les assaisonner et les réserver dans une boîte hermétique au réfrigérateur. Passer les viandes deux fois au hachoir à viande, grille n° 8, et travailler le hachis à la spatule en y ajoutant 1/2 œuf, 50 g de truffe hachée, 1 g de mignonnette de poivre noir, puis y incorporer 500 g de pieds de porc pochés, désossés, émincés et tiédis. Avec cet appareil, confectionner 2 rouleaux de 350 g chacun et de 4 cm de diamètre, en les enfermant dans du film alimentaire. Peler 1 kg de pommes de terre belles de Fontenay cuites en robe des champs et les trancher en rouelles de 4 mm d'épaisseur. Procéder de même avec les saucissons de pied de porc. Parer toutes ces rouelles avec un emporte-pièce de 35 mm de diamètre, puis les passer dans une vinaigrette préparée avec 2,5 dl d'huile parfumée à la truffe, 5 cl de vinaigre de vieux vin rouge, 5 cl de vinaigre de xérès et 7 g de sel. Dresser en rosace au centre de chaque assiette en intercalant pommes de terre et viande. Parsemer de ciboulette et de truffe hachée. »

RECETTE DU RESTAURANT *FELLINI*, À PARIS

salade de poulpe

« Vider un poulpe de roche et le plonger dans une casserole remplie d'eau bouillante avec un bouchon de liège qui, selon la tradition, attendrira sa chair. Poivrer et laisser frémir 20 min. Vérifier la cuisson avec une fourchette, puis égoutter le poulpe et le laisser refroidir. En conservant la peau, couper le mollusque en tronçons de 1 cm d'épaisseur. Verser dans un saladier 3 cuillerées à soupe d'huile d'olive, 2 gousses d'ail, du persil plat et du poivre. Y ajouter les morceaux de poulpe, mélanger soigneusement, puis mettre au frais 30 min avant de servir. »

salade Rachel

Nettoyer, effiler et tailler en tronçons du céleri-branche ; cuire à l'eau salée des fonds d'artichaut et des pommes de terre, puis les tailler en dés. Mélanger les légumes en proportions égales et les assaisonner avec une mayonnaise relevée. Dresser en dôme dans un saladier et garnir de pointes d'asperge cuites à l'eau salée.

RECETTE D'ALAIN SENDERENS

salade de raie

« Faire bouillir une eau vinaigrée avec du poivre et du thym. Y faire pocher 1 aile de raie de 800 g pendant 6 à 8 min. Assaisonner du mesclun avec 1 cuillerée à soupe de vinaigre de vin, 3 cuillerées à soupe d'huile d'olive,

2 échalotes coupées fin et des fines herbes ciselées, du sel et du poivre. Le tenir devant le four pour le tiédir. Quand la raie est cuite, l'éplucher, la détailler en filaments et ajouter ceux-ci à la salade. Hacher finement le zeste de 1 citron et 2 tomates concassées. Les parsemer régulièrement sur la salade, mélanger le tout et servir. »

salade reine Pédauque

Mélanger 2 dl de crème fraîche épaisse, 2 cuillerées à soupe d'huile, 1 cuillerée à café de moutarde, 2 cuillerées à soupe de jus de citron, 1 cuillerée à café de paprika et du sel. Napper de ce mélange une couronne de 12 cœurs de laitue en quartiers, dressés dans un plat rond. Garnir le centre d'une chiffonnade de laitue assaisonnée d'une vinaigrette classique et parsemée de grosses cerises fraîches dénoyautées. Placer au milieu de chaque cœur de laitue ouvert en quatre 1 tranche d'orange pelée à vif.

salade au roquefort ou à la fourme d'Ambert

Écraser 50 g de roquefort ou de fourme, y incorporer 1 petit-suisse et 2 cuillerées à soupe de crème fraîche ; ajouter quelques gouttes de tabasco, 1 cuillerée à café de cognac, très peu de sel, du poivre à volonté ; bien mélanger. Napper la salade de cette préparation et la remuer au moment de servir.

RECETTE DE GÉRARD VIÉ

salade de sandre aux girolles

« Éplucher et laver 700 g de girolles, les émincer et les faire sauter vivement dans 1 dl d'huile d'olive, avec du sel et du poivre. Les égoutter. Faire tiédir 2 cuillerées à soupe de vinaigrette avec 2 cuillerées de crème ; jeter les girolles dans cette préparation, avec une julienne de légumes étuvée au beurre, faite avec 1 carotte, 1/4 de céleri-rave, 100 g de haricots verts et 1 navet. Cuire 4 filets de sandre de 200 g chacun dans le four préchauffé à 180 °C, avec du sel et du poivre. Les servir avec le ragoût de girolles, en versant, au dernier moment, quelques gouttes de vinaigre sur chaque filet. »

RECETTE D'ANDRÉ BESSON,
RESTAURANT *LALOUX*, À MONTRÉAL

salade de têtes de violon et crevettes de Matane

« Cuire 600 g de têtes de violon (crosses de fougère) 3 min à l'eau bouillante salée. Faire blondir 1 oignon moyen haché dans 10 cl d'huile d'olive extravierge. Ajouter 6 tomates bien mûres pelées, épépinées et concassées. Cuire 5 min sur feu vif en remuant. Déglacer avec 5 cl de vinaigre de xérès. Laisser réduire 3 min, assaisonner. Mettre ces tomates acidulées dans une poêle antiadhésive. Ajouter 50 g de crevettes de Matane décortiquées et faire tiédir sur feu doux. Ajouter 1/2 botte de ciboulette ciselée et dresser au centre des assiettes. Entourer d'une couronne de têtes de violon. Décorer avec 150 g de crevettes non décortiquées. Napper d'une sauce vierge préparée avec 25 cl d'huile d'olive extravierge, le jus de 2 citrons, du sel et du poivre, et servir aussitôt. »

salade de topinambours aux noisettes

Peler des topinambours et les cuire 10 min dans du vin blanc salé. Les égoutter et les couper en tranches. Les verser dans un saladier, les assaisonner d'huile, de moutarde et de jus de citron. Concasser des noisettes et les éparpiller sur les topinambours.

RECETTE DE LUCIEN VANEL

salade toulousaine

« Lever des boules dans la pulpe d'un melon moyen avec une cuillère parisienne. Faire cuire 2 fonds d'artichaut dans de l'eau citronnée pour qu'ils ne noircissent pas ; les rafraîchir et les tailler en lamelles. Émincer finement le blanc et le vert d'un poireau très tendre ; tailler en julienne 1 tranche épaisse de jambon blanc. Mélanger tous ces ingrédients. Préparer une vinaigrette bien relevée, additionnée de persil, de ciboulette et de sauge, ciselés, et la lier de 1 cuillerée à café de crème fraîche. Assaisonner la salade et la remuer délicatement. Disposer dans chaque assiette une grande feuille d'épinard cru, lavée et épongée ; répartir la salade assaisonnée et, en dernier lieu, râper dessus un peu de gingembre frais. »

salade de volaille à la chinoise

Détailler en julienne 200 g de chair de canard (avec la peau s'il est rôti). Faire tremper 30 min à l'eau tiède 7 ou 8 champignons noirs et 2 ou 3 champignons parfumés. Les rincer, les éponger et les couper en quatre. Ébouillanter 500 g de germes de soja, les rafraîchir aussitôt sous l'eau froide et les éponger. Préparer une sauce d'assaisonnement en mélangeant 1 cuillerée à café de moutarde, autant de sucre, 1 cuillerée à dessert de ketchup, 1 cuillerée à soupe de sauce soja, autant de vinaigre, 1 pincée de poivre noir, 1/2 cuillerée à café de gingembre en poudre, 1 pincée de thym et autant de laurier en poudre, 1 petite gousse d'ail écrasée, 3 cuillerées à soupe d'huile de sésame et, éventuellement, 1 cuillerée à soupe d'alcool de riz (ou de cognac). Mélanger la chair de canard, les champignons et les germes de soja ; les assaisonner avec la sauce. Dresser dans un saladier et parsemer, au moment de servir, avec 1 cuillerée à dessert de coriandre ciselé.

truites saumonées en salade → TRUITE

▶

Salade de têtes de violon et crevettes de Matane
Recette d'André Besson



SALADE DE FRUITS Entremets froid composé de plusieurs fruits (entiers s'ils sont petits, coupés diversement s'ils sont plus gros), généralement aromatisés d'un sirop parfumé, souvent à l'eau-de-vie ou à la liqueur. Les fruits, exotiques ou européens, peuvent être crus, voire séchés et réhydratés, ou encore pochés et refroidis. Les salades de fruits sont parfois associées à des glaces et à des sorbets aux fruits ou à la vanille.

salade exotique au citron vert

Peler à vif un ananas bien mûr et couper la pulpe en dés. Éplucher et dénoyauter 3 mangues ; couper la pulpe en lamelles. Peler 3 bananes, les couper en rondelles et les rouler dans du jus de citron vert, sans les laisser tremper. Mettre tous ces éléments dans un saladier, poudrer de 3 ou 4 cuillerées à soupe de sucre cristallisé et mettre au réfrigérateur 3 heures au moins avant de servir.

RECETTE DE JEAN FLEURY,
RESTAURANT *PAUL BOCUSE*, À LYON

salade d'oranges maltaises aux zestes confits

« Préparer un sirop avec 250 g de sucre, 20 cl de sirop de grenadine, 25 cl d'eau et le jus de 1 citron. Bien laver 3 kg d'oranges maltaises et les éplucher, en gardant la peau blanche sur les fruits. Tailler les zestes en fine julienne. Les confire 1 heure dans le sirop, à petits frémissements. Les laisser refroidir dans leur cuisson, puis les réserver au frais. Peler les oranges à vif. Mettre les segments dans un saladier. Mouiller à hauteur avec le sirop des zestes. Décorer la salade d'oranges des zestes confits. Servir aussitôt. »

salade de poires et de pêches aux framboises

Éplucher 4 poires et 4 pêches ; couper la pulpe en dés et les mettre dans un saladier avec le jus de 1 citron ; poudrer de 3 cuillerées à soupe de sucre cristallisé. Nettoyer 200 g de framboises, les ajouter dans le saladier et mettre au frais 3 heures au moins. Mélanger au moment de servir, très délicatement.

SALADE RUSSE Macédoine de légumes liée à la mayonnaise et à laquelle on peut ajouter poisson ou viande. On peut diversifier ses ingrédients, l'essentiel étant que ceux-ci soient suffisamment variés et que l'assaisonnement soit relevé.

salade russe

Cuire à l'eau et tailler en très petits dés des pommes de terre, des carottes et des navets ; cuire à l'eau et tailler en petits tronçons des haricots verts ; mélanger le tout en proportions égales et ajouter des petits pois bien égouttés. Lier de mayonnaise et dresser en dôme dans un saladier. Décorer d'une julienne de langue écarlate et de truffe, et ajouter au centre des petits dés de chair de homard ou de langouste.

SALADIER Récipient creux sans anse, légèrement évasé, classiquement accompagné d'un couvert assorti, utilisé pour servir la salade.

SALAGE Procédé de conservation appliqué essentiellement au porc et à certains poissons, parfois associé au fumage ou au séchage. Cette technique très ancienne, largement utilisée par les Romains, connut au Moyen Âge un très grand développement. Aujourd'hui, le salage au sel sec ou en saumure concerne des aliments spécifiques.

- ANCHOIS. Une fois nettoyés, les poissons sont mis à maturer dans du sel de six à huit mois.
- HARENGS, SPRATS, SAUMONS ET ANGUILLES. Les poissons sont salés au sel ou en saumure, puis fumés.
- MORUE. Les poissons sont ouverts en deux, mis à plat et désarêtés, puis empilés entre des couches de sel additionné d'anhydride sulfureux, qui garde sa blancheur à la chair. Le salage dure au moins trente jours.
- JAMBONS. Les jambons crus et le bacon sont frottés de sel sec nitrité (traitement parfois complété par une injection de saumure nitritée), puis entassés dans des saloirs. L'exsudation d'eau forme une saumure sursaturée, dans laquelle les pièces sont déplacées tous les dix à quinze jours ; le salage dure de quarante à soixante jours. Les jambons cuits sont mis dans des cuves et recouverts d'une saumure, où ils restent de trente à quarante jours, entre 3 et 5 °C. Le bœuf et la langue peuvent aussi être salés.
- FRUITS ET LÉGUMES. Le salage s'applique parfois aux haricots verts, aux fines herbes, mais surtout à la choucroute, sans oublier les cacahouètes, les amandes, les noix et les noisettes.
- FROMAGES. Le salage constitue une opération importante dans la fabrication des fromages. Il accélère l'égouttage des pâtes molles, poudrées à la main, et provoque la formation de la croûte des pâtes pressées cuites et non cuites, immergées dans de la saumure ; plus le salage est renouvelé, plus la croûte épaissit et devient dure. Certains fromages frais sont salés en proportions variables (demi-sel) ou conservés dans une saumure légère (fromages de chèvre ou de brebis des pays méditerranéens).

SALAISON Action de saler un aliment pour le conserver et, par extension, cet aliment lui-même (viande ou poisson), qu'il ait été traité par le sel sec ou par la saumure.

SALAMANDRE Appareil de cuisson à l'électricité ou au gaz, à plafond rayonnant, utilisé par les professionnels pour faire glacer, gratiner ou caraméliser certains mets salés ou sucrés. Le gril du four, utilisé avec la porte entrouverte, peut tenir lieu de salamandre.

SALAMI Produit de la charcuterie italienne assez proche du saucisson sec, mais de plus gros diamètre, fait d'un hachage assez fin de porc (ou d'un mélange de viandes), avec une proportion abondante de gras, régulièrement réparti en grains de grosseur variable (voir tableau des saucissons page 957). En Italie, il existe plusieurs appellations d'origine de salami : *salame*

milanese, fiorentino, di Felino, di Fabriano, di Secondigliano, calabrese, etc. La pâte peut être aromatisée au vin rouge, fumée, épicée de fenouil, de persil ou d'ail, ou relevée d'un hachis de piment ; on trouve aussi du salami d'oie ou de sanglier.

En France, le salami de Strasbourg (ou saucisson d'Alsace) est souvent fait de bœuf (pour le maigre) et de porc (pour le gras), fumé et de diamètre réduit.

On prépare également des salamis en Allemagne, en Autriche, en Suisse, au Danemark, en Hongrie, etc. Les salamis les plus connus sont danois (pâte fortement colorée, salée et fumée) et hongrois (coloré au paprika, fumé, parfois sous boyau de cheval ou de bœuf).

Ces charcuteries se servent en hors-d'œuvre froid, souvent dans un assortiment de produits variés, en tranches très fines ; le salami peut aussi garnir des sandwichs, des canapés ou même la pizza.

SALAMMBÔ Petit gâteau en pâte à choux, fourré de crème pâtissière au kirsch. La pâte est dressée en forme de gros œuf et cuite au four ; une fois l'intérieur garni, on glace le dessus au fondant vert, en parsemant une extrémité de vermicelle en chocolat.

SALÉ Qualificatif employé pour désigner la saveur spécifique ressentie dans la bouche au contact du sel de cuisine. Le salé est, avec le sucré, l'amer et l'acide, une des quatre saveurs fondamentales.

Il est difficile de trouver du goût aux aliments non salés, le sel étant d'ailleurs probablement le plus ancien assaisonnement connu. Il est en outre utilisé depuis très longtemps comme conservateur des viandes et des poissons (voir SALAGE).

SALÉE Pâtisserie sucrée de la Suisse romande, à base de pâte levée en forme de galette, garnie au centre de crème et de beaucoup de sucre.

SALEP Fécule extraite des tubercules d'une variété d'orchidée, utilisée comme le tapioca ou le sagou. Au Moyen-Orient, le salep, cuit à l'eau ou au lait, se transforme en gelée et sert à préparer des entremets. Connu en France depuis le XVII[e] siècle, il n'est presque plus utilisé en cuisine, mais on le trouve dans certaines épiceries exotiques sous le nom de « sahlab » ou « saleb ».

On donne le nom de « salep des Indes occidentales » à l'arrow-root et celui de « salep des pauvres gens » à la fécule de pomme de terre.

SALERS Fromage auvergnat AOC de lait cru de vache (45 % de matières grasses), à pâte ferme, deux fois pressée, et à croûte naturelle brossée, brun grisâtre (voir tableau des fromages français page 496). Le salers fermier, voisin du laguiole et du cantal, se présente sous la forme d'un cylindre de 38 à 48 cm de diamètre et de 45 cm d'épaisseur, et pèse de 30 à 40 kg. Il a une saveur prononcée et fruitée.

SALICORNE Petite plante charnue, de la famille des chénopodiacées, gonflée d'un suc salé, qui pousse sur les côtes de l'Atlantique, de la Manche et jusqu'en Norvège, mais aussi en Camargue (voir tableau des plantes marines page 808). La salicorne, ou « corne salée », se récolte à la mi-juillet : ses extrémités tendres et bien vertes se consomment en salade ou cuites comme des haricots verts ; confites au vinaigre, elles servent de condiment comme les cornichons.

SALIÈRE Petit récipient utilisé pour présenter le sel fin à table. À l'origine, les salières étaient de simples morceaux de pain évidés ; puis apparurent les salières en argent, pièces d'orfèvrerie, fermées parfois à clef, tant l'ingrédient qu'elles renfermaient était précieux.

SALINITÉ Quantité de sel contenue dans un liquide (vin ou eau). La salinité est indiquée sur les étiquettes des bouteilles d'eau.

SALMIS Ragoût de gibier. Le mot, qui est une abréviation de « salmigondis », s'applique essentiellement à la bécasse, au canard sauvage, au faisan et au perdreau, mais aussi par extension au canard domestique, au pigeon ou à la pintade.

salmis de bécasse

Plumer et flamber 2 bécasses ; les trousser et les faire rôtir aux deux tiers dans le four préchauffé à 240 °C. Chauffer 50 g de beurre dans une sauteuse ; ajouter 1 carotte et 1 oignon taillés en mirepoix, 1 pincée de thym, 1 pincée de laurier et cuire doucement 15 min à couvert. Saupoudrer de 1 grosse pincée de poivre concassé et retirer du feu. Couper chaque bécasse en quatre, ailes et cuisses, puis retirer la peau et les os des carcasses. Mettre les morceaux dans une casserole plate (pouvant aller à table), couvrir et tenir au chaud. Hacher la peau et concasser les os ; les ajouter à la mirepoix avec le jus qui a coulé des carcasses. Bien remuer à la cuillère de bois pendant 4 à 5 min. Mouiller alors avec 2 dl de vin blanc sec et 4 dl de fond de veau brun lié ; porter à ébullition et laisser mijoter 15 min. Nettoyer 150 g de très petits champignons de Paris et les cuire 10 min à couvert avec le jus de 1/2 citron, 2 cuillerées à soupe d'eau et 1 pincée de sel. Les égoutter et les ajouter aux morceaux de gibier, puis flamber avec 1 verre à liqueur de cognac chauffé. Tenir au chaud. Passer la sauce au chinois en pressant bien les carcasses, la lier avec 1 cuillerée à dessert de beurre manié et la verser brûlante sur la viande. Décorer de triangles de pain de mie frits au beurre.

salmis de faisan → FAISAN

SALOIR Récipient utilisé pour le salage de la viande de porc. Le saloir, qui était autrefois un grand baquet de bois, est aujourd'hui un bac en ciment, en grès ou en matière plastique.

SALON DE THÉ Établissement où l'on consomme du thé, du chocolat, du café, des boissons non alcoolisées, des gâteaux et parfois certains apprêts de pâtisserie salée ou d'œufs, des salades, des sandwichs, des croque-monsieur, etc., dans l'après-midi ou au moment

du déjeuner. En Grande-Bretagne, en Allemagne, en Autriche et en Belgique, la fréquentation des salons de thé est une pratique beaucoup plus répandue qu'en France, et cela dès le début de la matinée.

SALONS ET EXPOSITIONS CULINAIRES

Manifestations qui consistent à présenter matériels, produits et services nouveaux dans le domaine de l'alimentation. Jusqu'en 1914, Paris connut deux événements concurrents : le Salon culinaire et l'Exposition internationale d'alimentation et d'hygiène, qui proposaient surtout des apprêts de grand apparat, très décoratifs.

Aujourd'hui se tient chaque année le très important Salon international de l'alimentation (SIAL). Depuis 1933, Montréal accueille tous les ans le Grand Salon d'art culinaire du Québec, qui est l'une des plus vieilles manifestations de ce genre en Amérique du Nord.

SALPÊTRE Nom usuel du nitrate de potassium, utilisé comme agent de conservation. Le salpêtre se présente sous la forme de petits cristaux blancs, que l'on obtenait autrefois en grattant les murs des caves et des celliers, et qui sont aujourd'hui fabriqués industriellement. C'est un puissant bactéricide, employé depuis très longtemps pour la conservation des produits alimentaires (charcuteries et viandes surtout), dont il fixe en outre la couleur. Il est associé au sel dans toutes les saumures, additionné de deux fois au moins son poids de sucre, car il a une saveur très âcre ; il intervient aussi dans le salage du beurre. Son emploi est soumis à une réglementation très stricte.

SALPICON Préparation composée d'éléments coupés en petits dés, liés d'une sauce s'il s'agit d'un salpicon de légumes, de viande, de volaille, de gibier, de crustacés, de poissons ou d'œufs, et d'un sirop ou d'une crème s'il s'agit d'un salpicon de fruits.

Les salpicons salés s'emploient pour garnir barquettes, bouchées, caisses, canapés, cassolettes, croustades, croûtes, dartois, mazagrans, petits pâtés, rissoles, tartelettes et timbales. On les utilise aussi pour préparer côtelettes composées, cromesquis et croquettes, et pour farcir ou pour garnir gibiers, œufs, pièces de boucherie, poissons et volailles.

Les salpicons de fruits se préparent avec des fruits frais, crus, cuits au sirop ou confits, souvent macérés dans une liqueur, et servent à garnir divers entremets et pâtisseries (brioches, coupes glacées, crêpes, croûtes, gâteaux de riz ou de semoule, génoises, etc.).

salpicon à l'américaine

Détailler de la chair de langouste ou de homard en dés, et lier à chaud de sauce américaine.

salpicon à la bohémienne

Couper en dés du foie gras et des truffes. Faire réduire de la sauce madère, y ajouter de l'essence de truffe et en lier le salpicon ; ajouter éventuellement des oignons coupés en dés, étuvés au beurre, et poudrer de paprika.

salpicon à la cancalaise

Pocher des huîtres et les mélanger à de fines lamelles de champignon cru, de préférence sauvage, macérées dans du jus de citron ; les lier à chaud de sauce normande ou de velouté de poisson.

salpicon à la cervelle

Pocher des cervelles d'agneau, les détailler en dés et les lier à chaud de sauce allemande, de béchamel ou de velouté.

salpicon chasseur

Couper en dés et faire sauter vivement au beurre un mélange en proportions égales de foies de poulet et de champignons de couche. Lier à chaud de sauce chasseur bien réduite.

salpicon de crêtes de coq

Détailler en dés, plus ou moins gros suivant l'utilisation finale, des crêtes de coq cuites au blanc. Les chauffer dans du madère (ou tout autre vin de liqueur). Lier de quelques cuillerées de velouté de volaille, de sauce blanche ou madère très réduite.

salpicon Cussy

Tailler en dés du ris de veau braisé à blanc, de la truffe et des champignons étuvés au beurre. Lier ce salpicon de sauce madère très réduite.

salpicon au poisson

Pocher des filets de poisson, les détailler en dés et les lier à chaud de sauce béchamel, normande ou au vin blanc, ou, à froid, de vinaigrette ou de mayonnaise.

salpicon à la royale

Tailler en salpicon 3 cuillerées de champignons et 1 cuillerée de truffe. Faire étuver au beurre les champignons, puis ajouter la truffe et 4 cuillerées de purée de volaille. Bien mélanger et utiliser comme garniture de bouchées ou de barquettes.

salpicon à la viande

Couper de la viande de desserte de bœuf, de veau, de mouton ou de porc en petits dés et lier de sauce blanche ou brune.

soles soufflées au salpicon de crustacés → SOLE

SALSIFIS Nom donné en cuisine à la racine de deux plantes de la famille des composées : celle du salsifis vrai, blanche, conique et allongée, plus ou moins garnie de radicelles, et celle du salsifis noir, ou scorsonère, noire, cylindrique, longue et nette, pratiquement la seule cultivée. Les deux racines, vendues en hiver, ont la même saveur, assez affirmée, un peu amère, et une chair fondante ; elles s'apprêtent de la même façon, surtout comme garniture de viande blanche.

Le salsifis sauvage, dit « barbe-de-bouc », pousse dans les prés un peu humides. Ses jeunes pousses se mangent en salade et comme les épinards ; ses racines sont cuisinées comme celles de la scorsonère.

salsifis : préparation et cuisson
Bien laver les salsifis et les laisser tremper 1 heure à l'eau froide pour faciliter l'épluchage. Les peler au couteau économe, les diviser en tronçons de 7 à 8 cm et les plonger au fur et à mesure dans une eau citronnée ou vinaigrée. Les cuire de 1 heure à 1 h 30 dans un blanc à légumes bouillant, à couvert et à petite ébullition, puis les égoutter et les éponger. Les conserver éventuellement un jour ou deux dans une jatte remplie d'eau, dans le réfrigérateur.

beignets de salsifis → BEIGNET

RECETTE DE PAUL ET JEAN-PIERRE HAEBERLIN

salsifis au gratin
« Laver, éplucher et tronçonner 1 kg de salsifis. Les plonger dans une eau citronnée, puis les faire cuire 1 heure dans un blanc salé. Les égoutter soigneusement. Faire fondre au beurre 2 échalotes hachées. Verser dessus 1/2 litre de crème et laisser réduire pour que la crème soit onctueuse. Ajouter les tronçons de salsifis et donner un bouillon. Saler, poivrer et verser dans un plat à gratin. Poudrer de gruyère râpé et de chapelure et faire gratiner 20 min dans le four préchauffé à 250 °C. »

salsifis au jus
Laver, éplucher et cuire les salsifis ; les arroser de jus de veau blond peu lié ou de jus de viande. Laisser mijoter de 15 à 20 min dans le four préchauffé à 180 °C.

salsifis à la polonaise
Cuire les salsifis au blanc, puis les faire étuver 10 min au beurre. Les disposer dans un plat creux, les poudrer de jaune d'œuf dur haché et de persil ciselé. Faire frire 30 g de mie de pain émiettée dans 100 g de beurre noisette et verser sur les salsifis.

SALSIZ Petite saucisse sèche originaire du canton des Grisons, en Suisse. De forme rectangulaire et longue de six à quinze centimètres, la salsiz se compose de maigre de bœuf et de porc et de lard gras, moyennement hachés. Elle se sert traditionnellement découpée en tranches un peu épaisses et accompagnées de cornichons et de petits oignons au vinaigre.

SALTIMBOCCA Spécialité de la cuisine romaine, qui se présente sous forme de fines tranches de veau poêlées à l'huile, recouvertes de petites tranches de jambon et de sauge, et parfumées au vin blanc.

SAMARITAINE (À LA) Se dit de grosses pièces de boucherie braisées garnies de timbales de riz, de pommes dauphine et de laitues braisées.

SAMBAL Condiment indonésien fait de piment rouge, d'oignon râpé, de citron vert, d'huile et de vinaigre ; son nom désigne aussi, par extension, les mets qu'il accompagne.

SAMBUCA Liqueur anisée italienne, incolore, très appréciée des Romains, qui la boivent *con la mosca* (« avec la mouche »), c'est-à-dire avec un ou deux grains de café flottant dans le verre, après l'avoir fait flamber puis refroidir. Très forte, mais douceâtre, la sambuca se déguste en croquant les grains de café.

SAMOS Vin de liqueur AOC originaire de l'île grecque du même nom. Obtenu par adjonction d'alcool en cours de fermentation, ce vin muté, très sucré, est un apéritif particulièrement fruité, titrant 18 % Vol., qui se boit frappé ou en vin de dessert.

SAMOVAR Bouilloire russe permettant d'avoir en permanence de l'eau bouillante pour les emplois domestiques. En cuivre jaune ou rouge (aujourd'hui, elle est parfois en aluminium ou en Inox et chauffée électriquement), le samovar est le cadeau de mariage traditionnel. Il est constitué d'un récipient pansu, à deux poignées, traversé par une cheminée centrale reposant sur une grille où l'on place des braises. L'eau introduite par le haut se réchauffe au contact de la cheminée ; on la recueille bouillante en bas du récipient, à l'aide d'un petit robinet.

SAMSOË Fromage danois de lait de vache (45 % de matières grasses), à pâte pressée et à croûte paraffinée jaune (voir tableau des fromages étrangers page 499). Originaire de l'île du même nom, le samsoë se présente sous la forme d'une meule ronde de 45 cm de diamètre, pesant environ 15 kg. Doux et ferme, il acquiert une saveur noisetée quand il est plus affiné.

SANCERRE Vin AOC généralement blanc du Val de Loire, produit à partir de cépages sauvignon ; le pinot noir donne aussi du rouge et surtout un rosé fruité et corsé (voir LOIRE).

SAND (AURORE DUPIN, DITE GEORGE) Femme de lettres française (Paris 1804 - Nohant 1876). Avec les grands noms du Paris littéraire romantique, elle fréquenta le *Procope*, la guinguette de la mère Saguet et fit honneur aux pieds de mouton poulette de chez *Magny*, mais elle avait aussi une réputation de cordon-bleu. Elle célébra l'« omelette nohantaise » et se régalait de chavignol, mais ne dédaignait pas non plus les « pommes féeriques » (les truffes). Elle appréciait les vins berrichons et possédait une vigne à Mers-sur-Indre.

SANDRE Grand poisson des eaux courantes et des lacs, de la famille des persidés, voisin de la perche, pouvant atteindre 1 m et peser 15 kg (voir planche des poissons d'eau douce page 819). Son dos est gris-vert, tigré de rayures foncées ; ses ouïes et sa nageoire anale portent des rayons épineux, délicats à éliminer, tout comme les écailles, légères et qui ont tendance à s'« envoler ». Sa chair fine, ferme et blanche, renfermant peu d'arêtes, s'apprête comme celle du brochet ou de la perche. Originaire d'Europe centrale, le (ou la) sandre se pêche surtout dans le Doubs et dans la Saône, ainsi que dans les étangs, où il a été introduit. Au Canada, le doré est un proche cousin du sandre.



salade de sandre aux girolles → SALADE

RECETTE DU RESTAURANT
LES TEMPLIERS, AUX BÉZARDS

sandre de Loire au céleri et au vin

« Éplucher 400 g de céleri-rave, 1 poireau, 1 carotte, 2 échalotes et 1 branche de céleri, et les couper en petits morceaux. Cuire le céleri 20 min dans du lait salé et poivré et le passer au presse-purée. Incorporer 100 g de crème double et réserver. Dorer au beurre les autres légumes avec une arête de sandre, puis mettre 1 bouquet garni et 1 litre de vin rouge. Cuire 20 min et passer au chinois. Faire réduire pour obtenir 4 dl de sauce et ajouter peu à peu 100 g de beurre, en remuant sans arrêt, et assaisonner. Cuire à la poêle, dans 1 dl d'huile d'olive, 4 filets de sandre de 160 g, 3 min de chaque côté. Étaler un lit de purée sur chaque assiette, disposer par-dessus les filets et napper de sauce. »

sandre grillé aux cardons, filet d'huile d'olive et citron

Hacher finement 5 gousses d'ail, 1/2 bouquet de persil plat, 2 branches de thym. Presser 2 citrons. Mélanger le tout à 1,5 dl d'huile d'olive, et y mettre 4 tranches de sandre de 150 g. Laisser mariner au frais 2 ou 3 heures. Éplucher 300 g de petits oignons, les glacer à brun et les réserver au chaud. Éplucher 2 kg de cardons, puis les couper en morceaux de 3 à 4 cm de côté. Les cuire 1 heure à l'eau bouillante citronnée et salée. Les égoutter, les faire revenir au beurre sans coloration, et les réserver au chaud. Retirer le poisson de la marinade et le griller. Chauffer l'huile et laisser infuser à couvert de 25 à 30 min. Tapisser des assiettes de cardons, déposer au-dessus une tranche de sandre, disposer les oignons glacés et napper le tout de sauce.

timbale de sandre aux écrevisses et mousseline de potiron → TIMBALE

SANDWICH Apprêt froid, fait de deux tranches de pain enfermant une garniture simple ou composée, détaillée en tranches minces ou en petits éléments. Divers condiments complètent la composition.

Le mot, qui date du début du XIXe siècle, vient du titre nobiliaire de l'Anglais John Montagu, quatrième comte de Sandwich, joueur invétéré, qui se faisait servir de la viande froide entre deux tranches de pain pour se restaurer sans quitter la table de jeu. Mais, depuis des temps reculés, il était d'usage de donner aux travailleurs des champs la viande de leur repas enfermée entre deux tranches de pain bis. Le pan-bagnat niçois, lui aussi, est un sandwich fait d'un pain rond bien garni et imbibé d'huile d'olive, que l'on retrouve dans nombre de pays méditerranéens.

◄
Sandre grillé aux cardons, filet d'huile d'olive et citron

club-sandwich

Écroûter 3 tranches de grand pain de mie. Les griller légèrement et les tartiner de mayonnaise. Placer sur deux d'entre elles 1 feuille de laitue, 2 rondelles de tomate, des lamelles de blanc de poulet rôti froid dépouillé de sa peau et des rondelles d'œuf dur. Napper à nouveau de mayonnaise additionnée de ketchup ou de fines herbes ciselées et superposer les deux toasts garnis. Couvrir avec le dernier toast.

SANG Liquide vital des vertébrés, surtout consommé quand il est de porc, sous forme de boudin noir. Le sang frais, symbole de vigueur, a toujours été considéré comme une nourriture fortifiante, surtout dans les pays froids, d'où l'antique *swartsoppa* suédoise – soupe « noire » au sang d'oie – et la *czernina* (ou *tchernina*) polonaise – consommé au riz, aux pâtes ou aux croûtons frits, auquel on ajoute du sang frais de volaille, de gibier ou de porc avant de le lier d'une purée de foie de volaille. La liaison au sang est largement utilisée dans la cuisine française, essentiellement pour les ragoûts, les civets et les apprêts « en barbouille ».

Le canard « au sang » est un volatile tué par étouffement, très apprécié dans la cuisine rouennaise.

L'expression « cuit à la goutte de sang » s'applique à un gibier ou à une volaille jeune, juste cuits ; de même, une viande « saignante » correspond à un degré de cuisson spécifique de la grillade ou du rôti.

► **Recette** : CANARD.

SANGLER Entourer de glace vive pilée et de gros sel, bien tassés, un moule étanche placé dans un récipient. Le sanglage permet d'obtenir la congélation d'un appareil à bombe et sa conservation momentanée.

SANGLIER Porc sauvage de la famille des suidés, ayant le même ancêtre que le cochon domestique et qui est chassé depuis l'Antiquité (**voir** tableau des gibiers page 523). Les jeunes sangliers ont une chair délicate, dont le goût s'affirme de plus en plus avec l'âge, jusqu'à être très fort chez l'adulte. Cet animal est aujourd'hui élevé en enclos, ce qui permet la consommation de sa viande toute l'année.

Au Ier siècle av. J.-C., le poète latin Horace saluait déjà le sanglier comme un plat noble et de haute saveur. Au Moyen Âge et pendant les siècles suivants, on continua d'apprécier la viande de sanglier, notamment les « queues de sanglier à la sauce chaude » (*Ménagier de Paris* [v. 1393]), la hure, l'épaule en ragoût, la longe rôtie, ainsi que les pâtés.

■ **Choix.** L'animal âgé de moins de six mois s'appelle « marcassin » ; jusqu'à trois mois, sa fourrure est claire, rayée de bandes foncées de la tête à la queue (il est dit « en livrée ») ; sa chasse est interdite. De six mois à un an, il est dit « bête rousse » à cause de sa couleur, puis, de un à deux ans, « bête de compagnie ». Sa chair est alors excellente en cuisine. Après, le pelage noir apparaît. À deux ans, le sanglier est appelé « ragot » ; à trois ans, c'est un « tiers-an » ; à quatre ans, un « quartenier » ; plus vieux, un « porc entier » ; enfin, lorsqu'il est avancé en âge, il prend le nom de « solitaire »

ou d'« ermite ». Il peut atteindre trente ans. Chez un mâle de huit ans, la viande, bien que dure et très forte en goût, reste consommable. La chair de marcassin, délicate, s'utilise telle quelle. Pour les bêtes rousses et de compagnie, une marinade au vin rouge de deux à trois heures est nécessaire ; pour les sujets plus âgés, elle doit être prolongée de cinq à huit heures ; les cuissons longues sont alors indispensables.

■ **Emplois.** La plupart des recettes du porc conviennent au sanglier, excepté le rôti (sauf pour le marcassin). Les côtelettes, marinées ou non, sont poêlées ; on peut aussi tailler des tranches dans les parties tendres et les cuisiner comme des escalopes. La cuisse, ou jambon, est braisée à l'aigre-doux avec sa marinade, additionnée éventuellement de raisins secs, de pruneaux ou d'écorce d'orange. Le filet de marcassin, bardé, se fait rôtir. Le filet de sanglier peut être cuit en daube, doré au préalable, puis mijoté sur un fond de couennes avec sa marinade. Les bons morceaux sont presque toujours accommodés en civet. On peut aussi hacher la viande de marcassin et la cuire en tourte ou en pie avec des pruneaux.

hure de sanglier

Cuire au court-bouillon 4 langues de porc échaudées, épluchées et saumurées pendant 4 à 5 jours. Flamber une hure de 5 kg environ, la racler avec soin et la désosser complètement, sans déchirer la peau ; réserver les oreilles, retirer la langue et les morceaux charnus qui adhèrent à la peau. Détailler en gros dés réguliers les morceaux de chair maigre ; les laisser reposer 10 heures, avec la langue et la peau de la tête, avec 5 carottes et 4 oignons émincés, du thym, du laurier, du sel, du poivre et 1 cuillerée à café de quatre-épices. Couper en dés de 2 cm de côté la langue de sanglier, les langues de porc cuites, 500 g de langue écarlate, 750 g de jambon, 1 kg de chair de volaille (désossée, parée et dénervée) et 500 g de lard gras. Ajouter 400 g de truffes pelées et coupées en gros dés, 150 g de pistaches mondées et les morceaux de chair maigre retirés de la tête de sanglier. Faire macérer 2 heures avec du cognac, du sel, du poivre et 1/2 cuillerée à café de quatre-épices. Ajouter à ce salpicon 4,5 kg de farce fine de porc et 4 œufs entiers ; bien mélanger le tout. Étaler la peau de la hure sur un torchon (mouillé d'eau froide et essoré), partie extérieure en dessous ; disposer la farce au milieu et replier la peau sur cette farce. Envelopper la hure dans le torchon, en l'amincissant du côté du groin, et bien ficeler. La cuire très doucement 4 h 30 dans un fond de gelée avec les os et les parures de la tête, ainsi que la carcasse et les autres parures de la volaille. Une heure avant la fin de la cuisson, ajouter les oreilles. Égoutter la hure et les oreilles. Laisser reposer la hure 30 min, la déballer. Laver le torchon et bien le tordre. Y rouler de nouveau la hure et la serrer à l'aide d'un large ruban, toujours en lui conservant sa forme (commencer le ficelage du côté du groin). Laisser refroidir 12 heures au moins, puis déballer et éponger. Fixer à leur place respective, par de minces chevilles de bois, les deux oreilles préalablement nappées d'une couche de sauce chaud-froid brune ou de glace de viande dissoute. Napper avec la même sauce toute la hure placée sur une grille et remettre les défenses à leur emplacement ; simuler les yeux avec du blanc d'œuf dur et de la truffe. Dresser la hure dans un grand plat ; décorer de truffes et de pistaches mondées, puis lustrer à la gelée. Faire refroidir dans le réfrigérateur.

selle de sanglier, sauce aux coings → SELLE

SANGRIA Boisson apéritive alcoolisée d'origine espagnole, faite de vin rouge où macèrent des tranches d'agrumes et de fruits. Souvent relevée d'un alcool, additionnée d'eau gazeuse, la sangria se sert frappée.

SANTÉ Nom d'un potage lié, dérivé du potage Parmentier par adjonction d'une fondue d'oseille et de pluches de cerfeuil.

SANTENAY Vin de la Côte de Beaune, produit sur la commune la plus méridionale de la Côte-d'Or ; le rouge, bouqueté et harmonieux, s'affirme avec l'âge ; le blanc, sec et fin, se boit jeune (voir BOURGOGNE).

SAPIDE Qualificatif désignant ce qui a de la saveur, celle-ci étant prise avec le sens positif et agréable d'assaisonnement.

SAPOTILLE Fruit d'un arbre de la famille des sapotacées, originaire de l'Amérique centrale, cultivé dans les pays tropicaux. Grosse comme un citron, recouverte d'une écorce rugueuse, grise ou brune, la sapotille est également appelée « abricot de Saint-Domingue », « sawo manilla », « nèfle d'Amérique » ou « sapote ». Elle a une chair jaune à rouge, dont la saveur rappelle celle de l'abricot, et se mange presque blette, pelée et débarrassée de ses pépins. La véritable sapote, provenant d'un autre arbre des Antilles et surtout consommée en marmelade, est souvent nommée « sapotille mamey ».

SAR Poisson de la famille des sparidés, comme les dorades auxquelles il ressemble. Ovale, trapu, avec de gros yeux et une nageoire dorsale aux rayons épineux, le sar a un corps argenté avec une tache noire sur la nageoire caudale. Il vit en Méditerranée et dans l'Atlantique sud, à partir du golfe de Gascogne. Les sars s'apprêtent comme les dorades.

– Le sar commun (20 cm environ) possède une grosse tache noire qui traverse latéralement la queue et déborde sur les nageoires dorsale et anale ; il porte une autre tache noire sur le dos, derrière la tête.

– Le sar mouchon (ainsi appelé à Bayonne), ou de Rondelet (jusqu'à 40 cm), présente, outre la tache sur la queue, sept ou huit bandes verticales sombres sur le dos et les flancs ; les nageoires ventrales sont également noires.

– Le sparaillon (le plus petit) a des nageoires ventrales jaunes et porte quatre ou cinq bandes transversales sombres.

SARCELLE Canard sauvage de petite taille, de la famille des anatidés, dont on chasse plusieurs espèces : les plus communes sont la sarcelle d'hiver, peu migratrice, présente en France toute l'année, et la sarcelle d'été, qui vient d'Afrique ; on rencontre aussi les sarcelles élégantes, marbrées et à faucilles. Plus difficile à chasser que le colvert à cause de son vol saccadé, la sarcelle connaît les mêmes apprêts que lui. Sa chair, un peu brunâtre et amère, d'une grande finesse, est très recherchée des amateurs.

En Amérique du Nord, la sarcelle à ailes vertes et la sarcelle à ailes bleues, qui parcourent onze mille kilomètres pour nicher au nord et hiverner au sud, comptent parmi les canards que l'on chasse en saison.

SARDE (À LA) Se dit de petites ou de grosses pièces de boucherie saucées de déglaçage à la demi-glace tomatée et garnies de croquettes de risotto safrané, accompagnées soit de champignons et de haricots au beurre, soit de tronçons de concombre et de tomates farcies de duxelles et gratinées.

SARDINE Petit poisson (25 cm au maximum) de la famille des clupéidés, voisin du hareng, au dos bleu-vert, avec les flancs et l'abdomen argentés (voir planche des poissons de mer pages 820 et 821).

■ **Variétés.** La sardine est surtout un poisson de printemps et d'été ; en juillet-août, bien grasse et savoureuse, elle est appelée « royan » en Charente-Maritime.
– La petite sardine d'Italie (12 à 15 cm de long) est idéale pour la friture, car elle n'est jamais très grasse, même en été, et se dessèche bien.
– La sardine moyenne (18 à 20 cm), à la chair plus serrée et plus savoureuse, se fait griller ou frire.
– La grosse sardine de Bretagne (25 cm), grillée dans sa propre graisse, est très savoureuse.

Les sardines fraîches se traitent aussi en escabèche ou en bouillabaisse ; on peut les paner ou les poêler, les farcir et les cuire au four, au plat ou en papillote, voire les déguster crues, en terrine ou marinées.

Avant tout apprêt, elles sont écaillées, vidées et essuyées, puis on leur coupe la tête, sauf pour les faire griller (elles se brisent moins facilement) ; quand elles sont fraîches et petites, elles sont simplement essuyées.

■ **Sardines en conserve.** Les sardines peuvent être fumées ou salées, mais elles sont surtout conservées à l'huile et mises en boîte. Dès le Moyen Âge, les sardines bretonnes étaient salées et pressées ; la première conserverie (à Nantes) date de 1824. Jusqu'à la première moitié du XXe siècle, les conserveries prospérèrent surtout en Bretagne et au Pays basque, mais la sardine bretonne se fait rare aujourd'hui, tandis que Sète et Marseille sont devenus des ports sardiniers importants. Autrefois, les sardines étaient frites avant d'être mises en boîte ; à présent, elles sont plutôt étuvées et donc plus digestes. La mention « extra » ou « première catégorie » signifie qu'elles ont été préparées fraîches, mais les meilleures sardines sont toujours accompagnées d'une mention détaillée (par exemple, « garanties pêchées sur les côtes de Bretagne » ou « avec de l'huile d'olive vierge extra »). Les sardines peuvent être apprêtées à l'huile d'olive, à l'huile végétale, à l'huile et au citron, à la tomate ou dans une marinade au vinaigre, et on en trouve même sans arêtes. Les sardines en boîte peuvent être stockées pendant plusieurs années, car elles se bonifient avec l'âge, au frais, mais jamais au froid.

Les sardines de conserve se servent surtout comme hors-d'œuvre froid, en ravier, avec diverses crudités ; elles permettent aussi de préparer canapés et toasts, bouchées et feuilletés chauds ou froids ainsi qu'un beurre composé.

escabèche de sardines → ESCABÈCHE
gratin de filets de sardine au citron → GRATIN

RECETTE DE PIERRE VEDEL

sardines gratinées

« Détailler en lamelles 1,5 kg d'aubergines ; les saler légèrement. Peler et épépiner 1 kg de tomates. Lever les filets de 14 grosses sardines fraîches et bien les nettoyer. Laver et sécher les aubergines, les faire dorer dans une poêle avec un peu d'huile d'olive très chaude. Les éponger sur du papier absorbant. Passer les tomates au mixeur avec 2 gousses d'ail, 3 feuilles de basilic, du sel, du poivre et 1 cuillerée à café d'huile d'olive. Ranger dans un plat allant au four les aubergines et les filets de sardine, en couches alternées, avec, entre deux couches, du parmesan râpé. Couvrir avec les tomates concassées. Enfourner à 225 °C et laisser cuire une vingtaine de minutes. »

sardines au plat

Nettoyer et vider 12 belles sardines. Beurrer un plat allant au four et parsemer le fond de 2 ou 3 échalotes hachées. Disposer les sardines dans le plat, les arroser d'un filet de citron, les mouiller de 4 cuillerées à soupe de vin blanc et les parsemer de 30 g de beurre en parcelles. Cuire de 10 à 12 min au four préchauffé à 250 °C. Parsemer de persil ciselé.

terrine de sardines crues → TERRINE

SARLADAISE (À LA) Se dit de pommes de terre émincées et sautées à cru à la graisse d'oie, comme on les prépare dans le Périgord. En fin de cuisson, on les parsème d'un hachis de persil et d'ail, et on laisse exsuder à couvert. La sauce sarladaise pour viandes grillées ou rôties est une sauce froide émulsionnée, additionnée de truffes et parfumée au cognac.

▶ **Recettes** : POMME DE TERRE, SAUCE.

SARRASIN Céréale originaire d'Orient, cultivée en Europe depuis la fin du XIVe siècle, également appelée « blé noir », « beaucuit » ou « bucail ». Le sarrasin (voir tableau des céréales p. 229) doit son nom à la teinte foncée de ses grains, qui donnent une farine grise, finement piquetée de noir. Il est resté une des bases de l'alimentation en Bretagne et en Normandie

jusqu'à la fin du XIXe siècle, ainsi que dans le nord et l'est de l'Europe. Non panifiable, la farine de sarrasin est riche en matières minérales, bien pourvue en vitamines B et moins énergétique que les autres céréales (290 Kcal pour 100 g) ; elle sert à préparer les traditionnelles crêpes de sarrasin, dites « galettes », ainsi que des bouillies et des fars ; les jambons des environs d'Aurillac en sont recouverts, ce qui leur donne une saveur particulière. Sous forme de grains décortiqués, concassés et cuits, le sarrasin donne la kacha russe. Au Japon, la farine de sarrasin sert aussi à préparer des nouilles.

▶ **Recettes** : CRÊPE, HUÎTRE.

SARRASINE (À LA) Se dit de grosses pièces de boucherie garnies soit de petites galettes de sarrasin, soit de cassolettes de riz, emplies de fondue de tomate au poivron, les unes et les autres étant surmontées de rondelles d'oignon frites et accompagnées d'une demi-glace un peu claire.

SARRIETTE Plante aromatique de la famille des labiées, originaire du sud de l'Europe, dont l'arôme rappelle à la fois la menthe et le thym (voir planche des herbes aromatiques page 561).

– La sarriette commune, ou annuelle, à feuilles mates, vert cendré, est la plus appréciée en cuisine.

– La sarriette vivace, ou de montagne, à feuilles plus étroites et raides, connue sous son nom provençal de « poivre d'âne », sert surtout à condimenter le fromage frais de chèvre ou de brebis et certaines marinades.

La sarriette est l'aromate privilégié de la cuisson des légumes secs. Fraîche, elle relève aussi les salades provençales, le veau grillé, le lapin rôti et le carré de porc ; séchée, elle s'emploie pour condimenter petits pois, ragoûts ou potages, voire farces et pâtés.

▶ **Recette** : PINTADE.

SARTENO Fromage corse au lait de chèvre ou aux laits de chèvre et de brebis mélangés (45 à 50 % de matières grasses), à pâte pressée et à croûte naturelle jaune clair et lisse (voir tableau des fromages français page 496). Le sarteno se présente sous la forme d'un gros disque épais. Il a une saveur affirmée et piquante.

SASHIMI Préparation de poissons, de crustacés et de mollusques crus, constituant un mets très apprécié au Japon. Le poisson est paré, dépouillé de ses arêtes et découpé à cru à l'aide d'un couteau à lame longue et fine, en petites tranches de quelques millimètres d'épaisseur pour les poissons à chair rouge et les ormeaux, en minces languettes (seiche, crustacés) ou en lamelles fines comme du papier pour les poissons à chair blanche. Les morceaux sont disposés avec soin dans une assiette, agrémentés de jeunes pousses de daikon, de daikon émincé et d'algues, et servis avec du citron et une sauce soja relevée de moutarde de raifort.

SASSER Envelopper dans un torchon, avec un peu de gros sel, certains légumes recouverts d'une fine pellicule et les secouer quelques instants pour les nettoyer par frottement.

SAUCE Assaisonnement plus ou moins liquide, chaud ou froid, qui accompagne ou sert à cuisiner un mets. La fonction d'une sauce est d'ajouter à ce dernier une saveur qui s'harmonise avec la sienne.

Vers 1950, Curnonsky écrivait, dans un éditorial de *Cuisine et Vins de France* : « Les sauces sont la parure et l'honneur de la cuisine française ; elles ont contribué à lui procurer et à lui assurer cette supériorité, ou plutôt, comme on écrivait au XVIe siècle, cette précellence que personne ne discute. »

■ **Classement.** Héritées des condiments antiques (garum, nard), les sauces médiévales (cameline, dodine, poivrade, Robert, etc.) étaient très piquantes ou aigres-douces. Il fallut attendre le XVIIe et le XVIIIe siècle pour que naissent des apprêts plus raffinés et aromatiques, tels que la béchamel, la Soubise, la mirepoix, la duxelles et la mayonnaise.

C'est à Antonin Carême (1784-1833) que l'on doit d'avoir systématisé le chapitre des sauces, avec les sauces froides et les sauces chaudes ; ces dernières, de loin les plus nombreuses, se partagent à nouveau en sauces brunes et en sauces blanches, avec les grandes sauces, dites « mères » (espagnole, demi-glace et sauce tomate pour les brunes, béchamel et velouté pour les blanches), et les innombrables sauces composées qui s'en inspirent ; les sauces froides sont le plus souvent réalisées sur une base de mayonnaise ou de vinaigrette, avec, là aussi, de nombreux dérivés.

Au répertoire classique se sont peu à peu ajoutées des sauces étrangères, introduites souvent par des chefs ayant travaillé en Grande-Bretagne, en Russie, etc. (sauces Cumberland, Albert, reform et Cambridge, sauces à la russe, à l'italienne, à la polonaise, etc.). La diversité des ressources régionales a favorisé la multiplication des apprêts, déterminés par des ingrédients caractéristiques : la crème fraîche (sauce normande), l'ail (aïoli), le beurre frais (beurre blanc), la moutarde (sauce dijonnaise), l'échalote (sauce bordelaise), le vin rouge ou blanc (sauce bourguignonne), l'oignon (sauce lyonnaise), etc. (Voir tableau des sauces page 949.)

C'est à partir d'Escoffier que les sauces deviennent plus légères ; aujourd'hui, de nombreux chefs utilisent des mélanges plus originaux.

■ **Emplois.** De consistance plus ou moins dense, avec des ingrédients passés ou apparents, une sauce peut assaisonner un apprêt cru, faire partie intégrante d'un mets cuisiné, accompagner un plat froid ou chaud. Lorsque la sauce résulte de la préparation elle-même, il s'agit de plats « en sauce » ; mais elle est plus souvent servie séparément, en saucière, ou en nappage d'un mets (œuf dur, chaud-froid, coquille de poisson).

Le choix du matériel utilisé est important. Les casseroles sont à bord haut, en métal épais, pour assurer une bonne répartition de la chaleur, ce qui évite à la sauce de brûler ou de tourner. Le bain-marie est un accessoire indispensable, de même que le fouet métallique et la spatule à réduire.

■ **Préparation.** Dans la pratique, la confection des sauces repose sur quatre procédés de base.

– Le mélange à froid de plusieurs ingrédients solides et liquides est la méthode la plus simple (vinaigrette et ravigote, par exemple).

– L'émulsion (dispersion très fine, dans un liquide, d'un solide qui n'est pas soluble, le mélange restant stable un certain temps) se fait à froid (mayonnaise et ses dérivés, aïoli, gribiche, rouille, tartare) ou à chaud (hollandaise et mousseline, béarnaise et beurre blanc).
– Le mélange de beurre et de farine chauffé (roux) est la base des sauces « collées », dont le type est la béchamel et qui, selon les compléments (crème, gruyère, oignon, etc.), donne les sauces crème, Mornay, Soubise, etc.
– La cuisson d'un fond (de veau, de gibier, de volaille) ou d'un fumet de poisson, additionnés ensuite d'un roux blond, d'un roux brun ou d'une autre préparation (mirepoix, réduction, alcool, marinade, champignons, etc.), donne le velouté (de veau, de gibier, de volaille ou de poisson), l'espagnole et les sauces pour gibier, avec toutes les variantes blanches (allemande, cardinal, Nantua, normande, poulette) ou brunes (bordelaise, chasseur, Périgueux, poivrade, venaison, etc.), réalisées éventuellement avec une liaison ou bénéficiant d'un ajout aromatique.

Selon la nature du mets à accompagner et à mettre en valeur, les ingrédients, aromates et épices les plus divers peuvent entrer dans la composition d'une sauce. Certaines associations de saveurs sont classiques, telles que le mouton ou le poisson et le cari (sauce indienne), la morue et l'ail (aïoli), le canard et l'orange (sauce bigarade), le gibier et la groseille (sauce Cumberland), le bœuf et le cornichon (sauce piquante), etc. Anchois, chair de crustacé, duxelles, foie gras, fromage râpé, jambon haché, tomates concassées, truffe hachée, etc. – pour les solides –, alcool, crème fraîche, vin rouge ou blanc, vinaigre, etc. – pour les liquides –, permettent des variations infinies.

Souvent, la dénomination d'une sauce est révélatrice de ses composants : sauces Périgueux aux truffes, hongroise au paprika, Nantua aux écrevisses, etc. ; parfois, la sauce porte simplement le nom de son créateur : Mornay, Choron, Foyot, etc.

aïoli

Éplucher 4 grosses gousses d'ail, les fendre en deux et en retirer le germe ; les broyer très finement dans un mortier avec 1 jaune d'œuf. Saler, poivrer et, toujours avec le pilon, ajouter peu à peu 2,5 dl d'huile et, éventuellement, 1 cuillerée à soupe de pulpe de pomme de terre cuite à l'eau (voir autre recette page 30).

RECETTE DU RESTAURANT *LE JARDIN DE PERLEFLEURS*, À BORMES-LES-MIMOSAS

anchoyade

« Épluchez 3 gousses d'ail, et grattez-les au-dessus d'une assiette sur les dents d'une fourchette. Rincez et hachez les feuilles de 6 tiges de persil. Dessalez 10 anchois au sel et levez-en les filets. Ajoutez-les à l'ail ; à l'aide des pointes de 2 fourchettes, mettez-les en charpie. Avec un fouet, montez cette pommade avec 10 cl d'huile d'olive. Poivrez. Toujours en remuant, incorporez le persil haché et quelques gouttes de vinaigre. »

bread sauce

Émietter de la mie de pain frais dans du lait bouillant additionné de 1 oignon piqué de 1 clou de girofle, de beurre et d'une pincée de sel et de poivre. Cuire 15 min à feu doux, retirer l'oignon, incorporer de la crème et chauffer en remuant au fouet.

egg sauce

Faire durcir 2 œufs 10 min à l'eau bouillante, puis les écaler et les couper en dés. Les ajouter, encore chauds, à 125 g de beurre fondu, salé, poivré et relevé de jus de citron. Parsemer de persil ciselé.

mustard sauce

Dans un poêlon, faire fondre 2 cuillerées à soupe de beurre, puis incorporer 2 cuillerées à soupe de farine en mélangeant bien. Verser ensuite 1/4 de litre de lait et fouetter, puis faire épaissir à feu vif. Baisser le feu et laisser mijoter 3 min, puis ajouter en fin de cuisson 4 cuillerées à soupe de crème fraîche, 1 cuillerée à café de vinaigre blanc, 1 cuillerée à café de moutarde anglaise en poudre, du sel et un peu de poivre.

RECETTE DU RESTAURANT *LE JARDIN DE PERLEFLEURS*, À BORMES-LES-MIMOSAS

rouille au safran

« Épluchez 3 gousses d'ail, fendez-les dans leur longueur et ôtez le germe. Pilez-les avec 1 pincée de gros sel et ajoutez 2 pincées de poivre blanc, 1 pointe de safran, 2 pointes de piment de Cayenne et 2 jaunes d'œuf. Travaillez le tout énergiquement en une pommade homogène. Laissez reposer 5 min. Montez cette pommade en incorporant peu à peu 25 cl d'huile d'olive. »

sauce aigre-douce

Faire tremper plusieurs heures dans de l'eau 2 cuillerées à soupe de raisins de Málaga. Dans une petite casserole à fond épais, caraméliser légèrement 3 morceaux de sucre mouillés de 3 cuillerées à soupe de vinaigre. Ajouter 1,5 dl de vin blanc sec et 1 cuillerée à soupe d'échalote hachée ; faire réduire à sec. Ajouter 2,5 dl de demi-glace et laisser bouillir quelques instants. Passer la sauce au tamis fin, puis remettre sur le feu et porter à ébullition. Égoutter les raisins et les épépiner. Les ajouter à la sauce, avec 1 cuillerée à soupe de câpres.

sauce aux airelles (cranberry sauce)

Faire « éclater » 10 min à feu vif et à couvert 500 g d'airelles avec 30 à 50 g de sucre dans 5 dl d'eau bouillante.

sauce Albufera

Préparer une sauce suprême. Faire étuver, dans 50 g de beurre, 150 g de poivron épépiné et coupé en lamelles. Laisser refroidir. Broyer le poivron au mixeur. Ajouter 150 g de beurre et passer au tamis. Ajouter à 5 dl de la sauce suprême 5 cuillerées à soupe de glace de viande blonde et 1 cuillerée à soupe de beurre de poivron. Passer au chinois-étamine.

sauce allemande grasse
Réunir dans une casserole à fond épais 4 dl de fond blanc de veau ou de volaille, 1 dl de cuisson de champignon, 1 filet de jus de citron, quelques grains de poivre concassé, 1 pointe de noix de muscade et 5 dl de velouté. Bien mélanger et réduire. Hors du feu, ajouter une liaison composée de 3 ou 4 jaunes d'œuf détendue avec un peu de velouté. Porter de nouveau à ébullition, aciduler, passer au chinois-étamine et incorporer 50 g de beurre frais.

sauce allemande maigre
Procéder comme pour la sauce allemande grasse, mais en remplaçant le fond blanc par du fumet de poisson, et le velouté gras par du velouté maigre.

sauce andalouse chaude
Additionner 2 dl de velouté réduit de 1/2 dl d'essence de tomate. Ajouter 2 cuillerées à café de piments doux mondés, cuits et coupés en petits dés, 1/2 cuillerée de persil haché et, éventuellement, un peu d'ail écrasé.

sauce andalouse froide
Ajouter à 75 cl de mayonnaise tenue assez serrée 2,5 dl de fondue de tomate fine très réduite et très rouge ; l'additionner enfin de 75 g de poivrons doux, coupés en dés très fins.

RECETTE D'ANTONIN CARÊME

sauce aromatique aux morilles
« Mettez dans une casserole à ragoût une pincée de romarin, autant de sauge, de thym, de basilic, le quart d'une feuille de laurier, un clou de girofle, un peu de mignonnette et une pointe de muscade râpée ; ajoutez un oignon émincé et une cuillerée à ragoût de bon consommé ; faites mijoter cet assaisonnement quelques minutes, puis vous le passez avec pression à l'étamine ; ensuite, vous y joignez une trentaine de petites morilles bien saines et parfaitement lavées ; lorsqu'elles ont jeté quelques bouillons, vous y versez de l'allemande pour saucer une entrée et faites réduire à point. Au moment du service, vous y joignez un peu de glace de volaille, un peu de beurre fin, un jus de citron et une cuillerée à bouche de cerfeuil haché et blanchi. »

sauce aurore
Ajouter à 1/2 litre de sauce suprême 50 cl de fondue de tomate très serrée. Passer au chinois-étamine.

sauce béarnaise
Mettre dans une sauteuse à fond épais de taille appropriée 1 dl de vinaigre à l'estragon, 1/2 dl de vin blanc sec, 50 g d'échalotes finement hachées, 3 cuillerées à soupe d'estragon et 1 cuillerée à soupe de cerfeuil hachés, 5 g de poivre mignonnette et 1 pincée de sel. Faire réduire des deux tiers, puis laisser refroidir. Ajouter 5 jaunes d'œuf et un peu d'eau et mélanger énergiquement au fouet sur feu doux (55 °C). Hors du feu, incorporer au fouet 250 g de beurre clarifié et chaud. Passer cette sauce au chinois-étamine et la terminer en lui ajoutant 1 cuillerée à soupe d'estragon et de cerfeuil hachés. Servir aussitôt.

sauce Béchamel
Faire fondre 30 g de beurre, sur feu doux, dans une casserole à fond épais ; ajouter 30 g de farine et tourner vivement pour obtenir un mélange lisse, sans coloration. Verser 1/2 litre de lait, en fouettant pour éviter la formation de grumeaux ; saler, poivrer et ajouter, selon le goût, un peu de muscade râpée. Passer au chinois-étamine et tamponner, ou continuer à remuer de temps en temps jusqu'à la fin de la cuisson pour empêcher la formation d'une peau à la surface de la sauce.

sauce Bercy
Éplucher et ciseler 3 ou 4 échalotes ; les faire étuver doucement dans 1 cuillerée à soupe de beurre, sans le laisser colorer. Mouiller avec 1 dl de vin blanc et 1 dl de fumet de poisson, et faire réduire de moitié. Ajouter 2 dl de velouté de poisson et faire bouillir quelques instants à feu vif. Hacher un peu de persil. Hors du feu, incorporer 50 g de beurre ramolli, puis vanner. Ajouter enfin le persil ciselé, saler et poivrer.

RECETTE D'ANTONIN CARÊME

sauce au beurre
« Mettez dans une casserole une petite cuillerée à bouche de farine et un peu de beurre d'Isigny. Après avoir amalgamé la farine avec une cuillère de bois, vous ajoutez un demi-verre d'eau ou de consommé, un peu de sel et de muscade râpée, et la moitié d'un jus de citron ; remuez l'assaisonnement sur un feu ardent, et, sitôt que l'ébullition a lieu, vous retirez la sauce en y mêlant un bon morceau de beurre d'Isigny ; la sauce doit se trouver alors veloutée, très lisse et d'un bon goût. »

RECETTE D'ANTONIN CARÊME

sauce à la bigarade
« Levez par bandes, de la tête à la queue, le zeste d'une bigarade de bonne maturité ; ayez soin qu'il soit très mince, afin qu'il n'ait point d'amertume, ce qui arriverait si vous laissiez un peu de peau blanche ; vous coupez le bord de chaque bande, pour les couper ensuite en travers en petits filets. Tout le zeste étant coupé, vous le jetez dans un peu d'eau bouillante et, après quelques minutes d'ébullition, vous l'égouttez et le mettez dans une casserole à bain-marie avec de l'espagnole travaillée pour saucer une entrée, un peu de glace de gibier, une pointe de mignonnette, la moitié du jus de la bigarade. Après quelques bouillons, vous ajoutez un peu de beurre fin. »

sauce bolognaise
Effiler et hacher 4 branches de céleri. Éplucher et hacher 5 gros oignons. Ajouter à 1 bouquet garni traditionnel 4 feuilles de sauge et 2 branches de romarin.

Hacher grossièrement 500 g de viande de bœuf à braiser. Peler et concasser une dizaine de belles tomates. Éplucher et écraser 4 ou 5 gousses d'ail. Chauffer 5 cuillerées à soupe d'huile d'olive dans une cocotte. Y dorer la viande, puis les oignons, le céleri et l'ail. Ajouter les tomates et laisser fondre 10 min. Ajouter enfin le bouquet garni, 3,5 dl de fond brun de veau, 20 cl de vin blanc sec, du sel et du poivre. Couvrir et cuire 2 heures à feu très doux, en rajoutant un peu d'eau de temps en temps. Rectifier l'assaisonnement.

sauce Bontemps

Étuver au beurre 1 cuillerée à soupe d'oignon finement ciselé. Saler, ajouter 1 pincée de paprika et 2 dl de cidre. Faire réduire des deux tiers. Ajouter 2 dl de velouté gras et porter à ébullition. Retirer du feu, ajouter 40 g de beurre et 1 cuillerée de moutarde blanche. Passer au chinois-étamine.

sauce bordelaise

Couper en dés 25 g de moelle, la faire dégorger, puis la pocher ; égoutter. Hacher 1 cuillerée à soupe d'échalote. Mélanger avec 2 dl de vin rouge 1 brin de thym, 1 fragment de feuille de laurier et 1 pincée de sel. Faire réduire des deux tiers. Mouiller de 2 dl de demi-glace, réduire d'un tiers. Ajouter hors du feu 25 g de beurre et passer au chinois. Au dernier moment, ajouter la moelle et 1 cuillerée à café de persil ciselé.

sauce bourguignonne pour poissons

Réduire presque à sec un fumet de poisson avec 1 litre de vin rouge, les arêtes et les parures du poisson en préparation, 1 oignon moyen émincé, 1 petit bouquet garni, 1 poignée de pelures de champignon, du sel et du poivre. Détendre la réduction avec de la cuisson du poisson. Passer au chinois-étamine. Lier avec un peu de sauce espagnole maigre. Monter au beurre.

sauce bourguignonne pour viandes et volailles

Couper en dés 75 g de poitrine demi-sel, la faire blanchir, l'égoutter et la dorer au beurre. Émincer finement des oignons et des champignons, et faire étuver dans du beurre 4 ou 5 cuillerées à soupe du mélange avec 2 bonnes cuillerées à soupe de mirepoix ; ajouter les dés de lard, remuer ; verser le tout dans le récipient de cuisson de la viande ou de la volaille et remuer pour faire blondir. Bien remuer ; mouiller alors de 5 dl de vin rouge et 2 dl de fond brun légèrement lié, ajouter 1 bouquet garni, saler, poivrer et faire réduire des deux tiers. Au moment de l'emploi, passer la sauce au chinois-étamine en pressant au maximum et la monter avec 50 g de beurre.

sauce bretonne

Tailler en julienne le blanc de 1 poireau, le quart de 1 cœur de céleri-branche et 1 oignon finement émincé. Faire fondre 15 min, doucement et à couvert avec 1 cuillerée de beurre et 1 pincée de sel. Ajouter 2 cuillerées à soupe de julienne de champignon et 1 verre de vin blanc sec ; faire réduire à sec. Ajouter 1,5 dl de velouté maigre et faire bouillir vivement pendant 1 min. Rectifier l'assaisonnement. Au moment de servir, incorporer 1 grosse cuillerée à soupe de crème épaisse et 50 g de beurre frais.

sauce Cambridge

Dessaler complètement 6 anchois au sel, puis retirer les arêtes. Broyer ensemble 3 jaunes d'œuf durs, la chair des anchois, 1 cuillerée à soupe de câpres et 1 petit bouquet d'estragon et de cerfeuil. Ajouter au mélange 1 cuillerée à soupe de moutarde anglaise et du poivre. Monter à l'huile d'arachide ou de tournesol, puis ajouter 1 cuillerée à soupe de vinaigre. Rectifier l'assaisonnement. Ajouter de la ciboulette et du persil ciselés.

sauce cardinal

Réduire de moitié 2 dl de velouté maigre et 1 dl de fumet de poisson. Ajouter 1 dl de crème et chauffer. Hors du feu, incorporer 50 g de beurre de homard. Relever d'une pointe de piment de Cayenne et passer au chinois-étamine. Aromatiser à l'essence de truffe ou garnir de 1 cuillerée de truffe hachée.

sauce chasseur

Émincer 150 g de champignons (des mousserons, si possible) et hacher 2 échalotes. Dorer le tout au beurre, puis verser 1 dl de vin blanc et laisser réduire de moitié. Flamber avec 4 cl de cognac. Ajouter alors 4 dl de fond brun de veau légèrement lié et tomaté. Faire réduire doucement pendant une dizaine de minutes en ajoutant 30 g de beurre et 1 cuillerée de fines herbes ciselées (estragon, cerfeuil, persil).

sauce Chateaubriand

Faire réduire des deux tiers 1 dl de vin blanc avec 1 cuillerée à soupe d'échalote hachée et des parures de champignon. Mouiller de 1,5 dl de demi-glace ou de glace de viande légère, et faire réduire de moitié. Hors du feu, ajouter 100 g de beurre et 1 cuillerée d'estragon et de persil hachés, ou monter la sauce au beurre maître-d'hôtel. Relever d'un peu de jus de citron et d'un peu de piment de Cayenne. Bien mélanger.

sauce chaud-froid blanche pour abats blancs, œufs et volailles

Mettre dans un plat à sauter à fond épais 3,5 dl de velouté ordinaire et 1/2 dl d'essence de champignon. Faire réduire à plein feu, en remuant à la spatule, puis ajouter peu à peu 4 dl de gelée blanche de volaille et 1,5 dl de crème fraîche. Réduire jusqu'à ce que la sauce nappe bien la spatule. Passer à l'étamine ou à la mousseline. Vanner jusqu'à complet refroidissement. Parfumer selon la recette.

RECETTE DU CHEF DENIS

sauce chaud-froid blanche pour volailles

« Faire dégorger à l'eau froide un jarret de veau, puis l'égoutter et le mettre dans un fait-tout avec 1,5 kg de carcasses de poulet et de dinde, 3 litres d'eau froide, 3 ou 4 oignons coupés en quartiers, 1 oignon piqué de 4 clous de girofle, 3 ou 4 blancs de

poireau, 3 ou 4 côtes de céleri effilées et coupées en tronçons, 1 gros bouquet garni et du poivre moulu. Ne pas saler : le bouillon doit réduire beaucoup. Couvrir, amener à ébullition, puis découvrir à moitié et écumer ; laisser cuire à petits frémissements pendant 3 heures environ en dégraissant à mesure. Passer et laisser refroidir : le bouillon s'est transformé en gelée. Pour préparer la sauce chaud-froid, porter à ébullition ce litre de bouillon en gelée et lui incorporer peu à peu 10 cuillerées à soupe de crème fraîche, puis, progressivement, 16 jaunes d'œuf délayés dans le mélange gelée-crème et, pendant le refroidissement, 300 g de beurre frais. »

sauce chaud-froid brune ordinaire pour viandes diverses

Mettre dans une russe ou dans une sauteuse à fond épais 3,5 dl de demi-glace et 2 dl de fond brun clair enrichi en éléments gélatineux. Faire réduire d'un bon tiers sur feu vif, en remuant à la spatule et en ajoutant par petites quantités 4 dl de gelée. Retirer du feu, ajouter 2 cuillerées de madère ou de tout autre vin, selon la recette ; passer à la mousseline. Vanner la sauce jusqu'au bon point de refroidissement.

RECETTE DU CHEF DENIS

sauce chaud-froid brune pour poissons et gibiers

« Mélanger 1/2 litre de demi-glace et 1/2 litre de fumet de poisson ou de gibier très réduit (il doit avoir la consistance d'une gelée tremblotante) et clarifié. Verser progressivement le mélange chaud sur 16 jaunes d'œuf, en fouettant, et beurrer de 200 g de beurre, toujours en fouettant. »

sauce chevreuil pour gibier

Faire revenir des parures de gibier avec une garniture aromatique taillée en mirepoix. Déglacer avec un peu de vinaigre et de vin rouge ou la marinade du gibier. Mouiller avec de la sauce espagnole ou de la sauce poivrade. Faire réduire. Ajouter une pointe de cayenne et une pincée de sucre. Passer au chinois-étamine. Tamponner.

sauce Choron

Additionner 2 dl de sauce béarnaise de 2 cuillerées à soupe de purée de tomate tiède, très réduite et passée au tamis.

sauce Colbert (ou beurre Colbert)

Délayer 2 cuillerées à soupe de glace blonde de viande avec 1 cuillerée à soupe de fond de volaille et faire bouillir. Ramollir 125 g de beurre à la spatule de bois ; hors du feu, l'incorporer à la glace de viande. Saler, poivrer, ajouter une pointe de muscade râpée et de poivre de Cayenne. Ajouter, en vannant, le jus d'un demi-citron, 1 cuillerée à soupe de persil ciselé et 1 cuillerée à soupe de madère.

sauce Cumberland

Ébouillanter et égoutter 1 cuillerée à dessert d'échalote hachée. Râper du zeste d'orange et de citron, le blanchir, l'éponger et le détailler en julienne. Mélanger le hachis d'échalote et 2 cuillerées à dessert de julienne de zeste avec 1 cuillerée à soupe de moutarde. Faire fondre 2 dl de gelée de groseille et l'ajouter au mélange, ainsi que 1 dl de porto et les jus de 1 orange et de 1 petit citron. Assaisonner de sel, de 1 pointe de poivre de Cayenne et, éventuellement, de poudre de gingembre.

sauce diable

Mélanger 1,5 dl de vin blanc sec, 1 cuillerée à soupe de vinaigre, 1 cuillerée à soupe d'échalote finement hachée, 1 brindille de thym, 1/4 de feuille de laurier et 1 forte pincée de poivre fraîchement moulu. Faire réduire des deux tiers. Mouiller de 2 dl de demi-glace tomatée et laisser bouillir 2 ou 3 min. Passer à l'étamine ou au chinois. Au moment de servir, ajouter 1 cuillerée à café de persil haché.

sauce à la diable anglaise

Réduire presque à sec 1,5 dl de vin blanc et 5 cl de vinaigre additionné de 1 cuillerée d'échalote finement hachée. Mouiller de 2,5 dl de sauce espagnole et de 2 cuillerées de purée de tomate ou de demi-glace tomatée. Cuire 5 min sur feu doux. Au dernier moment, ajouter 1 cuillerée de Worcestershire sauce, 1 cuillerée de Harvey sauce et relever d'un peu de piment de Cayenne. Passer à l'étamine ou au chinois et tamponner.

sauce dijonnaise

Broyer 4 jaunes d'œuf durs avec 4 cuillerées de moutarde de Dijon. Saler et poivrer. Monter le mélange avec 50 cl d'huile et l'assaisonner de jus de citron.

sauce à la duxelles

Préparer 250 g de duxelles de champignon. Ajouter 1 dl de vin blanc et réduire presque à sec. Mouiller de 1,5 dl de demi-glace et de 1 dl de fondue de tomate tamisée, ou de sauce demi-glace très tomatée. Faire bouillir 2 ou 3 min, et ajouter un peu de persil haché.

RECETTE D'ANTONIN CARÊME

sauce aux écrevisses

« Après avoir lavé un demi-cent de moyennes écrevisses de Seine, vous les faites cuire avec une demi-bouteille de vin de Champagne, un oignon émincé, un bouquet assaisonné, une pincée de mignonnette et fort peu de sel ; lorsque vos écrevisses sont froides, vous les égouttez et vous passez la cuisson au tamis de soie ; vous la faites réduire de moitié, puis vous y ajoutez deux grandes cuillerées à ragoût de sauce allemande ; faites réduire à point, et ajoutez un demi-verre de champagne. Réduction faite, vous passez la sauce à l'étamine ; au moment du service, vous y joignez un peu de glace et de beurre fin, puis les queues d'écrevisse que

Sauces mères et principales sauces dérivées *

sauces mères blanches	***sauces dérivées***
sauce allemande	sauces aromatiques, sauce Richelieu, sauce Villeroi
sauce Béchamel	mustard sauce, sauce Mornay, sauce Nantua, sauce Soubise
velouté de poisson	sauce Bercy, sauce estragon, sauce marinière, sauce normande, sauce Véron
velouté de veau	sauce andalouse, sauce Bontemps, sauce bretonne, sauce cardinal, sauce hongroise
velouté de volaille	sauce Albufera, sauce aurore, sauce bourguignonne pour viandes et volailles, sauce chaud-froid blanche pour abats blancs, œufs et volailles, sauce chaud-froid blanche pour volailles, sauce estragon, sauce royale, sauce suprême
sauces mères brunes	***sauces dérivées***
demi-glace ou fond lié	sauce aigre-douce, sauce Chateaubriand, sauce-chaud-froid brune pour viandes, sauce chaud-froid brune pour poissons et gibiers, sauce Colbert, sauce diable, sauce à la duxelles, sauce Godard, sauce à l'estragon pour œuf mollets ou pochés, sauce hachée, sauce lyonnaise, sauce matelote, sauce à la moelle, sauce moutarde pour grillades, sauce Périgueux, sauce poivrade, sauce grand veneur, sauce rouennaise, sauce Sainte-Menehould, sauce au sang, sauce Solferino, sauce tortue, sauce à la truffe, sauce zingara
sauce espagnole	sauce bigarade, sauce bordelaise, sauce chevreuil, sauce à la diable anglaise, sauce financière, sauce aux pignoles à l'italienne, sauce Saint-Malo, sauce venaison
sauce tomate	sauce barbecue, sauce bolognaise, sauce chasseur
sauces au beurre ou au lait	***sauces dérivées***
sauce au beurre	bread sauce, egg sauce, sauce bourguignonne pour poissons, sauce genevoise, sauce aux huîtres, sauce indienne, sauce oursinade, sauce poulette, sauces au raifort chaude *(Albert sauce)* et froide
sauces émulsionnées chaudes	***sauces dérivées***
béarnaise	sauce Choron, sauce Foyot, sauce à la truffe
hollandaise	sauce mousseline, sauce waterfish
sauces émulsionnées froides	***sauces dérivées***
mayonnaise	aïoli, rouille, sauce andalouse, sauce Cambridge, sauce dijonnaise, sauce La Varenne, sauce rémoulade, sauce russe, sauce tartare
vinaigrette	anchoyade, sauce gribiche, sauce ravigote

** Les recettes de toutes ces sauces se trouvent à leur ordre alphabétique.*

vous avez parées selon les règles. On doit ajouter à cette sauce un beurre d'écrevisse préparé avec les coquilles d'écrevisses dont les queues entrent dans la sauce. »

RECETTE DU CHEF DENIS

sauce espagnole

« Faire un roux brun avec 30 g de beurre et 30 g de farine. Ajouter 1 cuillerée à ragoût de mirepoix, 50 g d'épluchures de champignon, 1 kg de tomates concassées (ni pelées ni épépinées). Mouiller de 2,25 litres de fond brun et laisser cuire tout doucement de 3 à 4 heures, en épurant soigneusement la sauce à l'aide d'une petite louche plate. Passer au tamis très fin ou, mieux encore, à la mousseline, de préférence à froid. »

sauce à l'estragon pour œufs mollets ou pochés

Hacher grossièrement 100 g de feuilles d'estragon lavées et épongées, et y ajouter 1 dl de vin blanc. Faire réduire complètement, puis ajouter 2 dl de demi-glace ou de fond de veau brun lié. Laisser bouillir quelques instants, puis passer au tamis très fin. Réserver au bain-marie et tamponner en surface. Au moment du service, ajouter 1 cuillerée d'estragon frais ciselé.

RECETTE D'ANTONIN CARÊME

sauce financière

« Mettez dans une casserole quelques émincés de jambon maigre, une pincée de mignonnette, un peu de thym et de laurier, des parures de champignon et de truffe et deux verres de madère sec ; faites mijoter et réduire à petit feu ; ajoutez deux cuillerées

à ragoût de consommé et deux grandes cuillerées d'espagnole travaillée. Lorsque cette sauce est à moitié réduite, vous la passez à l'étamine, puis vous la remettez sur le feu en y mêlant un demi-verre de madère ; faites réduire à point. Après quoi, vous servez la sauce dans une casserole bain-marie. »

sauce Foyot

Préparer 2 dl de sauce béarnaise. La passer et ajouter 2 cuillerées à soupe de glace de viande, en remuant.

sauce genevoise

Concasser 500 g de parures de saumon. Éplucher et couper en mirepoix 1 belle carotte et 1 gros oignon ; couper en petits tronçons 10 queues de persil, et faire sauter le tout 5 min dans 15 g de beurre, sur feu doux. Ajouter 1 brindille de thym, 1/2 feuille de laurier, du poivre et les parures de poisson ; cuire 15 min, tout doucement et à couvert. Retirer le beurre de cuisson, ajouter 1 bouteille de vin rouge (chambertin ou côtes-du-rhône) et un peu de sel ; laisser réduire à feu doux de 30 à 40 min. Passer alors la sauce au chinois, en foulant bien ; lier de 1 cuillerée à café de beurre manié. Selon le goût, ajouter, en remuant, 1 cuillerée à soupe de beurre d'anchois et rectifier l'assaisonnement.

sauce Godard

Faire fondre au beurre 2 cuillerées à soupe de mirepoix au gras, y ajouter 2 dl de champagne et faire réduire de moitié. Mouiller de 2 dl de demi-glace et de 1 dl d'essence de champignon, et faire réduire encore d'un tiers. Passer à l'étamine.

sauce grand veneur

Faire réduire une sauce poivrade confectionnée avec les parures de la pièce de venaison cuisinée, de façon à en obtenir au moins 2 dl. La passer, puis y incorporer 1 cuillerée à soupe de gelée de groseille et 2 cuillerées à soupe de crème. Fouetter.

sauce gribiche

Bien écraser 1 jaune d'œuf à peine dur pour le réduire en pâte très fine. Monter celle-ci petit à petit avec 2,5 dl d'huile en fouettant. Ajouter 2 cuillerées à soupe de vinaigre, du sel, du poivre, 1 cuillerée à soupe de câpres ou de cornichons, autant de persil, de cerfeuil et d'estragon ciselés, et le blanc de l'œuf dur taillé en julienne.

sauce hachée

Faire étuver 15 min 1 grosse cuillerée à soupe d'oignon haché dans 1 cuillerée à soupe de beurre, puis ajouter 1/2 cuillerée à soupe d'échalote hachée et cuire de 5 à 10 min encore. Verser 1 dl de vinaigre et faire réduire des trois quarts. Ajouter 1,5 dl de demi-glace et 1 dl de purée de tomate, et laisser bouillir 5 min. Au moment de servir, incorporer 1 cuillerée à soupe de maigre de jambon haché, autant de duxelles de champignon bien sèche, de câpres, de cornichons hachés et de persil ciselé, tous ces éléments restant tels quels dans la sauce, qui n'est pas passée.

sauce hollandaise

Clarifier 500 g de beurre et le décanter. Dans une petite sauteuse de taille appropriée, mettre 4 cuillerées à soupe d'eau, du sel fin, 1 pincée de piment de Cayenne et 8 jaunes d'œuf. Bien mélanger. À l'aide d'un fouet, monter cette sauce sur feu doux ou au bain-marie. Dès que les jaunes ont pris la consistance d'une pommade mousseuse, les retirer du feu et incorporer progressivement le beurre clarifié sans arrêter de fouetter, en faisant bien le tour de la casserole. Vérifier l'assaisonnement, ajouter 1/2 jus de citron et passer la sauce à l'étamine. Servir aussitôt.

sauce hongroise

Éplucher des oignons, les hacher et les faire étuver au beurre, sans les laisser colorer. Saler, poivrer, poudrer de paprika. Pour 5 bonnes cuillerées à soupe d'oignon fondu, ajouter 2,5 dl de vin blanc et 1 petit bouquet garni. Faire réduire des deux tiers. Mouiller de 5 dl de velouté (gras ou maigre). Faire bouillir 5 min sur feu vif, passer à l'étamine et compléter avec 50 g de beurre.

sauce aux huîtres

Ouvrir 12 huîtres et les faire pocher. Mouiller un roux blond, composé de 20 g de beurre et de 20 g de farine, avec 1 dl de la cuisson des huîtres, 1 dl de lait et 1 dl de crème. Rectifier l'assaisonnement. Porter à ébullition et cuire 10 min. Passer à l'étamine. Ajouter les huîtres, ébarbées et escalopées. Relever d'une petite pointe de poivre de Cayenne. En Angleterre, cette *oyster sauce* accompagne traditionnellement le cabillaud poché.

sauce indienne

Éplucher et ciseler 2 gros oignons et 2 pommes acidulées ; les faire fondre dans 4 cuillerées à soupe d'huile. Ajouter 1 cuillerée à soupe de persil haché, autant de céleri émincé, 1 petite branche de thym, 1/2 feuille de laurier et un fragment de macis, du sel et du poivre. Poudrer de 25 g de farine et de 1 cuillerée à soupe de cari ; mélanger, mouiller de 50 cl de consommé ou de fond blanc de volaille, remuer et cuire doucement 30 min. Passer la sauce au chinois. Ajouter 1 cuillerée à café de jus de citron et 4 cuillerées à soupe de crème fraîche, et éventuellement un peu de lait de coco. Faire réduire un peu, rectifier l'assaisonnement.

sauce La Varenne

Additionner 25 cl de mayonnaise de 2 ou 3 cuillerées à soupe de duxelles de champignon cuite à l'huile et refroidie, puis de 1 cuillerée à soupe de persil haché et autant de cerfeuil ciselé.

sauce lyonnaise

Éplucher et émincer finement des oignons. En faire fondre 3 cuillerées à soupe avec 1 cuillerée à soupe de beurre. Ajouter 50 cl de vinaigre et autant de vin blanc. Faire réduire le tout presque à sec, puis mouiller de 2 dl de demi-glace. Laisser bouillir 3 ou 4 min, puis passer la sauce au chinois ou la servir telle quelle.

sauce marinière
Préparer une sauce Bercy avec la cuisson de moules marinière. La lier de 2 jaunes d'œuf pour 1,5 dl de sauce, sur feu doux, en fouettant sans arrêt.

sauce matelote
Faire suer au beurre en proportions égales des oignons et des échalotes, émincés. Mouiller de vin rouge, ajouter un peu de poivre mignonnette, des parures de champignon, 1 bouquet garni et 1 clou de girofle. Réduire à glace. Mouiller de nouveau avec du fumet de poisson au vin rouge ou du court-bouillon de poisson au vin rouge. Faire réduire de moitié, puis ajouter de la sauce demi-glace ou de la sauce espagnole maigre. Cuire la sauce quelques minutes, la dépouiller, puis la passer à l'étamine. Hors du feu, la monter au beurre.

sauce à la menthe
Mouiller de 1,5 dl de vinaigre et de 4 cuillerées à soupe d'eau 50 g de feuilles de menthe taillées en julienne fine. Laisser macérer dans un bol avec 25 g de cassonade blanche ou de sucre en poudre, une pincée de sel et un peu de poivre.

sauce à la moelle
Hacher finement 3 belles échalotes. Mouiller de 2 verres de vin blanc, saler, poivrer et faire réduire de moitié. Ajouter 2 cuillerées à soupe de fond de veau lié ou de sauce de viande bien réduite, ou 1 cuillerée à soupe de glace de viande, et mélanger. Faire pocher 75 g de moelle dégorgée et la couper en petits dés. Hors du feu, incorporer à la réduction 100 g de beurre divisé en parcelles, puis 1 cuillerée à soupe de jus de citron et enfin les dés de moelle. Parsemer de persil ciselé.

sauce Mornay
Chauffer 50 cl de béchamel. Hors du feu, lui ajouter 2 jaunes d'œuf battus avec, éventuellement, un peu de crème. Réchauffer quelques secondes. Incorporer sans fouetter 70 g de gruyère râpé tamisé. Tamponner.

sauce mousseline
Préparer une sauce hollandaise serrée en y incorporant, au moment de servir, de la crème fouettée bien ferme, dans la proportion de 1 dl de crème fouettée pour 2 dl de sauce hollandaise.

sauce moutarde pour grillades
Faire étuver au beurre 50 g d'oignons finement ciselés. Verser 1,5 dl de vin blanc, saler, poivrer et faire réduire presque à sec. Ajouter alors 2,5 dl de demi-glace et faire réduire d'un tiers. Incorporer 1 grosse cuillerée à soupe de moutarde de Dijon, 1 filet de jus de citron et 1 cuillerée à soupe de beurre.

sauce moutarde pour poissons froids
Faire réduire d'un tiers de la crème fraîche ; y ajouter ensuite le quart de son volume de moutarde de Dijon et un filet de jus de citron. Fouetter pour obtenir une sauce mousseuse.

sauce Nantua
Préparer une béchamel ou un velouté léger de poisson. Y ajouter le même volume de cuisson d'écrevisse passée et autant de crème. Faire réduire le tout d'un tiers. Ajouter dans le mélange bouillant, en fouettant, 100 g de beurre d'écrevisse, 1 cuillerée à café de cognac et un soupçon de poivre de Cayenne. Passer au tamis très fin.

sauce normande
Chauffer dans une casserole à fond épais 2 dl de velouté de sole, 1 dl de fumet de poisson et 1 dl de cuisson de champignons. Délayer 2 jaunes d'œuf avec 2 cuillerées à soupe de crème, les mettre dans la casserole et faire réduire d'un tiers. Ajouter en une fois 50 g de beurre divisé en parcelles et 3 cuillerées à soupe de crème épaisse, et éventuellement un peu de cuisson de moules ou d'huîtres.

RECETTE DE CHRISTIANE MASSIA

sauce à l'oseille
« Faire cuire 2 échalotes hachées avec 1/2 verre de vermouth et laisser réduire de moitié. Ajouter 1 verre de crème ; laisser réduire jusqu'à consistance onctueuse. Ajouter alors 150 g de feuilles d'oseille, du sel et du poivre. Donner 2 ou 3 bouillons et laisser refroidir. Au moment de servir, ajouter quelques gouttes de jus de citron. »

sauce oursinade
Chauffer 100 g de beurre dans une casserole à fond épais et ajouter 6 jaunes d'œuf ; les mélanger et les mouiller avec 2 ou 3 verres de la « nage » des poissons auxquels la sauce est destinée, et fouetter sur feu doux jusqu'à ce que l'ensemble soit onctueux, comme pour un sabayon. Mettre au bain-marie. Ajouter le corail de 12 oursins et fouetter encore pour bien lier.

sauce Périgueux
Ajouter à 75 cl de sauce demi-glace corsée et serrée 1,5 dl d'essence de truffe et 100 g de truffe hachée.

RECETTE D'ANTONIN CARÊME

sauce aux pignoles à l'italienne
« Mettez dans une casserole deux onces de cassonade ou de sucre en poudre, deux cuillerées à ragoût de bon vinaigre, deux idem de blond de veau, un bouquet assaisonné, une pointe de muscade râpée et une pincée de mignonnette ; faites mijoter le tout sur un feu modéré ; réduction faite, vous y joignez deux grandes cuillerées de sauce espagnole travaillée et un verre de bon vin rouge de bordeaux Lafitte. Lorsque la réduction se trouve faite à point, vous passez la sauce à l'étamine, après quoi vous y mêlez une cuillerée à bouche de petites graines blanches que donnent les pins, et que les Italiens nomment " pignoles ". Au moment du service, ayez soin de faire bouillir une seconde les pignoles dans la sauce. »

sauce poivrade
Couper en petits dés 150 g de rouge de carotte, 100 g d'oignons et 100 g de lard de poitrine frais ; effiler 50 g de céleri-branche. Faire étuver 20 min avec 30 g de beurre, 1 brin de thym, 1/2 feuille de laurier et du poivre mignonnette. Ajouter 3 dl de vinaigre et 2 dl de marinade, puis faire réduire de moitié. Mouiller avec 1 litre de sauce demi-glace ou du fond brun de gibier légèrement lié (selon l'utilisation) et cuire doucement 30 min. Écraser une dizaine de grains de poivre, les ajouter à la sauce et laisser infuser 5 min. Rectifier éventuellement l'onctuosité avec un peu de marinade. Passer la sauce au chinois-étamine et tamponner.

sauce aux pommes
Préparer une marmelade de pomme très peu sucrée, lui incorporer un peu de cannelle en poudre ou des graines de cumin.

sauce poulette
Délayer 2 ou 3 jaunes d'œuf avec 4 dl de fond blanc de veau ou de volaille, ou de fumet de champignon ; mélanger au fouet. Chauffer 10 min en fouettant sans arrêt et en ajoutant le jus de 1/2 citron, puis 50 g de beurre. Retirer du feu lorsque la sauce nappe bien la cuillère.

sauce au raifort chaude (dite Albert sauce)
Cuire 4 cuillerées à soupe de raifort râpé dans 2 dl de consommé blanc. Ajouter 2,5 dl de sauce au beurre. Faire réduire, puis passer. Délayer 2 cuillerées à soupe de moutarde anglaise avec 2 cuillerées à soupe de vinaigre. Lier la sauce avec 2 jaunes d'œuf, puis ajouter la moutarde délayée.

sauce au raifort froide
Tremper de la mie de pain dans du lait, puis la presser. Ajouter du raifort râpé, du sel, du sucre, de la crème fraîche épaisse et du vinaigre.

sauce ravigote
Préparer une sauce vinaigrette avec 1 dl de vinaigre, 3 dl d'huile, 1 cuillerée de moutarde blanche, du sel fin et du poivre blanc. Incorporer 30 g d'oignons blancs très finement hachés, puis 2 cuillerées à café de petites câpres et des fines herbes hachées.

sauce rémoulade
Préparer une sauce mayonnaise avec 2,5 dl d'huile ; ajouter 2 cornichons taillés en très petits dés, 2 cuillerées à soupe d'herbes ciselées (persil, ciboulette, cerfeuil et estragon), 1 cuillerée à soupe de câpres égouttées et quelques gouttes d'essence d'anchois.

RECETTE D'ANTONIN CARÊME

sauce Richelieu
« Après avoir coupé quatre gros oignons en petits dés, vous les passez blonds dans du beurre clarifié, puis vous les égouttez sur un petit tamis de crin, pour les cuire ensuite dans 2 grandes cuillerées de consommé, en y joignant un peu de sucre fin, un peu de muscade râpée et de mignonnette. L'oignon étant cuit, vous ajoutez deux grandes cuillerées à ragoût de sauce allemande, un peu de glace de volaille et un peu de beurre fin ; puis vous passez la sauce avec pression à l'étamine fine. Au moment de servir, vous additionnez d'une demi-cuillerée à bouche de cerfeuil haché et blanchi. »

sauce Robert
Dorer dans 25 g de beurre 2 oignons hachés finement. Ajouter 2 dl de vin blanc et 1 dl de vinaigre, et faire réduire presque à sec. Ajouter 1/2 litre de sauce espagnole ou de demi-glace. Rectifier l'assaisonnement. Délayer 1 grosse cuillerée à soupe de moutarde blanche avec un peu de sauce, puis, hors du feu, l'ajouter au reste de la sauce et bien mélanger. Tamponner.

sauce rouennaise
Passer au mixeur puis au tamis fin 150 g de foies de canard rouennais bien dénervés. Faire réduire de moitié 75 g d'échalotes finement ciselées avec 35 cl de vin rouge bien corsé, puis mouiller avec 1 litre d'excellent fond brun de canard légèrement lié (ou de sauce demi-glace au canard). Réduire à nouveau. Hors du feu, incorporer les foies, sans laisser bouillir. Passer au chinois-étamine. Relever éventuellement l'assaisonnement. Monter au beurre. Servir immédiatement.

sauce royale
Mélanger 2 dl de velouté de volaille et 1 dl de fond blanc de volaille. Faire réduire de moitié, en ajoutant 1 dl de crème en cours de réduction. Incorporer 2 cuillerées de truffe crue hachée, puis 50 g de beurre, en fouettant, et enfin 1 cuillerée à soupe de xérès.

sauce russe froide
Mélanger en proportions égales du caviar et les parties crémeuses d'un homard passées au tamis fin. Préparer une mayonnaise et lui ajouter un quart de son volume de la purée précédente. Relever éventuellement avec un peu de moutarde douce.

sauce Saint-Malo
Mettre à fondre au beurre, sans les laisser colorer, 2 cuillerées à soupe d'échalotes ciselées. Ajouter 1 dl de vin blanc sec, puis 1 brin de thym, un fragment de feuille de laurier et 1 branche de persil plat. Faire réduire des deux tiers. Mouiller avec 1,5 dl de velouté de poisson ; éclaircir avec 1 dl de fumet de poisson et faire réduire d'un tiers. Passer au chinois-étamine ; terminer avec 1 cuillerée à café de moutarde, quelques gouttes d'*anchovy sauce* et 1 cuillerée à soupe de beurre.

sauce Sainte-Menehould
Mettre à fondre, pendant 10 min, 1 cuillerée à soupe d'oignon finement haché dans 1 cuillerée à soupe de beurre. Saler, poivrer, ajouter 1 pincée de thym, autant de laurier en poudre, 1 dl de vin blanc et 1 cuillerée à soupe de vinaigre. Faire réduire à sec, puis mouiller avec 2 dl de demi-glace. Laisser bouillir 1 min sur feu

vif, puis ajouter un peu de cayenne et, hors du feu, incorporer 1 cuillerée à soupe de moutarde, autant de cornichons coupés en très petits dés et autant de persil et de cerfeuil ciselés. Tamponner.

sauce sarladaise
Broyer 4 jaunes d'œuf durs et les délayer avec 2 cuillerées à soupe de crème fraîche épaisse. Ajouter 4 cuillerées à soupe de truffes fraîches très finement hachées et monter la sauce à l'huile d'olive. Incorporer 1 cuillerée à dessert de jus de citron, du sel, du poivre et 1 cuillerée à soupe de cognac.

sauce Solferino
Monter de la glace de viande au beurre d'échalote et au beurre maître d'hôtel, puis mettre la sauce au point avec de l'essence de tomate, un peu de cayenne et du jus de citron.

sauce Soubise
Peler et émincer 1 kg d'oignons blancs et les plonger dans beaucoup d'eau salée. Porter à ébullition, puis égoutter les oignons et les mettre dans une casserole avec 100 g de beurre, du sel, du poivre et une pincée de sucre ; couvrir et faire étuver de 30 à 40 min, sans laisser colorer. Ajouter aux oignons le quart de leur volume de béchamel épaisse ; bien mélanger et cuire 20 min encore. Rectifier l'assaisonnement et passer au tamis très fin. Ajouter 75 g de beurre et 1 dl de crème fleurette.

sauce suprême
Préparer un velouté avec un roux blanc et du fond blanc de volaille dense et bien aromatisé. Réduire au moins de moitié. Ajouter 3 ou 4 dl de crème fraîche et laisser réduire jusqu'à l'obtention de 6 dl de sauce ; celle-ci doit napper la cuillère. Hors du feu, ajouter 50 g de beurre. Passer au chinois-étamine.

sauce tartare
Préparer une mayonnaise en remplaçant le jaune d'œuf cru par du jaune d'œuf dur. L'additionner de ciboulette ciselée et d'oignon nouveau haché.

sauce tomate
Couper 100 g de lard de poitrine frais en petits dés ; les blanchir, les égoutter et les dorer dans 3 ou 4 cuillerées à soupe de beurre. Ajouter 100 g de carottes et 100 g d'oignons épluchés et coupés en dés ; les faire fondre à couvert entre 10 et 15 min, en laissant colorer légèrement. Poudrer de 60 g de farine tamisée et faire blondir. Ajouter 2 kg de tomates fraîches, pelées, épépinées et concassées (ou 200 g de concentré de tomate), 2 gousses d'ail écrasées, 1 bouquet garni et 150 g de maigre de jambon blanchi ; mouiller avec 1 litre de fond blanc ; saler, poivrer, ajouter 20 g de sucre et porter à l'ébullition en remuant. Couvrir et laisser mijoter 2 heures. Retirer alors l'ail, le bouquet garni et le jambon. Passer la sauce au chinois-étamine, la mettre dans une casserole au bain-marie et la tamponner avec un peu de beurre fondu juste tiède.

sauce tortue
Mettre dans 2,5 dl de fond de veau bouillant 3 g de sauge, 1 g de marjolaine, 1 g de romarin, 2 g de basilic, 1 g de thym et autant de laurier, une pincée de feuilles de persil et 25 g de pelures de champignon. Couvrir. Laisser infuser pendant 25 min et ajouter au dernier moment 4 grains de gros poivre. Passer l'infusion à la mousseline et en ajouter la quantité voulue dans 7 dl de sauce demi-glace, additionnée de 3 dl de sauce tomate ; réduire d'un quart et passer à l'étamine. Mettre au point avec 1 dl de madère, un peu d'essence de truffe et relever de cayenne.

RECETTE DU CHEF DENIS

sauce à la truffe
« Faire cuire pendant 10 min, dans moitié madère, moitié jus de viande, avec un soupçon de concentré de tomate, 1 truffe fraîche bien noire ; l'égoutter et la couper en julienne. Couvrir hermétiquement et faire " tomber " la cuisson presque à sec, puis ajouter 2 jaunes d'œuf et la truffe en julienne. Monter comme une béarnaise avec 200 g de beurre clarifié ; saler, poivrer. »

RECETTE D'ANTONIN CARÊME

sauce venaison
« Versez dans une casserole à ragoût un verre de vin vieux de Bourgogne, deux cuillerées de vinaigre ordinaire, deux cuillerées à bouche de sucre en poudre, la moitié de la chair d'un citron épépiné, puis un demi-pot de gelée de groseille ; faites réduire et ajoutez une grande cuillerée de sauce espagnole travaillée ; réduisez de nouveau, en y mêlant par intervalles un second verre de vin de Bourgogne. La sauce étant réduite à point, vous la passez à l'étamine. »

sauce Véron
Préparer une réduction d'herbes. La mouiller de 2 dl de sauce normande et de 2 cuillerées à soupe de fond de veau brun très réduit ou de glace de poisson. Relever d'une pointe de cayenne ; passer à l'étamine. Ajouter 1 cuillerée à soupe de cerfeuil ou d'estragon ciselé.

sauce vierge
Travailler en pommade 125 g de beurre. Lui incorporer 2 cuillerées à soupe de jus de citron, du sel, du poivre, et fouetter jusqu'à ce que le mélange soit mousseux.

sauce Villeroi
Faire réduire 2 dl de sauce allemande (grasse pour la viande, maigre pour le poisson) allongée de 4 cuillerées à soupe de fond blanc et de cuisson de champignons jusqu'à ce qu'elle nappe la spatule. Passer à l'étamine et vanner jusqu'à ce qu'elle soit à peine tiède.

sauce waterfish chaude
Détailler en julienne très fine 50 g de carotte, 25 g de blanc de poireau, 25 g de céleri-branche effilé, 30 g de racines de persil et 2 cuillerées à café de zeste

d'orange. Mettre le tout dans une casserole, mouiller de 2 dl de vin blanc sec et faire réduire à sec. Ajouter 2 dl de court-bouillon de poisson au vin blanc et faire réduire de nouveau à sec. Préparer 5 dl de sauce hollandaise et lui incorporer la julienne, puis 1 cuillerée de pluches de persil blanchies. Tenir au chaud au bain-marie.

sauce waterfish froide
Préparer une julienne de légumes comme pour la sauce waterfish chaude ; la mouiller de 2 dl de court-bouillon du poisson de la recette et faire réduire à sec. Dissoudre sur le feu 2 feuilles de gélatine dans 2 dl de court-bouillon, puis incorporer la julienne et laisser refroidir. Ajouter alors 1 cuillerée à soupe de cornichons hachés, autant de poivron rouge en petits dés, puis 1 cuillerée à dessert de câpres ; mélanger.

sauce zingara
Préparer 2,5 dl de sauce demi-glace, 2 cuillerées à soupe de sauce tomate tamisée et 1 cuillerée à soupe de julienne de jambon cuit, autant de langue écarlate et de champignons étuvés au beurre avec un peu de truffe. Ajouter la julienne à la demi-glace, puis incorporer la sauce et une pointe de paprika.

Yorkshire sauce
Prélever le zeste de 1 orange et le tailler en julienne ; en faire étuver pendant 20 min 1 grosse cuillerée à soupe dans 2 dl de porto. Égoutter le zeste et verser dans le porto 2 cuillerées à soupe de gelée de groseille, puis 1 pincée de poudre de cannelle et 1 pointe de poivre de Cayenne. Délayer, porter à ébullition, ajouter le jus de l'orange, puis passer au chinois. Incorporer la julienne cuite.

SAUCE DE DESSERT Accompagnement liquide d'un dessert ou d'un entremets, d'une glace, d'un sorbet ou de fruits pochés. Il s'agit le plus souvent d'une purée, d'un coulis ou d'une gelée de fruits, délayés dans du sirop, parfois aromatisés à la vanille ou à l'alcool, que l'on sert tièdes ou froids, en nappage ou en saucière. La crème anglaise parfumée est également utilisée comme sauce de dessert froide, de même que le chocolat fondu et les sabayons.

RECETTE DE PAUL ET JEAN-PIERRE HAEBERLIN

sauce à l'abricot
« Réduire en purée 500 g d'abricots dénoyautés, ajouter 5 dl d'eau et 500 g de sucre ; faire bouillir le tout 5 min. Ajouter 1 cuillerée à soupe de fécule délayée à l'eau froide. Enlever du feu et ajouter 3 cuillerées à soupe de kirsch. »

sauce au caramel
Dans une casserole, faire fondre 100 g de sucre semoule ; cuire jusqu'à ce que le caramel ait suffisamment de goût. Le décuire avec 20 g de beurre, de préférence demi-sel, puis ajouter 120 g de crème liquide préalablement bouillie. Faire de nouveau bouillir quelques instants et débarrasser dans une bassine plongée dans un bain-marie de glaçons.

sauce au cassis
Mettre une dizaine de morceaux de sucre dans une casserole avec 7 cl d'eau ; faire fondre, puis bouillir jusqu'à l'obtention d'un sirop. Passer 250 g de grains de cassis sous l'eau froide ; les essuyer et les broyer dans un appareil électrique. Verser la purée obtenue dans un chinois fin et la fouler avec un pilon. Mélanger le sirop et la purée de fruit, en ajoutant le jus de 1 citron.

sauce au chocolat
Faire fondre 100 g de chocolat à cuire au bain-marie avec 1 dl de lait et 20 g de beurre. Lorsque le mélange est bien lisse, ajouter 30 g de sucre et 1 grosse cuillerée de crème fraîche ; porter à ébullition en remuant et retirer aussitôt du feu.

sauce aux pêches crues
Ébouillanter des pêches pendant 30 s, les peler et les dénoyauter ; peser la pulpe et lui ajouter aussitôt le jus de 1 citron par kilo ; la réduire en purée, puis l'additionner du tiers de son poids de sucre semoule et, éventuellement, d'une liqueur de fruit. Cette sauce sert à napper des fruits rafraîchis, une charlotte, etc.

sauce aux pêches cuites
Ébouillanter des pêches, les peler, les dénoyauter et peser la pulpe ; y ajouter le jus de 1 citron par kilo et la réduire en purée. La mettre dans une casserole à fond épais avec la moitié de son poids de sucre et la cuire de 7 à 8 min à feu vif, en remuant ; la laisser tiédir et la parfumer à volonté d'une liqueur de fruit.

SAUCER Ajouter à une préparation, avec une cuillère ou une petite louche, tout ou partie de la sauce d'accompagnement. Cette opération se réalise en nappant le mets ou en l'entourant seulement d'un cordon de sauce, le reste de celle-ci étant servi dans une saucière.

SAUCIÈRE Pièce du service de table, en porcelaine ou en faïence, à bords hauts et de forme plus ou moins allongée, munie d'une poignée, servant à présenter la sauce ou le jus avec le plat qu'ils accompagnent. La saucière peut avoir un ou deux becs verseurs (mais on se sert toujours d'une cuillère). Dans la saucière pour jus de rôti à deux becs, un double fond permet de séparer le gras du jus proprement dit.

SAUCISSE Produit de charcuterie fait d'un boyau rempli de viande hachée et assaisonnée. La saucisse est généralement constituée de maigre et de gras de porc, éventuellement additionnés de veau, de bœuf, de mouton ou de volaille, avec parfois des abats, et toujours des condiments variés, d'où la diversité des préparations. Les éléments (« chair à saucisse ») sont hachés plus ou moins finement et embossés dans du menu (boyau) de porc ou de mouton.

■ **Saucisses françaises.** Les catégories se définissent selon qu'elles sont crues ou cuites.

• SAUCISSES CRUES, À GRILLER, À POÊLER OU À FRIRE. Elles regroupent essentiellement les saucisses longues et les chipolatas (chair à saucisse classique, dans du menu de mouton de petit calibre), la saucisse de Toulouse (hachage assez gros de viande pur porc, sur 3 à 4 cm de diamètre), les crépinettes, ou saucisses plates (chair à saucisse parfois additionnée de persil plat ou en feuilles et enveloppée dans des morceaux de crépine), et diverses spécialités régionales comme la petite saucisse du Bordelais, qui se déguste grillée avec du vin blanc et des huîtres, notamment à Arcachon, les diots savoyards et la saucisse blanche d'Alsace, à frire.

• SAUCISSES CRUES ÉTUVÉES. Fumées ou non, elles se consomment le plus souvent cuites à l'eau. C'est le cas des saucisses du type Morteau (pur porc, fermées par une cheville de bois qui permet de les suspendre pour le fumage) ou Montbéliard, ainsi que du cervelas de Lyon, charcuterie fine pur porc. Néanmoins, les gendarmes, fortement séchés et fumés, d'origine suisse et autrichienne, se mangent parfois crus. La saucisse de Francfort se présente sous deux types : la vraie *Frankfurter* allemande est constituée d'une pâte fine pur porc, fumée à froid et vendue crue, à pocher ; la francfort de fabrication française est généralement pur porc, sous boyau de mouton, étuvée, pochée et fumée, parfois teintée par coloration.

Caractéristiques des différentes variétés de saucisses crues

variétés	origine	fabrication	aspect
à griller, à poêler, à frire			
chipolata	toute la France	pur porc, embossée en boyau naturel	portions 6 cm
crépinette	toute la France	chair à saucisse enrobée de crépine de porc, parfois avec persil haché	rectangulaire
merguez, ou mergues	toute la France	« véritable merguez » rouge sombre, pur bœuf ou bœuf et mouton, avec piment rouge, poivre	portions, calibre 18-20 mm
saucisse longue	toute la France	chair à saucisse hachée moyen ou gros, embossée en boyau naturel 20 mm	portions 12-15 cm
saucisse paysanne	Alsace, Lorraine	farce fine et viande de porc, en boyau de porc 30-35 mm	portions 100-150 g
saucisse de Toulouse	toute la France	pur porc en hachage grossier, en boyau de porc 35-40 mm	en brasses
saucisse au vin blanc	Charentes, Ouest	pur porc, vin blanc, oignon, en boyau naturel 20-22 mm	portions 5-6 cm
étuvées, à pocher			
cervelas lyonnais	région lyonnaise	hachage pur porc, assez gros, en boyau de porc, avec parfois truffes ou pistaches, étuvé à chaud	portions 400-900 g
saucisse cocktail	toute la France	pâte fine, pur porc, en boyau 20-24 mm, étuvée, fumée, pochée avec ou sans colorant	portions 4 cm
saucisse de Francfort	toute la France	pâte fine, pur porc, en boyau 22-26 mm, étuvée et colorée en jaune au pochage, ou étuvée et fumée sans coloration	portions 125-150 g
saucisse de Montbéliard	toute la France	morteau avec cumin, vin rouge, échalotes, en menu de porc 30-40 mm	portions sans chevilles de bois
saucisse de Morteau	toute la France	gros hachage pur porc, en chaudin de porc 35-50 mm, fumé lentement à froid	portions fermées par une cheville de bois
saucisse de Strasbourg	toute la France	pâte fine, porc et bœuf, en boyau 18-24 mm, colorée en rouge au pochage après étuvage	portions 10 cm
à tartiner			
saucisse *Mettwurst*	Alsace, Est	viande de bœuf, porc et gras de porc, épices (cumin, muscade, piment, paprika…), fumée à froid (jaune-brun)	petites portions (environ 15 cm)
saucisse « soubressade »	Sud	morceaux de maigre dans farce homogène et grasse, très aromatisée, colorée au piment doux	portions en fer à cheval

• Saucisses crues à tartiner. Ce sont surtout la *Mettwurst* alsacienne, ou « tartinette » (porc et bœuf, souvent relevés de muscade et de paprika), la soubressade (fortement aromatisée et colorée au piment doux) et la *longaniza* (au piment et à l'anis) – toutes deux d'origine espagnole –, que l'on peut aussi faire griller doucement.
• Saucisses crues à poêler et à griller. Elles comprennent la merguez (pur bœuf ou bœuf et mouton additionnés parfois de porc [mention obligatoire], colorée de poivron rouge et pimentée), le chorizo (pur porc ou porc et bœuf, doux ou piquant), que l'on mange aussi cru, et diverses spécialités : saucisse de couenne, figatellis corses (au foie de porc) et sabodet ou coudenat (à base de tête).

Certains produits de charcuterie subissent une maturation-dessiccation et deviennent, de ce fait, des saucissons secs ; ils sont néanmoins vendus sous le nom de « saucisses sèches », telles les saucisses « de montagne » ou d'Auvergne, dont certaines bénéficient d'un label. On les consomme mi-sèches ou sèches.

Il existe enfin des saucisses vendues cuites à cœur, dont la plus connue est la saucisse de Strasbourg (ou knack), souvent colorée en rouge ou orange, mais aussi les saucisses « cocktail », de composition plus ou moins fine, la saucisse viennoise (maigre de veau et de porc et gras de porc), sous boyau jaune pâle, la « saucisse de viande » (pâte fine à base de bœuf, de porc ou de volaille, sous boyau de 4 à 6 cm de diamètre) et le cervelas de Strasbourg.

■ **Saucisses étrangères.** C'est en Allemagne que l'on trouve la plus grande variété de saucisses : la *Plockwurst* (bœuf et porc), à peau brune et luisante, à pocher ; la saucisse fraîche de foie de porc, à tartiner ; la *Bierwurst,* pour accompagner la bière ; la saucisse à cuire du Holstein (porc et bœuf) ; la *Bratwurst,* à poêler, aux nombreuses variantes ; la *Zungenwurst* (maigre de porc, sang et langue), aux gros dés apparents, cuite, à manger froide ; la *Schinkenwurst* fumée, à pocher (bœuf et maigre de porc à grain épais) ; les minces saucisses de Nuremberg aux aromates, à griller ; la *Brägenwurst* de Westphalie (longue et mince, légèrement fumée, au lard, à la cervelle de porc, au gruau d'avoine et à l'oignon).

Parmi les saucisses des autres pays, mentionnons les saucisses de Cambridge, enrobées de chapelure, à griller ; les saucisses de Pologne (porc, bœuf et gras), au persil, au paprika ou à l'oignon, le plus souvent fumées, à frire ou à pocher avec des lentilles ; et les saucisses madrilènes, où veau et lard sont mêlés à des sardines à l'huile.

chair à saucisse, chair à saucisse fine ou farce fine de porc → CHAIR À SAUCISSE

saucisse à la languedocienne
Rouler en spirale 1 kg de saucisse de Toulouse et la piquer avec 2 brochettes croisées pour qu'elle garde cette forme. Chauffer dans une sauteuse 3 cuillerées à soupe de graisse d'oie et y mettre la saucisse. Ajouter 4 gousses d'ail émincées et 1 bouquet garni. Cuire 18 min à couvert ; retourner la saucisse à mi-cuisson. L'égoutter, la débrocher, la dresser dans un plat rond et la tenir au chaud. Déglacer la sauteuse avec 2 cuillerées à soupe de vinaigre, puis mouiller de 3 dl de bouillon et de 1 dl de purée de tomate ; faire réduire. Ajouter 3 cuillerées à soupe de câpres au vinaigre et 1 cuillerée à soupe de persil ciselé. Mélanger et napper la saucisse de cette sauce.

saucisses à la catalane
Faire rissoler au saindoux, dans un plat à sauter, 1 kg de grosses saucisses, jusqu'à ce qu'elles soient dorées ; les retirer. Saupoudrer de 2 cuillerées à soupe de farine en remuant pour faire blondir, puis ajouter 1 cuillerée de tomate concentrée, 1 verre de vin blanc et 1 verre de bouillon. Bien mélanger, cuire 10 min, passer. Faire blanchir 24 gousses d'ail épluchées. Remettre les saucisses dans le plat à sauter, ajouter l'ail, 1 bouquet garni et 1 petit morceau d'écorce d'orange séchée. Verser la sauce passée sur les saucisses, couvrir et cuire doucement 30 min.

saucisses grillées
Piquer à la fourchette des chipolatas, des crépinettes ou un morceau de saucisse de Toulouse. Disposer les saucisses côte à côte, la saucisse de Toulouse roulée en spirale sur la grille du four ou dans le porte-aliments d'un gril vertical. Faire griller doucement pour que le centre cuise et que l'extérieur ne brûle pas. Servir avec une purée légère de pomme de terre, de légumes frais ou de haricots secs.

SAUCISSON
SAUCISSON Produit de charcuterie, fait d'un hachis de viande assaisonné mis sous boyau, qui se mange soit cru, après un traitement de maturation-dessiccation, soit cuit. Il existe une grande variété de saucissons, tant en France qu'à l'étranger.

■ **Saucissons secs.** La fabrication des saucissons séchés (voir tableau) est de très ancienne tradition. Elle obéit à des règles précises qui confèrent à ces différentes spécialités leur arôme, leur texture et leur goût : désossage et parage des viandes, préparation de la « mêlée » (broyage du gras et du maigre avec les épices), embossage, étuvage (préséchage à 20-25 °C), séchage et maturation à 14 °C, pendant au moins quatre semaines.

Un bon saucisson sec est ferme au toucher, voire dur, avec un arôme notable, recouvert d'une « fleur », signe d'une fermentation correctement menée, de préférence à nu.

On le sert coupé en fines rondelles dont on a ôté la peau, en ravier, avec du beurre frais, en hors-d'œuvre, voire en amuse-gueule avec l'apéritif.

Le saucisson sec fait partie des assortiments de charcuterie servis lors des buffets campagnards ; il intervient aussi dans les sandwichs et les canapés.

■ **Saucissons cuits.** Certains produits de charcuterie, utilisés en cuisine (en brioche ou en pâte, en garniture) ou servis en hors-d'œuvre froids, sont des saucissons cuits (voir tableau).

Caractéristiques des différentes variétés de saucissons

variétés	origine	fabrication	aspect
jésus cuit	Franche-Comté, Jura	hachage moyen, embossé en boyau naturel de porc	10 cm de diamètre
jésus sec	toute la France	pur porc, ou porc et boeuf, embossé en boyau de porc, composition très proche de la rosette	> 10 cm de diamètre
judru	Morvan	hachage grossier, embossé en boyau ou chaudin de porc	gros diamètre
mortadelle	Italie	pâte fine cuite à sec, en étuve spéciale ; avec cubes de gras, pistaches, graines de coriandre, embossée en boyau	rose clair, présence de piment, paprika, 15 cm de diamètre
rosette	toute la France	hachage pur porc, embossée en fuseau (côlon terminal) naturel ou reconstitué, ficelée ou sous filet élastique, maturation longue	forme de fuseau
salami	Italie, Allemagne, Danemark, France, Hongrie	hachage fin, souvent porc et bœuf, parfois cuit, parfois étuvé et séché	gras abondant, bien réparti, aspect et diamètre selon origine et fabrication
saucisse sèche	Auvergne, montagne Noire, Savoie, Lyon	hachage moyen, embossée en boyau de porc 34-38 mm, étuvée, séchée (1-3 semaines)	courbe ou long (50 cm)
saucisson d'Arles	toute la France	hachage moyen bœuf et gras de porc, rarement âne, cheval, mulet, embossé en boyau de bœuf, étuvé, séché	blanchâtre, allongé, 25-30 cm de long, 35 mm de diamètre
saucisson de Cambridge	toute la France	farce fine, généralement porc et veau, dés de langue, de porc ou de veau, de jambon, de blanc de volaille répartis	saucisson à trancher
saucisson « chasseur »	toute la France	pur porc ou porc et bœuf, emballé en boyau de bœuf (35-40 mm), séché rapidement	portions petites, < 250 g
saucisson de foie	Est	foie de porc ou de veau (30-50 %), farce maigre, porc, veau, tête de porc et de veau cuite, le tout cuit, fumé à froid	boyau droit, blanc grisâtre
saucisson de jambon	Est	pâte fine porc et veau, gros dés de viande, étuvés, un peu fumés avant cuisson	80/90 mm de diamètre
saucisson de langue	toute la France	farce, langues de porc, embossées en boyau de porc, généralement avec pistaches, coloré	rouge, 10 cm de diamètre
saucisson de Lyon	toute la France	hachage fin, homogène, porc et bœuf, le plus souvent pur porc	extérieur de rosette, coupe rouge foncé, lardons à section carrée très typiques, poivre en grains
saucisson de ménage	toute la France	hachage moyen pur porc ou porc et bœuf, embossé en boyau naturel ou reconstitué, non bridé	irrégulier, environ 5 cm de diamètre
saucisson de montagne	toute la France	hachage grossier pur porc, embossé en boyau de porc (5-7 cm)	forme irrégulière
saucisson de Paris	toute la France	hachage gros pur porc, peu de farce, embossé en boyau de bœuf ou artificiel 40-45 mm, étuvé, parfois un peu fumé	rose clair
saucisson vaudois	Suisse (canton de Vaud)	hachage moyen pur porc, embossé en boyau naturel et fumé ; servi traditionnellement avec le papet	lisse et uni

saucisson en brioche à la lyonnaise

Cuire 40 min au bouillon 1 saucisson à cuire pur porc de 1 kg, de 30 cm de long, et le laisser refroidir complètement. Délayer 20 g de levure de boulanger dans 1/2 dl d'eau. Préparer une pâte à brioche et la laisser lever dans un endroit tiède. La rompre, l'aplatir et la rassembler quatre ou cinq fois, puis la couvrir à nouveau et la mettre dans le réfrigérateur. Sur un plan de travail fariné, abaisser cette pâte en un rectangle d'une longueur dépassant un peu celle du saucisson. Dépouiller celui-ci, le fariner légèrement et l'enrouler dans la pâte ; rabattre les extrémités, en soudant les deux côtés de la pâte. Mettre le tout dans une terrine étroite et longue, et laisser lever. Quand la brioche emplit le moule, la dorer à l'œuf et la cuire de 25 à 30 min au four préchauffé à 210 °C. Démouler. Servir chaud.

SAUGE Plante aromatique des régions tempérées, de la famille des labiées, dont les feuilles, à la saveur piquante et amère, s'emploient pour condimenter des aliments gras (charcuterie, porc, anguille, farces), certains fromages (comme le derby anglais) et diverses boissons, outre les infusions et les vinaigres aromatisés (voir planche des herbes aromatiques page 561).

– La grande sauge, ou sauge officinale, porte des feuilles oblongues, épaisses et velues, vert cendré.

– La petite sauge de Provence, à feuilles petites et plus blanches, à odeur plus prononcée, est la plus estimée.

– La sauge de Catalogne est plus petite encore.

– La sauge sclarée, à feuilles cloquées et velues, est utilisée dans la préparation du vermouth italien et parfumait jadis les beignets.

En France, c'est surtout en Provence que la sauge est associée aux viandes blanches, notamment au porc, et aux soupes de légumes.

En Italie, son rôle est plus important : piccata, saltimbocca et paupiettes bénéficient de son parfum, ainsi que le minestrone au riz.

Flamands et Britanniques en mettent avec de l'oignon dans de nombreuses farces de volaille et sauces.

Les Allemands parfument à la sauge le jambon, certaines saucisses et parfois la bière.

Dans les Balkans et au Moyen-Orient, la sauge accompagne le mouton rôti. Les Chinois, eux, l'utilisent pour parfumer leur thé.

SAUMON Poisson migrateur de la famille des salmonidés, qui passe une partie de sa vie en mer mais vient pondre en eau douce (voir planche des poissons d'eau douce page 819). Rares sont les reproducteurs qui parviennent ensuite à rejoindre la mer, car la plupart meurent sur place, épuisés.

■ **Saumon frais.** Après être restés environ deux ans en eau douce, les alevins (de 15 à 20 cm, devenus « tacons » puis « smolts ») commencent leur descente vers les eaux salées.

La durée du séjour en mer est variable : un an pour le « madeleineau » de 50 à 60 cm, qui remonte vers juin-juillet ; deux ans pour le « saumon de printemps » de 70 à 80 cm, qui remonte de mars à mai ; trois ans pour le « grand saumon d'hiver » de 90 cm à 1 m, qui remonte d'octobre à mars ; au-delà, appelé « bécard » puis « charognard », le saumon est immangeable. Seuls les poissons de moins de trois ans sont des mets de choix (voir tableau page 960), à la chair rose et grasse, très nourrissante, consommés frais ou fumés, parfois crus.

Le saumon est un très beau poisson, au dos bleuté, parsemé de petites taches noires (elles sont rouges au moment du frai), avec les flancs et l'abdomen dorés.

En France, la pollution et la construction de barrages empêchent les saumons de remonter (même quand on aménage des « ascenseurs »), et leur nombre a considérablement diminué ; seuls la Loire et l'Allier, les gaves du Sud-Ouest et certains fleuves côtiers normands et bretons en abritent encore. Les trois grandes capitales du saumon en France restent Navarrenx, Châteaulin et Brioude, célèbre pour sa tourte chaude au saumon et à la crème. Les saumons avaient acquis autrefois une grande réputation gastronomique ; aujourd'hui, les élevages en produisent des tonnes et des tonnes.

En Russie, en Allemagne et en Scandinavie, le saumon figure parmi de nombreux plats, tels le koulibiac russe ou le gravlax suédois (saumon cru mariné avec du poivre, de l'aneth, du sucre et du sel).

■ **Emplois.** Le saumon se prépare entier ou détaillé en tronçons, darnes ou tranches ; le milieu (partie la plus noble) porte classiquement le nom de « mitan ». Entier ou tronçonné, le saumon frais est le plus souvent cuit au court-bouillon et servi avec une sauce chaude. On peut aussi le braiser entier, farci ou non, le rôtir au four ou le cuire à la broche (entier ou en tronçons). Les darnes sont cuites au court-bouillon, grillées, sautées au beurre, braisées, ainsi que les filets, les escalopes ou les « côtelettes » (darnes parées ou chair de poisson façonnée). En Angleterre, le *crimpled salmon*, ou saumon « ciselé », est une préparation traditionnelle : le poisson, encore vivant, est entaillé assez profondément sur les flancs en plusieurs endroits, puis suspendu et mis à saigner, avant d'être immergé dans de l'eau froide. L'apprêt classique consiste ensuite à le faire bouillir et à le dresser égoutté sur une serviette, garni de persil frais et accompagné d'une sauce hollandaise (mais les amateurs préfèrent l'arroser de sa cuisson), avec une salade de concombre.

■ **Saumon fumé.** Soumis à ce procédé de conservation traditionnel, le saumon constitue un mets raffiné, servi en entrée froide avec des toasts ou des blinis, de la crème fraîche ou une sauce au raifort, et du citron ; on l'utilise aussi dans divers apprêts chauds ou froids, aspics, canapés, cornets fourrés et œufs brouillés. Les saumons sont fumés à froid, au-dessus d'un mélange de bois (hêtre, bouleau, chêne, frêne, aulne) additionnés d'essences odorantes (genièvre, bruyère, sauge). Certains sont importés fumés, d'autres arrivent congelés et sont fumés par l'importateur.

Un bon saumon fumé est préparé avec un poisson frais, de préférence un salmo salar sauvage. Il est salé au sel de mer (pas trop), fumé soigneusement à froid avec du bois de hêtre neuf, parfois parfumé au genièvre.

▶
Saucisson en brioche à la lyonnaise



Il est toujours tranché à la main, car le tranchage à la machine exige que l'on congèle le poisson pour que sa chair résiste à la violence électrique.

Enfin, il est vendu suffisamment tôt, sans passer par le congélateur.

Le saumon irlandais, écossais ou norvégien est assez coloré et possède une chair ferme, croquante, parfumée, tandis que le saumon danois, pêché dans la Baltique, est plus clair, plus gras, délicat, et ne plaît qu'à certains amateurs.

– Le saumon fumé industriellement est vendu entier ou prétranché, en pochette sous vide, parmi les semi-conserves. Il vaut mieux le réserver pour les salades composées ou certains apprêts, où il est intégré dans un mélange ou une farce.

– Enfin, on trouve dans certains magasins un « saumon » fumé encore plus économique, mais qui est, en fait, de l'oncomynchus, un lointain parent du saumon qui n'en a ni la texture ni la saveur.

aspic de saumon fumé → ASPIC
brochettes de saumon au foie de canard → BROCHETTE
canapés au saumon fumé → CANAPÉ
chaud-froid de saumon → CHAUD-FROID
cornets de saumon fumé aux œufs de poisson → CORNET

côtelettes de saumon à la florentine

Parer en forme de côtelette des demi-darnes de saumon. Les cuire en les recouvrant à peine de fumet de poisson réduit. Les égoutter et les dresser dans un plat allant au feu, sur une couche d'épinards en branches, égouttés, épongés, grossièrement hachés, étuvés au beurre, puis salés et poivrés. Napper de sauce Mornay. Poudrer de fromage râpé, arroser de beurre fondu et gratiner sous le gril.

côtelettes de saumon glacées au chambertin

Parer en forme de côtelette des demi-darnes de saumon. Les ranger dans un plat beurré ; les saler, les poivrer et les mouiller juste à hauteur d'un fond de gelée de poisson au chambertin. Les pocher de 8 à 10 min, puis les égoutter et les éponger. Laisser refroidir complètement. Clarifier le fond de gelée, puis attendre qu'il soit à peine tiède, mais sans le laisser prendre. Poser les côtelettes sur une grille, au-dessus d'un plat, et les napper de plusieurs couches de gelée, en mettant le plat dans le réfrigérateur entre deux applications. Faire prendre dans le plat de service une mince couche de gelée et poser les côtelettes de saumon dessus.

côtelettes de saumon Pojarski

Hacher 300 g de chair de saumon frais en y ajoutant 70 g de mie de pain rassis, trempée dans du lait et essorée, et 70 g de beurre frais. Saler, poivrer et poudrer d'une pointe de noix de muscade râpée. Diviser cet appareil en 4 portions égales ; les façonner en côtelette. Les paner à l'anglaise et les dorer au beurre clarifié, des deux côtés. Les dresser dans un plat de service, les arroser de leur beurre de cuisson et les décorer de rondelles de citron cannelées.

darnes de saumon Nantua

Faire pocher des darnes de saumon dans un fumet de poisson, les égoutter, les entourer de queues d'écrevisse décortiquées et les napper de sauce Nantua additionnée d'un peu de fumet réduit.

RECETTE DE JEAN ET PAUL MINCHELLI

escalopes de saumon cru aux deux poivres

« Retirez la peau de 2 belles darnes de saumon puis, avec une pince à épiler, enlevez soigneusement toutes les arêtes. À l'aide d'un pinceau, graissez légèrement le poisson

Caractéristiques des différentes espèces de saumons

espèces	provenance	époque	poids et taille	aspect de la chair
saumons de l'Atlantique et de la Baltique				
salmo salar sauvage	mer : Baltique, Atlantique	sept.-mars	1,5-40 kg 50-160 cm	rose pâle
	rivière : France, Écosse, Irlande, Norvège	juin-août		
salmo salar d'élevage	Écosse, Norvège, Irlande	toute l'année		
saumons du Pacifique				
chum, ou saumon keta	Pacifique, océan Arctique	mai-août	2-5 kg, 60-70 cm	ferme, rose, peu grasse
coho, ou saumon argenté	Pacifique, océan Arctique	juin-juill.	1-5 kg, 60-90 cm	rouge-orangé, consistante
king, ou chinook	Pacifique	mai-juill.	3-16 kg, 75-100 cm	rouge, ferme
pink, ou saumon rose	Pacifique	mi-juin-fin-août	1-2 kg, 60 cm	rose pâle, peu grasse
sockeye, ou saumon rouge	Pacifique	mi-mai-sept.	2-4 kg, 60 cm	rouge profond, peu grasse

avec de l'huile d'olive extravierge et mettez-le 2 heures au réfrigérateur pour raffermir la chair avant de la couper. Faites aussi refroidir 4 assiettes de service. Sortez-les et huilez-les légèrement au pinceau. Posez les morceaux de saumon sur une planche et, en les maintenant du plat de la main, découpez, dans le sens de la largeur, de très minces escalopes ; disposez-les au fur et à mesure sur les assiettes. Huilez-les délicatement. Salez. Faites au-dessus des assiettes 1 ou 2 tours de moulin à poivre, parsemez de poivre vert légèrement écrasé, et servez avec des toasts Melba. »

RECETTE DE JEAN ET PIERRE TROISGROS

escalopes de saumon à l'oseille Troisgros

« Découper dans la partie centrale la plus charnue d'un saumon 4 escalopes de 120 g et les aplatir délicatement entre 2 feuilles de papier sulfurisé huilé. Les saler, les poivrer et les saisir rapidement dans une poêle antiadhésive. Mettre dans une casserole 8 cl de sauvignon, 8 cl de fumet de poisson et 3 cl de vermouth, puis ajouter 2 échalotes épluchées et hachées. Faire réduire, joindre 3 dl de crème double, laisser bouillir jusqu'à consistance onctueuse et jeter dedans 80 g de feuilles d'oseille fraîche rapidement lavées sous l'eau froide. Rectifier éventuellement l'assaisonnement. Répartir la sauce dans 4 assiettes chaudes et disposer au-dessus les escalopes de saumon. »

RECETTE DE JEAN ET PAUL MINCHELLI

escalopes de saumon tièdes aux carottes

« Détaillez des darnes de saumon en 4 escalopes de 150 g chacune, épaisses de 1/2 cm, et réservez-les. Taillez en minces bâtonnets 4 carottes moyennes et bien fraîches. Cuisez-les, en les tenant un peu fermes, de 8 à 10 min, dans une sauteuse, avec 12 cuillerées à soupe de fumet, 12 cuillerées à soupe de Noilly Prat (ou vermouth) et 1 pointe de paprika. Sortez-les et réservez-les au chaud. Ajoutez au jus de cuisson 1 cuillerée à café de purée de poivre vert et 8 cuillerées à soupe de crème fraîche épaisse. Rectifiez éventuellement l'assaisonnement et laissez réduire d'un tiers. Beurrez au pinceau des assiettes chaudes et disposez dessus les escalopes de saumon crues et les bâtonnets de carotte cuits. Nappez de sauce et servez aussitôt. »

frivolités de saumon fumé au caviar → CAVIAR
koulibiac de saumon → KOULIBIAC
mariné de loup de mer, saumon et noix de saint-jacques → COQUILLE SAINT-JACQUES
mille-feuille de saumon frais au beurre rose → MILLE-FEUILLE

RECETTE DE GEORGES BLANC

minutes de saumon à l'aigrelette

« Beurrer au pinceau le fond d'assiettes pouvant aller au four ; les saler et les poivrer ; disposer dans chacune une escalope de saumon peu épaisse, mais large. Au moment de servir, passer de 2 à 3 min les assiettes dans le four préchauffé à 300 °C. Napper d'une sauce aigrelette, faite d'une mayonnaise serrée au vinaigre de vin et au jus de citron, délayée avec du fumet de poisson, ou du court-bouillon, et additionnée de sel, de poivre, de ciboulette et d'estragon ciselés. »

Orly de filets de saumon sauce tomate → ORLY
pâté de saumon → PÂTÉ
purée de saumon → PURÉE

saumon en croûte

Préparer une pâte feuilletée. Parer le saumon et l'écailler en remontant de la queue vers la tête. Éliminer les boyaux et les caillots de sang ; laver l'intérieur à grande eau en arquant légèrement le poisson. Ôter la peau d'un des côtés. Éponger le poisson. Séparer la pâte feuilletée en deux masses. En abaisser une en la travaillant en rectangle allongé. La mettre sur une grande tôle beurrée. Poser le saumon sur la pâte, côté peau en dessous ; le saler et bien le poivrer. Découper la pâte autour du saumon à 4 cm de celui-ci, en ménageant un grand morceau tout autour de la queue. Rabattre la pâte vers la queue en repliant les angles et la badigeonner à l'œuf battu. Abaisser la seconde masse de pâte comme la première, la poser sur le poisson, la coller sur la partie dorée à l'œuf et la découper à 2 cm du poisson. Rabattre le bord de la pâte inférieure sur celle du dessus. Marquer le milieu de la queue. À l'aide d'un couteau pointu, dessiner légèrement la tête, puis la ligne médiane de la tête à la queue (arête centrale), et enfin des lignes obliques partant de cette ligne (arêtes latérales). Dorer très uniformément la pâte à l'œuf battu, en insistant sur les bords soudés, et cuire le poisson 1 heure au four préchauffé à 240 °C. Servir uniquement la croûte du dessus, celle du dessous étant détrempée.

RECETTE DU RESTAURANT *APICIUS*, JEAN-PIERRE VIGATO, À PARIS

saumon cru, pommes à l'huile

« Recouvrir un filet de saumon de 2 kg de gros sel et le laisser macérer quelques heures. Le rincer. Le faire mariner dans un mélange de 50 cl d'huile d'olive et de 50 cl d'huile d'arachide, avec 4 oignons rouges émincés, 2 carottes très finement coupées, 15 baies de genièvre, 75 grains de poivre blanc et 5 feuilles de laurier. Attendre 24 heures au moins. Cuire à l'eau 500 g de pommes de terre rouges. Les couper en tranches et les assaisonner de gros sel et de 2 bottes d'herbes ciselées. Disposer par-dessus des escalopes de saumon et arroser de l'huile de la marinade. » (Voir photographie page 963.)

saumon glacé à la parisienne
Cuire de 7 à 8 min un saumon entier dans un fond de gelée de poisson bouillant. Le laisser refroidir dans sa cuisson, puis l'égoutter et le dépouiller ; l'éponger dans du papier absorbant. Le napper plusieurs fois de gelée à peine prise, préparée avec son fond de cuisson, en le mettant dans le réfrigérateur entre deux applications. Faire prendre une couche fine de gelée dans le plat de service et dresser le saumon dessus. Préparer des darioles de macédoine de légumes à la mayonnaise collée. Farcir des petites tomates rondes de la même macédoine, et des œufs durs de mayonnaise colorée au ketchup. Garnir le tour du plat de toutes ces préparations.

RECETTE DE GEORGES BLANC

saumon mariné
« Lever les filets d'un saumon frais d'Écosse et les détailler en très fines escalopes obliques. Préparer une marinade avec 1/3 d'huile d'olive et 2/3 de jus de citron, du sel et du poivre du moulin. Ajouter 1 cuillerée à soupe de fines herbes ciselées. Mettre les escalopes de saumon à tremper dans la marinade pendant 3 min au maximum. Fouetter vigoureusement un peu de crème fraîche dans un bol avec du sel et du poivre ; ajouter 1 cuillerée à café de moutarde de Meaux. Égoutter les tranches de saumon, les disposer dans un plat de service long. Servir la sauce à part. »

RECETTE DE PAUL ET JEAN-PIERRE HAEBERLIN

saumon soufflé « Auberge de l'Ill »
« Lever les filets d'un saumon de 2 kg et les couper en 8 médaillons. Passer à la grille fine 250 g de chair de brochet, puis la mettre dans un mixeur avec 2 œufs entiers et 2 jaunes, du sel, du poivre, et une pointe de muscade. Mettre en marche et verser peu à peu 25 cl de crème. Réserver cette farce au froid. Battre 2 blancs d'œuf en neige, les mélanger à la farce bien froide, et en coiffer en dôme les médaillons de saumon. Placer ceux-ci dans un plat beurré, salé et parsemé d'échalotes hachées. Mouiller avec 35 cl de riesling et 25 cl de fumet de poisson, et cuire de 15 à 20 min au four préchauffé à 200 °C. Sortir le saumon et le réserver. Mettre le fond de cuisson dans une sauteuse, ajouter 25 cl de crème et laisser réduire. Monter la sauce avec 150 g de beurre bien froid en petits morceaux. Ajouter le jus de 1/2 citron. Verser la sauce autour du saumon. Décorer avec un fleuron en feuilletage. »

soufflé au saumon → SOUFFLÉ

suprêmes de saumon de l'Atlantique
Lever les filets d'un saumon de l'Atlantique de 2 kg, les peler et les débarrasser de leurs arêtes. Les couper en 6 tronçons de 3 cm de large. Décortiquer 50 g de crevettes et rincer 50 g de noix de saint-jacques ; les détailler en petits morceaux et les mettre dans le réfrigérateur. Réduire en purée au mixeur 120 g de beurre doux coupé en parcelles et très froid. Ajouter les crevettes et les saint-jacques, et bien mélanger. Saler et poivrer. Incorporer petit à petit 25 cl de crème fraîche réfrigérée. Bien mélanger à l'aide d'un fouet à main et remettre dans le réfrigérateur. Placer 6 feuilles de romaine blanchies puis plongées dans l'eau froide sur une surface plane ; poser au centre un morceau de saumon salé et poivré, puis un peu de mousse et rabattre la feuille sur le dessus pour bien envelopper le poisson. Cuire les papillotes à la vapeur et à couvert de 7 à 9 min. Napper de sauce au vin blanc un tiers de chaque assiette, mettre par-dessus une papillotte de saumon et décorer avec 4 asperges bien chaudes, recouvertes à moitié de tomate froide concassée, et accompagner de petites pommes de terre épluchées et cuites à l'eau.

waterzoï de saumon et de brochet → WATERZOÏ

SAUMON DE FONTAINE Poisson de la famille des salmonidés, importé du Labrador et implanté dans les lacs des Alpes et des Vosges.

Le saumon de fontaine, que l'on confond souvent à tort avec l'omble chevalier, s'en distingue pourtant par de nombreuses zébrures dans sa coloration. Cette espèce fine et très recherchée se pêche au printemps. Il se prépare très simplement, à la vapeur ou poché, avec un beurre citronné, mais reçoit aussi tous les apprêts les plus sophistiqués du saumon.

SAUMONETTE Appellation commerciale de l'aiguillat, ou émissole, lorsqu'il est commercialisé écorché et étêté. Ce surnom lui vient de la couleur rose saumon de sa chair.

SAUMUR Vin AOC de la rive gauche de la Loire. Les blancs sont secs et vigoureux, et, pour la plupart, traités en mousseux selon la méthode champenoise ; les rosés sont très pâles et les rouges, de cabernet franc, de cabernet-sauvignon et de pineau d'Aunis, peuvent être excellents (voir ANJOU).

SAUMURE Solution saline dans laquelle on plonge des viandes, des poissons ou des légumes pour les conserver ; le mélange d'eau et de sel est parfois additionné de salpêtre (nitrate), de sucre et d'aromates.

En charcuterie, la saumure est souvent utilisée en injection soit dans les muscles, soit dans les veines, avant l'immersion. Pour les jambons cuits, on utilise traditionnellement une vieille saumure, de nouveau concentrée par addition de sel et de nitrate, ou bien une saumure fraîche mélangée à un « pied de cuve », reste de vieille saumure ; aujourd'hui, ce procédé ne se justifie plus avec le sel nitrité.

▶
Saumon cru, pommes à l'huile
Recette de Jean-Pierre Vigato
Voir page 961.



Dans les cuisines du Nord et de l'Est, les préparations en saumure sont très répandues : langue à l'écarlate, pickles et harengs, ou encore *pickelfleisch* à la juive (poitrine de bœuf bouillie, pétrie de sel et de salpêtre, trempée dans une saumure à la cassonade, aux baies de genièvre, au piment, au thym et au laurier, puis lavée, bardée et cuite en cocotte avec des carottes, servie froide avec cornichons, condiments et moutarde).

La croûte de certains fromages est régulièrement frottée à la saumure lors de leur affinage.

SAUPIQUET Sauce médiévale épicée au vin rouge, au verjus et à l'oignon, apprêtée avec la graisse de cuisson d'une pièce rôtie ; au moment de servir, on liait le tout avec du pain « hâlé » (grillé).

On retrouve dans les cuisines du Languedoc et du Rouergue un apprêt du lièvre rôti qui porte ce nom.

Quant au « saupiquet des Amognes », mets du Nivernais et du Morvan, c'est une préparation de tranches de jambon poêlées, puis nappées d'une réduction de vinaigre, avec poivre en grains, échalotes, genièvre et estragon, mouillée d'espagnole et additionnée de crème fraîche.

SAUSSELI Petit apprêt de la cuisine russe, voisin du dartois français. Les sausselis, servis en entrée ou sur le plateau de zakouski, sont des feuilletés garnis traditionnellement d'un mélange de chou étuvé au saindoux, d'oignon et d'œuf dur hachés, bien que leur farce puisse aujourd'hui être différente.

SAUTÉ Apprêt de viande de boucherie (veau ou agneau, surtout), de volaille (poulet ou lapin), de gibier ou de poisson, détaillé en morceaux réguliers, que l'on fait « sauter » à chaleur vive dans un corps gras avant de les singer, puis de les mouiller pour qu'ils continuent de cuire à couvert. Le fond de cuisson, réduit, lié, parfois passé, fournit la sauce ; une garniture peut être ajoutée en cours de cuisson. Par extension, on appelle aussi souvent « sauté » un apprêt de viande en morceaux simplement rissolés, sans mouillement.

sauté d'agneau (ou de veau) aux aubergines

Détailler en morceaux réguliers 1,5 kg de collier d'agneau ou d'épaule de veau désossé et paré. Saler, poivrer et dorer dans une cocotte avec moitié beurre et moitié huile. Dresser la viande dans un plat creux et garnir de 3 aubergines pelées, coupées en petits morceaux carrés et sautées à l'huile. Verser sur le sauté le fond de cuisson déglacé au vin blanc, mouillé de fond de veau brun lié et de purée de tomate, condimenté d'une pointe d'ail, réduit et passé. Parsemer de persil ciselé.

sauté d'agneau (ou de veau) chasseur

Dorer dans 20 g de beurre et 2 cuillerées à soupe d'huile 800 g d'épaule d'agneau ou de veau en morceaux de 60 g. Mettre 2 échalotes épluchées et hachées, mouiller de bouillon et de 2 cuillerées à soupe de sauce tomate. Saler, poivrer, ajouter 1 bouquet garni ; couvrir et laisser mijoter 50 min pour l'agneau, 1 h 20 pour le veau. Ajouter 250 g de champignons nettoyés, émincés et sautés à l'huile. Réchauffer le tout. Disposer dans un plat de service et parsemer de fines herbes ciselées.

RECETTE DE PLUMEREY

sauté de truffes du Piémont

« Émincez les truffes ; mettez dans le fond d'une casserole d'argent quelques cuillerées d'huile d'olive ou de beurre suivant le goût, gros comme un œuf de bonne glace (de viande) coupée en petits morceaux ; placez dessus les truffes, un peu de sel, de poivre blanc et de muscade râpée ; arrosez-les de quelques cuillerées d'huile ou de quelques morceaux de beurre fin. On pose cette casserole d'argent, fermée de son couvercle, sur un réchaud à esprit-de-vin, bien allumé, que l'on met devant l'amphitryon, qui, à l'aide d'une cuillère, remue souvent les truffes en recouvrant chaque fois la casserole. Sept à huit minutes suffisent pour la cuisson ; le seigneur ajoute un jus de citron et sert lui-même. »

sauté de veau Marengo

Dorer dans une cocotte avec 30 g de beurre et 2 cuillerées à soupe d'huile 1 kg d'épaule de veau coupée en gros cubes réguliers. Ciseler régulièrement 2 oignons ; peler, épépiner et concasser 500 g de tomates. Faire rissoler les oignons dans la cocotte ; saupoudrer de 1 cuillerée à soupe de farine et faire roussir ; ajouter 1 verre de vin blanc en grattant le fond, puis les tomates, 1 bouquet garni et 1 gousse d'ail écrasée ; saler et poivrer. Mouiller à hauteur d'eau chaude, porter à ébullition, puis laisser mijoter 1 heure à couvert. Faire glacer 24 petits oignons avec 1 cuillerée à soupe de sucre semoule, 30 g de beurre, du sel et du poivre. Tenir au chaud. Nettoyer et émincer 150 g de champignons de Paris, les faire sauter dans 20 g de beurre. Tailler 3 tranches de pain de mie en croûtons et les dorer dans 3 cuillerées à soupe d'huile. Cinq minutes avant la fin de la cuisson, ajouter les champignons dans la cocotte. Mettre le sauté de veau dans un plat creux chauffé et parsemer de persil ciselé. Décorer avec les oignons glacés et les petits croûtons.

sauté de veau au vin rouge

Dorer dans une sauteuse, avec 30 g de beurre, 1 kg d'épaule de veau coupée en morceaux de 50 g. Ajouter 1 gros oignon émincé, saler et poivrer. Mouiller de 3 dl de vin rouge et de 1,5 dl de bouillon ; ajouter 1 bouquet garni et 1 gousse d'ail écrasée. Couvrir et laisser mijoter 1 h 30. Glacer à brun une vingtaine de petits oignons et dorer au beurre 150 g de champignons émincés. Égoutter la viande ; passer la sauce et la lier de 1 cuillerée à dessert de beurre manié. Remettre les morceaux de veau dans la sauteuse, ajouter les oignons, les champignons et la sauce. Réchauffer le tout à feu doux.

SAUTER Cuire sur feu vif, dans un corps gras, à découvert et sans liquide, des légumes ou des petites pièces de boucherie, de volaille, de gibier ou de poisson (**voir** tableau des modes de cuisson page 375). Le déglaçage du récipient de cuisson peut donner un jus ou une sauce d'accompagnement.

Les « pommes de terre sautées » sont un apprêt particulier, généralement réalisé avec des rondelles, crues ou cuites, dorées à la poêle, au beurre ou à l'huile ; elles sont le plus souvent persillées, aillées ou additionnées de truffe (à la sarladaise) ou d'oignons émincés et sués (à la lyonnaise).

SAUTERELLE Insecte herbivore de la famille des acridiens, vivant dans les zones désertiques, en Afrique et en Asie notamment, dont le nom officiel est « criquet ». Les sauterelles jouent un rôle notable dans la gastronomie de ces régions ; deux espèces surtout sont comestibles : une petite, aux ailes vertes et au ventre argenté, et une plus grosse, à tête et pattes rouges. Les sauterelles se mangent grillées, rôties ou bouillies ; séchées et réduites en poudre ou en pâte, elles servent aussi de condiment.

SAUTERNES Vin AOC blanc produit sur la rive gauche de la Garonne, avec des grains de raisin vendangés un par un quand ils sont atteints par la « pourriture noble ». Le sauternes, de réputation mondiale, est un remarquable vin de dessert (**voir** BORDELAIS).

▶ **Recettes** : FOIE GRAS, POIRE.

SAUTEUSE Récipient de cuisson rond, à bords légèrement évasés, muni d'une queue. En acier inoxydable, en aluminium ou en cuivre étamé intérieurement, la sauteuse sert à faire sauter les aliments, viandes, poissons et légumes en morceaux. Ses bords inclinés permettent d'y remuer facilement les ingrédients pour bien les enrober de corps gras.

SAUTOIR Casserole basse, munie d'une queue, couramment appelée « plat à sauter ». Le sautoir a des bords verticaux, peu élevés, et peut recevoir un couvercle. En aluminium, en acier inoxydable ou en cuivre étamé intérieurement, il sert à préparer les sautés de viande, de volaille ou de poisson, dont la cuisson se poursuit à couvert, parfois au four.

SAUVIGNON Cépage blanc à grains ronds, au goût un peu épicé, qui est l'un des meilleurs cépages d'origine française. Employé seul, il donne d'excellents vins blancs de la Loire : menetou-salon, pouilly-fumé, quincy, reuilly, sancerre. Allié au sémillon et à un peu de muscadelle, il produit les plus grands bordeaux blancs, qu'ils soient secs (graves) ou doux (sauternes).

SAUVIGNON BLANC Cépage blanc cultivé dans le Bordelais et la vallée de la Loire, qui présente des grappes petites, à baies jaune d'or.

SAVARIN Gros gâteau fait de pâte à baba sans raisins secs. Moulé en couronne et arrosé après cuisson de sirop de sucre parfumé au rhum, il est garni de crème (pâtissière ou chantilly), de fruits frais ou confits. On prépare aussi des savarins individuels, également garnis de fruits ou de crème.

pâte à savarin : préparation

250 g de farine type 45, 25 g de miel d'acacia, 100 g de beurre à température ambiante, 25 g de levure de boulanger, 8 g de fleur de sel, 1/2 zeste de citron très finement haché, 1 cuillerée à café de vanille en poudre, 8 œufs.

Mettre dans le bol d'un robot pétrisseur la farine, la vanille, le miel, la levure émiettée, le sel, le zeste de citron et 3 œufs. Faire tourner l'appareil à vitesse moyenne jusqu'à ce que la pâte se détache des parois. Incorporer 3 autres œufs et procéder de la même façon. Ajouter les 2 œufs restants et travailler 10 min avant d'ajouter le beurre en petits morceaux, sans cesser de faire tourner l'appareil. Lorsque la pâte, qui est très liquide, est homogène, la laisser lever 30 min à température ambiante.

savarin à la crème pâtissière

Verser de la pâte à savarin dans un moule beurré de 20 à 22 cm de diamètre et laisser reposer 30 min dans un endroit tiède. Cuire de 20 à 25 min au four préchauffé à 200 °C. Démouler le savarin sur une grille et le laisser refroidir. L'arroser avec un sirop préparé avec 1/2 litre d'eau, 250 g de sucre et 1 gousse de vanille. Garnir le centre du savarin de crème pâtissière et servir très frais.

savarin aux fruits rouges et à la chantilly

Préparer un savarin et le laisser refroidir. Faire bouillir 1/2 litre d'eau avec 250 g de sucre et 1 gousse de vanille. Mettre le savarin dans un plat creux et l'imbiber de ce sirop chaud ; laisser refroidir et arroser de 1,5 dl de rhum. Écraser 250 g de framboises et les passer au tamis. Mélanger la purée obtenue avec 25 cl de jus de cerise bien réduit et ajouter le jus de 1/2 citron. Fouetter en chantilly 2 dl de crème fraîche épaisse avec 1/2 dl de lait très froid et 2 sachets de sucre vanillé. En garnir le centre du savarin et napper l'ensemble avec le coulis de cerise et de framboise. Servir très frais.

SAVENNIÈRES Vin AOC blanc des Coteaux de la Loire, sec, corsé, fin et élégant (**voir** ANJOU).

SAVEUR Impression produite par un aliment sur l'organe du goût que constituent les papilles gustatives de la langue.

On distingue quatre saveurs de base (l'acide, l'amer, le salé et le sucré), auxquelles sont plus ou moins sensibles différentes parties de la langue. De leur combinaison naît le goût particulier des mets ; lorsque ces saveurs sont mélangées, elles peuvent se masquer ou s'exalter réciproquement.

L'art culinaire consiste, entre autres, à utiliser toutes leurs ressources pour jouer harmonieusement sur les contrastes ou les accords.

SAVIGNY-LÈS-BEAUNE Vin AOC essentiellement rouge de la Côte de Beaune, léger, fin et bouqueté, qui se boit jeune (voir BOURGOGNE).

SAVOIE Voir pages 968 et 969.

SAVOIR-VIVRE ET **TENUE À TABLE** Règles qui régissent le comportement des hôtes au cours d'un repas. Elles ont évolué avec le temps et sont encore différentes selon les pays.

Les Gaulois prenaient leurs repas assis, les Grecs et les Romains, couchés. Les Japonais mangent assis sur leurs talons, les Français tiennent leurs mains sur la nappe, de chaque côté du couvert, tandis que les Anglais les posent sur leurs genoux. L'éructation, de la dernière grossièreté en Occident, était une manifestation de civilité dans la Rome antique, comme elle l'est encore au Moyen-Orient.

■ **Manger proprement.** L'un des premiers recueils de savoir-vivre fut composé par Robert de Blois (XIIIe siècle), les coutumes de la chevalerie ayant développé le cérémonial de la table – notamment avec l'utilisation plus générale de la fourchette – et la courtoisie de l'accueil.

Dans ce traité, l'auteur recommande d'avoir les mains propres et les ongles nets, de ne pas manger de pain avant le premier plat, de ne pas accaparer les meilleurs morceaux, de ne pas se curer les dents ni se gratter avec son couteau, de ne pas parler la bouche pleine, ni rire trop fort. Se laver les mains avant et après le repas était un rite obligatoire : des serviteurs présentaient aux convives un bassin de cuivre plein d'eau parfumée et une serviette. Érasme lui-même rédigea, en 1526, un *Traité de civilité*, dans lequel il enjoint de se laver les mains et de se curer les ongles avant de passer à table.

Un tournant important, à l'aube du XVIIe siècle, se reflète dans le savoir-vivre, dont la portée traduit l'effort d'une société riche et éclairée pour créer un art de vivre. On parle alors, à la manière italienne, de civilité et de délicatesse, tandis que le vocabulaire de la cuisine s'affine : « soupe » devient « potage », le « plat de chair » devient « plat de viande ». Ce souci de raffinement tournera même à l'affectation au siècle suivant, avec les « petits soupers », le médianoche et l'ambigu.

Après la Révolution française, les traités se multiplient, même si les mœurs sont parfois encore lentes à évoluer : ce n'est qu'au milieu du XIXe siècle qu'on renonce à manger le poulet avec les doigts et à tourner la salade avec les mains.

■ **Une courtoisie réciproque.** Tout repas convié est un moment de la vie sociale qui exige déférence et courtoisie mutuelles. Courtoisie qui commence par l'exactitude. Lorsque les invités sont introduits dans la salle à manger, ils attendent debout que la maîtresse de maison s'asseye, et c'est elle qui, à chaque plat, donne le signal de la première bouchée ; c'est également elle qui se lèvera la première de table à la fin du repas.

On ne touche pas les aliments avec les doigts, hormis le pain, qui se rompt en petits morceaux et ne se coupe jamais avec le couteau, et quelques rares mets (artichauts, certains fruits de mer).

Lorsque le plat lui est présenté, le convive se sert avec modération, en prenant le premier morceau qui se trouve devant lui. L'usage est d'attendre un peu avant de boire ; le maître de maison verse ou se fait verser les premières gouttes de chaque bouteille de vin dans son verre, pour le cas où il y aurait un fragment de bouchon. Lorsqu'un plat est achevé, le convive laisse ses couverts sur l'assiette, groupés du même côté, jamais en croix.

Dans certains pays, la courtoisie veut que l'invité laisse un peu de nourriture pour indiquer qu'il est rassasié ; en France, au contraire, en hommage à la qualité des mets, on termine le contenu de son assiette, mais on ne « sauce » pas celle-ci avec du pain.

■ **Les règles du savoir-vivre en France.** Elles sont différentes en fonction des mets.

• ARTICHAUTS. Ils se dégustent feuille à feuille (que l'on détache à la main), mais, dans les repas de cérémonie, on ne sert que les fonds, garnis ou farcis.

• ASPERGES. On coupe les pointes avec la fourchette et on laisse le reste, à moins que la maîtresse de maison n'invite à se servir de ses doigts.

• CAFÉ ET LIQUEURS. Ils sont servis au salon et non sur la table de la salle à manger.

• FROMAGES. Ils sont présentés entamés, pour ne pas embarrasser le convive qui hésiterait à le faire lui-même, et se coupent de façon à toujours prélever une part de croûte ; en France, le fromage se mange par petits morceaux, jamais à la fourchette, mais posés avec le couteau sur un petit morceau de pain ; enfin, on ne propose pas deux fois le plateau de fromages, ce qui pourrait signifier que le repas n'a pas été suffisamment copieux.

• FRUITS. Ils sont maintenus avec une fourchette (et non avec les doigts) et pelés avec un petit couteau à lame d'argent.

• MELON. Il se déguste, en principe, à la cuillère, mais certains gourmets recommandent de le manger à la fourchette.

• ŒUF À LA COQUE. Il se décapite avec la cuillère et ne doit jamais être enlevé du coquetier ; quand elle est vide, la coquille est écrasée.

• POTAGE. La cuillère doit aborder la bouche par le bout ; on n'incline jamais l'assiette pour recueillir la dernière cuillerée.

• SALADE. On ne la coupe jamais avec un couteau, car, théoriquement, elle est préparée de façon que les feuilles puissent être facilement mises en bouche.

SAVOURY Petit apprêt salé de la cuisine anglaise, servi en fin de repas soit après le poisson et la viande, soit après l'entremets sucré lorsqu'il y en a un. La gamme en est variée : welsh rarebit, brochettes d'huîtres, rôties au fromage, dartois aux anchois, tartelettes garnies, rissoles, œufs pochés, paillettes au parmesan ou au paprika, divers petits articles « à la diable », canapés froids ou chauds, etc.

SAVOYARDE (À LA) Se dit d'un gratin de pommes de terre au lait et au fromage, ainsi que de plusieurs apprêts d'œufs : pochés ou mollets, dressés sur des pommes de terre à la savoyarde, nappés de sauce

Mornay et glacés à la salamandre ; sur le plat, cuits avec des pommes de terre sautées à cru, du gruyère et de la crème fraîche ; en omelette plate, avec des pommes de terre sautées et du fromage.

▶ **Recettes** : MATAFAN OU MATEFAIM, OMELETTE.

SBRINZ Fromage suisse de lait de vache (45 % de matières grasses), à pâte pressée cuite extradure et à croûte lavée, brossée et lisse, jaune foncé ou brune (voir tableau des fromages étrangers page 499). Le sbrinz se présente sous la forme d'une meule de 60 cm de diamètre et de 14 cm d'épaisseur, pesant de 20 à 40 kg. Dur et cassant, il a une saveur prononcée ; il s'utilise parfois râpé, comme le parmesan.

SCAMORZE Fromage italien de lait de vache (44 % de matières grasses), à pâte pressée filée et à croûte naturelle. Le scarmoze se présente sous la forme d'une gourde étranglée, pesant 200 g environ, dont la tête porte quatre petites oreilles qui facilitent la manutention. Blanc ou crème, il a une saveur de noisette et se consomme souvent frais. Il était autrefois fabriqué avec du lait de bufflonne.

SCAMPI Crustacés pêchés dans les eaux italiennes, utilisés décortiqués ou entiers, cuits au four, frits ou sautés avec de l'ail ; on les apprécie aussi en brochettes, parfois enroulés dans des tranches de jambon, ou en ragoût, avec d'autres fruits de mer ; on les fait aussi bouillir et on les sert froids, avec une vinaigrette citronnée. Les *scampi fritti*, en beignets, sont les plus connus.

SCAPPI (BARTOLOMEO) Cuisinier italien du milieu du XVIe siècle, qui fut au service de plusieurs papes, et notamment de Pie V. Fort de ses nombreux voyages, Scappi rédigea un énorme traité culinaire publié à Venise en 1570, intitulé *Opera* (« *l'Œuvre* »). Cet ouvrage est composé de six livres, illustrés de belles planches gravées : le premier est consacré à un enseignement général de la cuisine, le quatrième contient la liste des cent treize menus réalisés par ce cuisinier émérite lors de banquets officiels, et les quatre autres évoquent les différents types d'aliments et de plats.

SCAROLE Variété de chicorée, à feuilles plus ou moins ondulées, croquantes, dont le cœur est généralement étiolé (feuilles blanches bordées de jaune).

La scarole (voir tableau des chicorées page 262) se consomme surtout crue, en salade verte, avec un assaisonnement relevé à la moutarde ou à l'échalote, parfois avec des quartiers de tomate ou des haricots verts blanchis, ou comme salade d'hiver, avec des noix et des raisins secs. On peut aussi l'apprêter cuite, comme l'endive ou l'épinard.

SCHABZIEGER Fromage glaronais (canton suisse de Glaris) de lait de vache écrémé (0 à 5 % de matières grasses), à pâte pressée cuite, très dure, et à croûte inexistante (voir tableau des fromages étrangers page 499). Le schabzieger se présente sous la forme d'un tronc de cône de 7,5 cm à la base et de 10 cm d'épaisseur. Aromatisé avec les feuilles séchées d'une plante fourragère (le mélilot), qui lui donnent sa couleur verte, il a une saveur piquante et corsée. Une fois complètement desséché, il condimente, comme le parmesan, le riz, les pâtes, la polenta ou les œufs.

SCHNAPS Alcool ou eau-de-vie en Allemagne. Les schnaps les plus appréciés sont le *Steinhäger* de Westphalie, alcool de pomme de terre parfumé aux baies de genièvre, le *Korn*, alcool de grain, et diverses eaux-de-vie de fruit ou parfumées aux herbes, comme la *Kroaztbeere* (obtenue par distillation de mûres) et la *Stonsdorfer*. Les Allemands boivent parfois un petit verre de schnaps avec la bière. Certains plats régionaux de Westphalie sont servis avec un alcool et du pain de seigle, comme le jambon ou l'anguille fumée, les assiettes de charcuterie et les saucisses.

SCHNECK Viennoiserie alsacienne en pâte levée, roulée en colimaçon et fourrée de crème pâtissière additionnée de kirsch et de fruits confits.

SCHWEPPE (JACOB) Industriel allemand (Witzenhausen 1740 - Genève 1821). Ce bijoutier installé à Genève se passionna bientôt pour les expériences sur l'aération de l'eau et la fabrication de l'eau minérale artificielle. Ses recherches aboutirent, en 1790, à la mise au point d'un procédé industriel. En 1792, associé à deux ingénieurs et à un pharmacien genevois, il installa une usine à Londres, puis en continua seul l'exploitation, en produisant des sodas et des imitations des eaux de Seltz, de Spa et de Pyrmont, réputées à l'époque.

Dans les années 1860, ses successeurs rendirent l'eau de Seltz encore plus populaire en lui ajoutant de la quinine, de l'écorce d'orange amère ou du gingembre. Ces mélanges eurent un grand succès dans les colonies britanniques où régnait la malaria, affection que l'on traitait avec de la quinine, et où l'on prit l'habitude de les additionner de gin et de les consommer comme « tonics ».

SCONE Petit pain rond de pâte levée, d'origine écossaise. Mou et blanc à l'intérieur, avec une belle croûte dorée, il se mange au breakfast ou pour le thé (notamment le *high tea*, ou « goûter dînatoire », très pratiqué en Écosse).

Les scones se servent chauds, fendus en deux et beurrés, ou fourrés de confiture de fraise.

SCOTCH BROTH Pot-au-feu écossais, également appelé *barley broth* (« soupe à l'orge »). Il se compose de collier ou d'épaule de mouton, d'orge et de divers légumes (carotte, navet, oignon, poireau, céleri, parfois pois verts et chou). On le sert parsemé de persil. On peut présenter d'abord le bouillon, non passé, puis la viande, avec une sauce aux câpres.

SCREWDRIVER Long drink désaltérant, créé à l'époque de la Prohibition – interdiction des boissons alcoolisées aux États-Unis entre 1919 et 1933 –, composé de jus d'orange et de vodka ; il se sert dans un tumbler rempli de glace.

Savoie

PROVINCE FRANÇAISE DEPUIS UN PEU PLUS D'UN SIÈCLE (1860), LA SAVOIE EST FORMÉE DE DEUX DÉPARTEMENTS : LA HAUTE-SAVOIE ET LA SAVOIE. DU CHABLAIS JUSQU'À LA MAURIENNE ET LA VANOISE, LA SAVOIE A FRONTIÈRE COMMUNE AVEC LA SUISSE ET L'ITALIE, TANDIS QU'À L'OUEST LE RHÔNE, LE LAC DU BOURGET ET LA VALLÉE DE L'ISÈRE LA SÉPARENT DE L'AIN ET DU DAUPHINÉ.



Le beaufort, fabriqué avec du lait de vache dans le Beaufortin et la Tarentaise, se présente en meules de 40 à 60 kg, au talon concave.

Simple et nourrissante, la cuisine de la Savoie est naturellement dominée par le beurre, la crème fraîche, le lait et les fromages. Peu de légumes sous ce rude climat, et pendant longtemps la majorité des plats fut élaborée autour de la pomme de terre – qui porte toutes sortes de noms locaux (tartufle, trifola ou tiffère) – , du lait, de la farine et des œufs. Cardons et raves sont préparés au bouillon, en gratin ou au beurre, tandis que les « herbes » (épinards, blettes) sont indispensables à la confection des rissoles. Les forêts et les prairies alpines regorgent de champignons : bolets, morilles, chanterelles, mousserons agrémentent ainsi plusieurs recettes de la cuisine locale. Les bolets garnissent le friand, avec crème, œufs, béchamel et beaufort, les mousserons accompagnent les œufs brouillés… Enfin, les Savoyards apprécient les préparations à base de farine : farine de maïs pour la polenta, farine de blé noir et de froment pour confectionner les crozets.
La Savoie est aussi le pays des lacs – Léman, d'Annecy, du Bourget et d'Aiguebelle –, aux savoureux habitants : omble chevalier, lavaret, féra, perche, truite… Leur chair délicate est une invite à des recettes délicieuses, comme la féra gratinée à la crème.
Dans cette région, la viande fraîche ne fait pas partie de l'ordinaire. Jadis, on fumait la viande de vache ou de chèvre, d'où la tradition de la viande séchée. Le porc salé ou fumé est de consommation courante, avec son cortège de charcuteries : longeoles (saucisses aux légumes conservées à l'huile), saucissons de couennes, fricandeaux, attriaux et pormoniers (également enrichis de verdure), boudins et savoureux petits diots (saucisses) cuisinés au vin blanc.
La cuisine savoyarde fait naturellement la part belle au fromage. La très célèbre fondue contient emmental, beaufort et comté fondus dans le vin blanc sec et le kirsch. Les mélanges de fromages fondus servent à la confection des croquignoles, boulettes de fromage avec jambon cuit, panées et frites. Fromages et œufs s'associent dans de nombreux apprêts, comme la très ancienne omelette du Pont-des-Andrieux, ou l'omelette savoyarde, avec dés de jambon cru, beaufort râpé et crème fraîche.

Enfin, la Savoie, qui fut longtemps terre italienne, a conservé de cette époque le pain de Modane (sorte de pain de Gênes) et le vermouth de Chambéry. Cette cuisine s'accommode fort bien des vins de la région, principalement des blancs. Quatre appellations d'origine contrôlée se distinguent : vins-de-savoie, qui regroupe dix-sept crus (Apremont, Abymes…), roussette-de-savoie, seyssel et crépy, qui offre des blancs secs perlants.

SOUPES

Soupe au fromage, aux calots

En Savoie, les soupes sont très populaires. À l'oseille, aux pois cassés, au potiron, à l'ortie et à la crème fraîche ou au fromage, comme celle de l'ubac avec os de veau, pain et fromage, les soupes sont consommées aussi bien au déjeuner qu'au dîner. La soupe aux calots est une spécialité paysanne à base de farine, d'œufs et de sel : avec la pâte ainsi confectionnée, on façonne des sortes de vermicelles jetés dans l'eau bouillante.

ACCOMPAGNEMENTS

Fidès, taillerins, fricot, farcement

Les pâtes figurent souvent au menu, comme les nouillettes aux œufs, les fidès, gros vermicelles mijotés au bouillon avec des oignons et poudrés de fromage, ou les taillerins, rubans de pâte maison.
La pomme de terre se présente tantôt en cartis – fricot de pommes de terre et de poires qui accompagne le gibier –, tantôt en fricassée au reblochon. Elle sert aussi à préparer le farcement, qui réunit pommes de terre, pruneaux, cerises sèches, lard et farine

(et peut s'enrichir d'autres légumes). Le gratin savoyard (de pommes de terre) est toujours au fromage.

POISSONS

Perche, lavaret, féra, truite
Si le paysan, traditionnellement, se contentait de morue ou de hareng saur, les prises des lacs et des torrents appartiennent de fait à une cuisine plus élaborée. Elles permettent de cuisiner les perches du Léman au vin rouge, le lavaret au vin blanc ou à l'aixoise (sur un lit de cèpes et d'échalotes), la féra meunière, à la crème, en gelée, en filets, à la thononaise (avec vin blanc et sauce aux champignons et au jambon), ou encore les truites farcies et braisées à l'apremont.

VIANDES ET VOLAILLES

Caïon, jailles, potée savoyarde, veau
Les viandes sont traditionnellement cuisinées en fricassée : une des plus célèbres est le caïon, un ragoût de porc au vin rouge lié de sang, ou bien les jailles, avec échine de porc et pommes reinettes. La potée savoyarde réunit poitrine et jarret de porc avec saucisses, légumes et châtaignes. Le veau est également très apprécié : pieds de veau de Thônes, noix de veau à l'aixoise braisée avec oignons, navets, carottes, céleris et marrons, escalopes au fromage ou côtes de veau au gratin.

Poulet, coq au vin, perdrix rôtie
Quelques apprêts originaux concernent le poulet (cuisiné en blanquette, aux cèpes ou aux écrevisses), tandis que la recette locale du coq au vin se fait au crépy. Le gibier à plume donne lieu à des recettes originales, comme la perdrix rôtie puis mijotée au vin blanc, découpée et disposée en couches dans une terrine avec lard, gruyère et vermicelles rissolés.

FROMAGES

Les fromages savoyards comptent quelques grandes célébrités. Dans la famille des pâtes cuites de « grande forme », le beaufort vient en tête : sa fabrication est longue et minutieuse, son affinage peut durer un an. Le reblochon, lui, est une onctueuse pâte pressée à croûte lavée, qui bénéficie d'une appellation d'origine. Enfin, la tomme de Savoie réunit une grande famille de fromages à pâte pressée, parfois de lait de chèvre.

DESSERTS

Riame, rissoles, brioches
Avec les produits laitiers, les fruits, le miel, la pâtisserie savoyarde est riche et variée : les spécialités anciennes sont nombreuses, comme la brioche de Saint-Genix, le biscuit de Savoie, la riame (couronne briochée colorée au safran), les craquelons, bugnes et cressets (beignets), les bricelets et jambelles (gaufres).
Mais les rissoles sont les plus célèbres et appartiennent à la tradition paysanne : aux poires ou aux pruneaux (résules), aux pommes, avec raisins secs ou pruneaux et figues, les recettes ne manquent pas. Les tartes, les pains et pâtés aux fruits, l'épougne (sorte de brioche aux fruits) ou la drâchée, faite avec des résidus de beurre fondu, complètent ce répertoire.

CARTE

ENTRÉES

Truites saumonées en salade, PAGE 1072

Matefaim savoyard, PAGE 655

PLATS

Truites au bleu, PAGE 1072

Grives à la polenta, PAGE 549

Poulet sauté à blanc, PAGE 858

Côtes de veau en casserole à la paysanne, PAGE 1084

LÉGUMES

Galettes de pomme de terre, PAGE 508

Pommes de terre farcies, PAGE 836

DESSERTS

Brioche aux fruits, PAGE 170

Brioche de Saint-Genix, PAGE 170

Compote de rhubarbe, PAGE 305



Ce chalet savoyard, dans le Beaufortin, permet d'entasser le bois que l'on brûlera en hiver dans la cheminée, devant laquelle il fait si bon manger une fondue.

SEAU Récipient cylindrique ou tronconique, muni d'une anse ou de deux poignées latérales, qui a, selon les occasions, des fonctions différentes.

– Le seau à champagne, en acier inoxydable ou en métal argenté, d'un diamètre de 18 à 20 cm, sert à garder au frais, dans de l'eau glacée, une bouteille de champagne, de vin blanc sec, de rosé ou de mousseux.

– Le seau à glace, plus petit (10 à 13 cm de diamètre), permet de présenter des glaçons avec l'apéritif ou des rafraîchissements.

– Le seau à glace isotherme, doublé d'une paroi isolante et fermé par un couvercle, permet de conserver les glaçons entiers sans qu'ils fondent.

SÉBASTE Poisson de la famille des scorpénidés, voisin de la rascasse du Nord, dont il existe deux espèces principales (**voir** planche des poissons de mer pages 820 et 821). La plus petite (30 cm) vit en Méditerranée et dans l'Atlantique jusqu'à la Loire, la plus grande (80 cm) dans l'Atlantique nord et les mers froides.

Les sébastes ont une grosse tête épineuse, mais sans appendice de peau, sans sillon en arrière des yeux et sans épines sur les nageoires. Ils sont rose vif à reflets argentés, avec l'intérieur de la bouche noir ou rouge vif. Plus charnus que les rascasses, laissant un peu moins de déchets (40 à 50 %), ils ont une chair maigre, ferme, savoureuse, qui donne de beaux filets dont le goût rappelle celui du crabe tourteau.

Au Canada, il en existe cinq espèces (argenté, canari, orangé, aux yeux jaunes et à longue mâchoire), qui se prêtent à tous les modes de préparation.

SÉCHAGE Procédé de conservation des aliments, l'un des plus anciens. Le séchage ralentit la prolifération des micro-organismes, ainsi que les réactions de détérioration, mais modifie sensiblement l'aspect des denrées, qui perdent tout ou partie de leur eau de constitution. Celles-ci doivent généralement être réhydratées avant d'être utilisées.

■ **Produits.** Dès l'époque préhistorique, céréales, baies, noix et fruits étaient exposés au soleil avant d'être stockés.

Les Indiens d'Amérique séchaient de la même façon la viande de bison pour préparer le pemmican. Aujourd'hui, certaines viandes subissent encore un séchage plus ou moins poussé, éventuellement associé au fumage et au salage.

Le séchage à l'air et au vent s'applique au poisson, le plus souvent salé, tant en Scandinavie qu'au Sénégal ou en Inde.

Quant au séchage des végétaux, il se pratique un peu partout depuis des temps immémoriaux, en Grèce pour le raisin, en Turquie pour les abricots, en Iran et en Espagne pour les tomates, en Hongrie pour le poivron, et dans toutes les campagnes pour les fruits et légumes locaux.

Au stade industriel, le choix du procédé de séchage dépend des caractéristiques de l'aliment et des avantages recherchés, outre la conservation.

Pour les méthodes modernes, qui éliminent une très grande proportion d'eau, on parle plutôt de « déshydratation ».

■ **Techniques.** Le séchage, qui se pratique facilement au niveau domestique, s'effectue de diverses façons.

– À l'air libre, en pièce ventilée (légumes secs, morue salée) ou dans un sécheur, à bande porteuse ou à suspension dans un courant d'air (légumes secs).

– Dans un four à température précise (fruits secs).

– En séchoir à atmosphère contrôlée, où la température et l'hygrométrie diminuent progressivement (saucissons secs).

– En enceinte à micro-ondes sur une bande transporteuse (chips).

séchage des fines herbes

Cueillir les herbes aromatiques juste avant la floraison, par temps sec. Les laver, les secouer pour les égoutter. Si elles ont de petites feuilles (romarin, sarriette, thym), les enrouler dans une mousseline, sans les serrer, puis les suspendre dans un endroit chaud. Si elles ont de grandes feuilles (basilic, laurier, menthe, persil, sauge), les lier en bouquets et les suspendre la tête en bas. Les garder alors entières ou les réduire en poudre à l'aide d'un rouleau à pâtisserie. Les conserver dans des flacons hermétiques, à l'abri de la lumière. On peut aussi les sécher dans un four à micro-ondes.

séchage des légumes

Enfiler les haricots verts, tendres et bien sains, sans trop les serrer, sur du gros fil, avec une aiguille, en faisant un nœud de temps en temps pour les espacer. Les tremper dans de l'eau bouillante salée (10 g par litre), les égoutter et les suspendre à mi-ombre pendant 3 ou 4 jours, en les rentrant pendant la nuit. Sécher de la même façon les champignons, une fois débarrassés de leur pied terreux. Attacher par la queue les petits piments verts, qui deviennent rouge foncé une fois secs, de même que les petits oignons, les têtes d'ail et les échalotes. Conserver les légumes séchés à l'abri de la lumière dans des bocaux hermétiques.

séchage des pommes et des poires

Éplucher des pommes acides et retirer cœur et pépins avec un vide-pomme. Les couper en tranches de 1 cm d'épaisseur et les plonger peu à peu dans de l'eau citronnée (ou additionnée de 10 g d'acide citrique par litre). Les égoutter et les poser à plat, sans qu'elles se touchent, sur une claie en bois, en plein soleil. Les laisser ainsi, en les rentrant la nuit, pendant 2 ou 3 jours ; terminer éventuellement le séchage dans le four préchauffé à 70 °C. On peut aussi sécher des poires bien saines, entières et non pelées ; terminer à four tiède. Les laisser refroidir, et les aplatir éventuellement avec une planchette (elles sont alors dites « tapées »).

SÈCHE Gâteau mince et friable préparé en Suisse romande avec de la pâte feuilletée et que l'on garnit de lardons, de cumin, voire même de sucre.

SEELAC Nom donné au lieu noir (parfois au merlu) lorsqu'il est salé, fumé et mariné à l'huile. Le seelac ne se conserve pas plus d'un mois et demi au froid.

SEICHE Animal marin de 30 cm de long environ, vivant sur les fonds côtiers herbeux (voir planche des coquillages et des mollusques page 324). Son corps ressemble à un sac ovale gris-beige à reflets mauves, surmonté d'une tête assez importante, pourvue de dix tentacules irréguliers, dont deux très longs. Le « sac », presque totalement entouré de nageoires, renferme une partie dure, l'os de seiche. La seiche a divers surnoms (margate, sépia, supion, etc.), qu'elle conserve dans certains apprêts régionaux. Elle possède une poche à encre, ce qui permet de la préparer, ainsi qu'on le fait en Espagne, *en su tinta* (dans son encre). Vendue entière ou nettoyée, la seiche se cuisine comme le calmar, notamment farcie ou à l'américaine.

SEIGLE Céréale voisine du froment, originaire d'Anatolie et du Turkestan, apparue en Europe avant l'âge du fer et cultivée surtout dans les régions nordiques, en montagne et sur les terrains pauvres (voir tableau des céréales page 229). Moins riche en protéines que les autres céréales, le seigle est bien pourvu en phosphore, en soufre, en fer et en vitamines B. Il fournit 335 Kcal pour 100 g.

■ **Emplois.** La farine de seigle, grise, très amylacée mais contenant peu de gluten, est panifiable bien qu'elle lève difficilement ; elle est souvent mélangée à de la farine de blé (c'est le méteil), pour confectionner un pain à mie brune et dense, qui se conserve bien. Le vrai pain de seigle, au goût un peu acide, façonné en boules ou en petits pains, accompagne huîtres et fruits de mer. La farine de seigle entre également dans la préparation du pain d'épice et de certains gâteaux, ainsi que dans les pâtés en croûte russes et scandinaves. Les flocons de seigle sont un des composants du Birchermuësli. Enfin, on prépare une eau-de-vie de grain à base de seigle.

SEL Substance cristallisée, friable et inodore, au goût piquant, employée comme condiment et comme agent de conservation. Constitué par du chlorure de sodium à l'état pur, le sel est très abondant dans la nature. On distingue le sel marin, extrait de l'eau de mer par évaporation (30 kg par mètre cube), et le sel gemme, existant à l'état de cristaux dans la terre.

Absolument indispensable à l'organisme, le sel contribue à maintenir la pression osmotique des cellules ; les besoins de l'organisme humain sont de 5 g de sel par jour environ, mais l'alimentation, très riche dans les pays occidentaux, les couvre largement, parfois avec excès (jusqu'à 20 g), ce qui peut entraîner des troubles graves.

■ **Histoire.** Depuis l'Antiquité, le sel est une denrée précieuse et il fut un des premiers articles de grand commerce. Chez les Hébreux, il accompagnait sacrifices et cérémonies. Chez les Romains, il servait à conserver le poisson, les olives, le fromage et la viande, et participait à la rétribution des soldats (d'où l'étymologie de « salaire »). Au Moyen Âge, les « routes du sel » établirent des trafics commerciaux solides, tant en France, notamment à partir de la Saintonge, qu'en Scandinavie, où le poisson séché et salé constituait la base de l'alimentation. La corporation des mesureurs de sel existait déjà au XIIIe siècle. Le sel étant indispensable à la constitution de réserves de longue durée, et ses lieux de production pouvant être facilement surveillés, nombreux furent les gouvernements qui en tirèrent des impôts d'un encaissement sûr. En France, la gabelle, créée au XIVe siècle et abolie en 1790, obligeait les particuliers à acheter chaque année dans les « greniers du roi », à un prix fixé et même s'ils ne le consommaient pas, une certaine quantité de sel.

■ **Présentations.** Condiment alimentaire indispensable, le sel reste aujourd'hui une matière première essentielle des industries agroalimentaires (conserves en boîte, salaisons, poissons salés, charcuterie, fromagerie). Le sel se présente sous trois formes.

• GROS SEL. Raffiné (c'est-à-dire débarrassé, par dissolution dans de l'eau, puis évaporation, de ses matières terreuses et des sels déliquescents – sel de potasse et sel de magnésie) ou non, il s'emploie dans l'industrie et pour certaines préparations (bœuf gros sel, légumes à dégorger, cuisson d'une volaille au gros sel en cocotte). Le sel non raffiné, de couleur grise, est plus riche ; il convient donc particulièrement pour la cuisine.

• SEL DE CUISINE. En petits cristaux, il sert à saler les mets en cours de cuisson ; il doit rester à portée de la main dans une boîte à couvercle, qui le préserve de l'humidité.

• SEL FIN. Dit aussi « sel de table », toujours raffiné, il est utilisé comme condiment de table, dans une salière, en pâtisserie, pour les assaisonnements et pour la finition des sauces. Pour qu'il ne s'humidifie pas trop, on lui ajoute différents produits (carbonate de magnésium, silico-aluminate de sodium, etc.), dont la proportion ne doit jamais excéder 2 %.

■ **Emplois.** Les aliments les plus riches en sel sont les fromages, les entremets industriels, le gibier, la charcuterie, la viande fumée, les poissons en saumure. La fonction essentielle du sel est de relever le goût des aliments, d'en rehausser la saveur et d'exciter l'appétit. Certains sels sont destinés à des emplois particuliers.

– Le sel de céleri, sel fin mélangé avec du céleri-rave séché et pulvérisé, sert à condimenter le jus de tomate en cocktail et d'autres jus de légumes, mais aussi à relever fonds de cuisson et consommés.

– Le sel de livèche, sel fin aromatisé avec de la racine de cette plante aromatique, séchée et pulvérisée, plus corsé que le sel de céleri, s'utilise dans les soupes et les sauces, notamment en Allemagne.

– Le sel épicé, mélange réalisé sur la base de 2 kg de sel fin, 200 g de poivre blanc moulu et 200 g d'épices mélangées, permet de condimenter farces, pâtés et terrines.

– Le sel attendrisseur, sel ordinaire additionné de 2 ou 3 % de papaïne, extraite de la papaye, est destiné à attendrir les viandes et réservé à l'usage domestique.

– Le sel iodé est un sel fin additionné d'iodure de sodium et vendu comme sel de table.

– Le sel de régime est un succédané partiellement ou totalement dépourvu de chlorure de sodium.

– Le sel nitrité est un conservateur utilisé en charcuterie et en conserverie ; le sel de nitrite est un sel auquel on a ajouté un mélange de nitrate de sodium ou de potassium et de nitrite de sodium (10 % au maximum).

– Le sel de hickory, condiment américain, est un mélange de sel marin et de sciure de hickory fumé, pulvérisée ; possédant un léger goût de noisette, il est utilisé dans la cuisine au barbecue.

On appelle « sel chinois » le glutamate de sodium et « sel de poisson » le nuoc-mâm.

SELLE Nom de deux morceaux de viande ou de gros gibier : la selle anglaise (mouton ou agneau), constituée des deux filets non séparés (voir planche de la découpe de l'agneau page 22) ; la selle de gigot (mouton, agneau ou chevreuil), correspondant à la partie gauche du gigot (qui est dit « raccourci » quand il ne comporte pas la selle). Tous deux s'apprêtent entiers, rôtis, ou détaillés en petites pièces, grillées ou pochées.

La selle anglaise a inspiré à l'écrivain français Charles Monselet (1825 -1888) ces mots :

« Sors du mouton qui te recèle,
Selle,
Et sur un coulis béarnais,
Nais. »

selle d'agneau Belle Otéro, selle d'agneau Callas, selle d'agneau de lait en carpaccio au pistou → AGNEAU
selle de chevreuil grand veneur → CHEVREUIL

RECETTE DE ROGER SOUVEREYNS

selle de sanglier sauce aux coings

« Cuire dans 1 litre d'eau additionnée de 100 g de sucre 2 beaux coings, en les tenant al dente. Les éplucher et les vider. Pocher 100 g de lentilles dans du consommé, 200 g de céleri-rave détaillé en cubes dans du jus de légumes et une belle betterave rouge coupée en dés dans du jus de volaille. Rôtir une selle de sanglier au four, dans 50 g de graisse d'oie, en arrosant souvent. Mettre les légumes à mi-cuisson. Sortir la viande, dégraisser le plat, déglacer avec le jus de cuisson des coings, 1 litre de fond brun de sanglier et 1 cuillerée à café de gelée de coing. Réduire des quatre cinquièmes. Passer au chinois fin et monter avec 30 g de beurre. Rôtir les coings coupés en quartiers dans 20 g de beurre, en ajoutant un peu de sucre fin pour les caraméliser. Réchauffer séparément les lentilles, le céleri-rave et la betterave. Entourer les assiettes de cette garniture, puis disposer 2 quartiers de coings, des aiguillettes de sanglier, et napper de la sauce. »

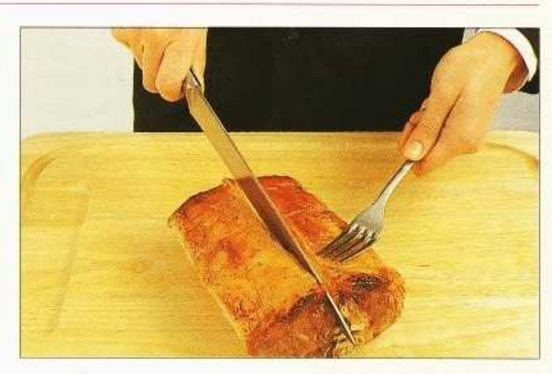
▶

Selle de sanglier sauce aux coings
Recette de Roger Souvereyns

Découpe d'une selle d'agneau cuite



1. Séparer les panoufles et les détailler en fines lanières. Couper le long de la colonne vertébrale, en tenant le couteau contre l'os. Séparer la viande de l'os.



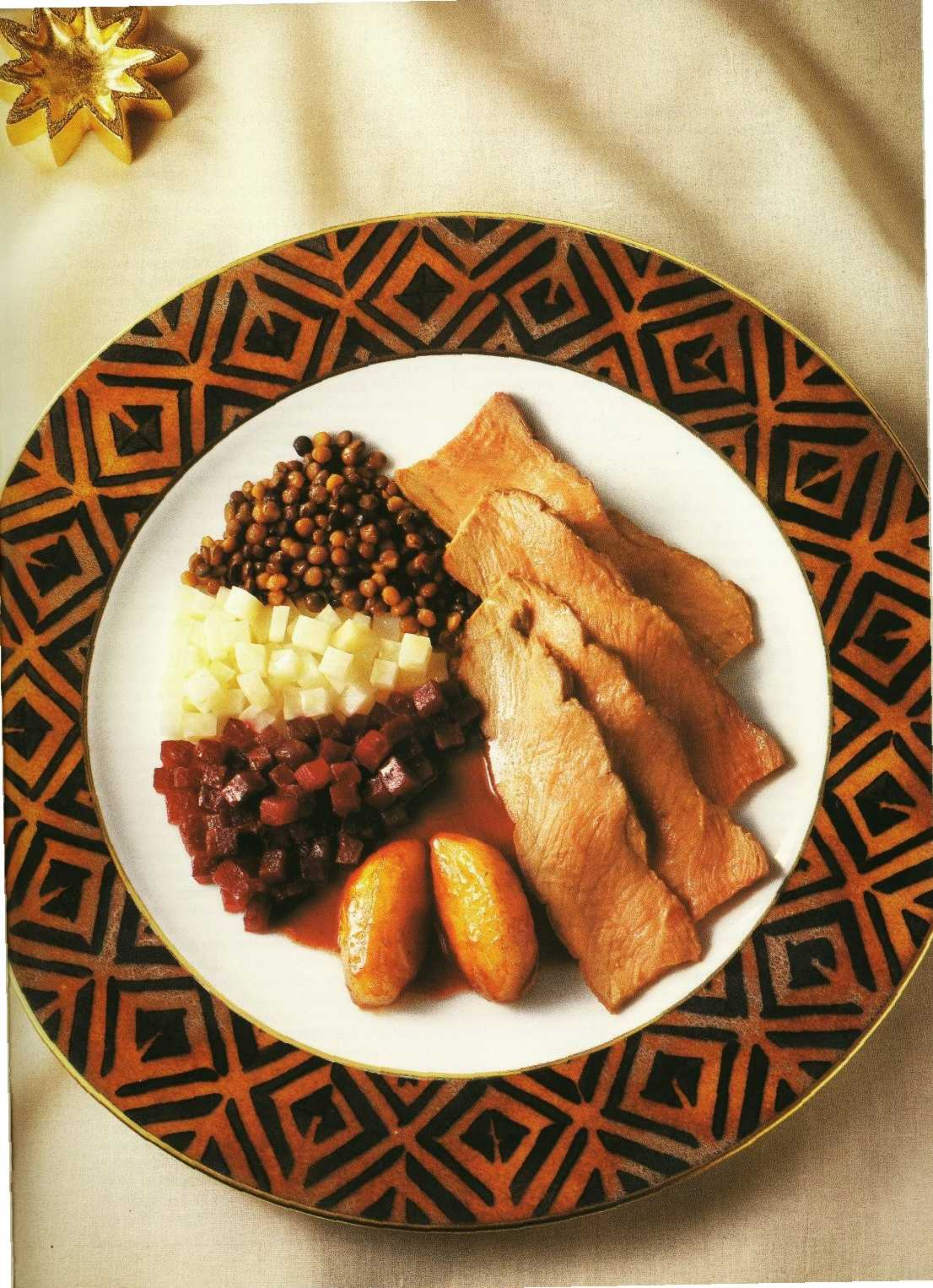
2. Couper la première tranche en biais, puis les suivantes en changeant l'inclinaison du couteau. La dernière tranche sera découpée horizontalement.



3. Séparer les tranches de l'os. Tourner la selle et couper les tranches de l'autre côté de la colonne vertébrale.



4. Retourner la selle et découper les filets qui longent la colonne vertébrale. Les émincer avant de servir.



SELLES-SUR-CHER Fromage berrichon et solognot AOC de lait de chèvre (45 % de matières grasses), à pâte molle et à croûte naturelle poudrée de cendre de charbon de bois (voir tableau des fromages français page 497). Le selles-sur-cher se présente sous la forme d'un tronc de cône très plat de 8 cm de diamètre à la base et de 2,5 cm d'épaisseur. Bien blanc et ferme, il a une odeur caprine et une saveur noisetée.

SELS MINÉRAUX Substances minérales contenues dans la plupart des aliments et nécessaires à l'équilibre alimentaire : calcium, phosphore, fer, potassium, sodium, chlore et oligoéléments, qui jouent dans l'organisme des rôles variés. Calcium et phosphore sont les principaux constituants du tissu osseux ; fer et potassium interviennent dans le métabolisme ; le calcium est nécessaire à la coagulation du sang ; magnésium et calcium sont des facteurs de l'équilibre nerveux ; potassium et sodium règlent l'hydratation générale et l'équilibre acido-basique.

SELTZ (EAU DE) Eau naturellement gazeuse et acidulée, ou artificiellement gazéifiée avec du gaz carbonique sous pression, qui intervient essentiellement dans la préparation des cocktails. Son nom est une altération de Niederselters, village d'Allemagne dans le Taunus, dont les sources minérales sont célèbres depuis le XVIIIe siècle.

SÉMILLON Cépage blanc bordelais, le second de France par son importance. Originaire du Sauternais, il est à la base de tous les grands vins AOC de Gironde, de Dordogne et du Lot-et-Garonne. Le sémillon présente des grappes moyennes, compactes, aux baies juteuses à la saveur légèrement musquée.

SEMOULE Produit obtenu grâce à la mouture d'une céréale, blé dur essentiellement, mais aussi riz (semoule blanche) et maïs (pour la polenta), voire sarrasin (pour la kacha). Les grains sont d'abord débarrassés des impuretés autres que le blé dur, puis humidifiés afin de faciliter la séparation du cœur du grain (semoule) des enveloppes (son), puis moulus ; le produit de broyage est alors tamisé et purifié par séparation du son du produit final : la semoule.

La valeur nutritive des semoules est proche de celle de la farine. Cet aliment riche en glucides complexes est à la fois nourrissant et léger, sert à fabriquer les pâtes alimentaires et, en cuisine, à préparer potages, garnitures et plats variés (couscous, gnocchis, taboulé), ainsi que des entremets sucrés (couronne, crème, pudding, soufflé, subric).

La semoule « supérieure » résulte du broyage de la partie centrale de l'amande de blé dur, tandis que la semoule « courante » contient davantage de parties périphériques du grain (donc un pourcentage plus élevé de matières minérales).

Les semoules « fines » servent à préparer les pâtes alimentaires, tandis que les semoules « moyennes » et « grosses » conviennent pour les potages et les entremets ; les semoules « très fines » sont destinées à l'alimentation des très jeunes enfants.

bordure de semoule aux fruits → BORDURE
pudding à la semoule → PUDDING

semoule pour entremets
Porter à ébullition 1 litre de lait additionné de 150 g de sucre, 1 pincée de sel et 1 gousse de vanille fendue en deux ; y verser en pluie 250 g de semoule, ajouter de 75 à 100 g de beurre, mélanger, puis cuire 30 min, à couvert, dans le four préchauffé à 200 °C.

SENDERENS (ALAIN) Cuisinier français, né en 1939. Originaire du Sud-Ouest, il vient à Paris à l'âge de vingt et un ans, après son apprentissage à Lourdes. Commis garde-manger, puis chef rôtisseur à *La Tour d'Argent,* il entre ensuite dans la brigade de Marc Soustelle, chez *Lucas-Carton,* comme saucier, avant de devenir chef poissonnier au *Berkeley,* puis sous-chef au *Hilton Orly* à son ouverture. En 1973, il décide de s'établir à son compte à Paris, dans un restaurant qu'il baptise *l'Archestrate,* rendant ainsi hommage au célèbre gourmet de l'Antiquité. Il est installé depuis 1985 dans le restaurant *Lucas-Carton*. Passionné de lectures gastronomiques, il possède une capacité d'invention à la mesure des « milliers de combinaisons et de mélanges qui n'ont pas encore été faits ». Associant produits, parfums et modes de cuisson, il réalise des plats qui comptent parmi les créations les plus originales.

SÉRAC Fromage blanc de lait de vache égoutté et broyé, maigre et compact, fabriqué artisanalement en Savoie et en Suisse romande. Le sérac est composé de résidus contenus dans le petit-lait après le prélèvement du caillé. Mélangé à du mélilot (un trèfle à l'odeur très prononcée), il devient un fromage typique des Alpes glaronaises, le schabzieger.

SERDEAU Officier de la maison du roi qui disposait des plats desservis par le maître d'hôtel ; le terme désignait aussi le lieu où l'on portait et où l'on vendait cette desserte ; celle-ci était aussitôt mise aux enchères. Cette pratique existait encore à la fin du XVIIIe siècle, sous Louis XVI, et nombre de courtisans désargentés et de bourgeois composaient ainsi leur dîner.

SÉRÉ Fromage blanc, maigre ou à la crème, appelé aussi « Quark » en allemand et « ricotta » en italien. Le séré est la forme industrielle du sérac (voir ce mot).

SERGE (À LA) Se dit d'escalopes ou de ris de veau panés avec un mélange de mie de pain, de truffe et de champignons hachés, sautés, puis garnis de petits quartiers d'artichaut étuvés au beurre et d'une grosse julienne de jambon chauffée au madère ; la sauce est une demi-glace à l'essence de truffe.

SERINGUE Petit cylindre creux à piston, muni de deux anses et terminé par un embout fileté auquel s'adaptent des douilles variées. La seringue est utilisée en pâtisserie pour les décors ; sa rigidité la rend beaucoup plus maniable que la poche à douille.

La seringue à rôti, en matière plastique, munie à une extrémité d'une poire, permet d'aspirer le jus pour arroser la viande en cours de cuisson.

D'autres seringues sont utilisées en charcuterie pour injecter de la saumure dans les viandes en salaison.

SERPENT Reptile au corps très allongé, dont la plupart des espèces, venimeuses ou non, sont comestibles : boa en Amérique du Sud, python en Afrique, cobra en Asie, serpent à sonnette au Mexique, couleuvres et vipères en France. Jusqu'au XVIII[e] siècle, les régimes à base de vipère connaissaient en France une grande vogue. Les recettes de l'époque abondent en suggestions : écorchées et vidées, cuisinées aux herbes, pour farcir un chapon, en bouillon, en gelée, pour fabriquer une huile. À la fin du XVII[e] siècle, Louis XIV réglementa le commerce des vipères en limitant leur vente aux médecins et apothicaires. Quant aux couleuvres, que l'on continua d'apprêter dans les gargotes de banlieue, sous le nom d'« anguilles des haies », elles sont aujourd'hui toutes protégées, comme les vipères.

SERPOLET Thym sauvage *(Thymus serpyllum)*, à saveur moins prononcée que le thym commun, mais qui a les mêmes emplois (voir planche des herbes aromatiques page 561). Dans la cuisine provençale (où il est appelé « farigoule » ou « farigoulette »), le serpolet relève traditionnellement les truites, le mouton et le lapin.

SERRA-DA-ESTRELA Fromage portugais AOC de lait de brebis (45 à 60 % de matières grasses), à pâte molle et à croûte lavée (voir tableau des fromages étrangers page 498). Il se présente sous la forme d'un cylindre de 15 à 20 cm de diamètre et de 4 à 6 cm d'épaisseur, pesant de 1 à 1,7 kg. Fabriqué dans la serra du même nom, son caillé est obtenu par addition de fleurs et de feuilles d'un chardon sauvage. Il a une saveur douce quand il est jeune, qui devient piquante après plus de six semaines d'affinage.

SERRER Finir de fouetter des blancs d'œuf en neige par un mouvement circulaire et rapide du fouet, afin de les rendre très fermes et homogènes.

On dit qu'une sauce est « serrée » lorsque sa consistance est épaisse ou quand on la fait réduire pour la rendre plus onctueuse et plus savoureuse.

SERRES (OLIVIER DE) Agronome français (Villeneuve-de-Berg 1539 - *id.* 1619). Élève de l'université de Valence, puis de Lausanne (où ses convictions calvinistes l'avaient fait se réfugier), il fit de son domaine du Pradel, près de Privas, une ferme modèle où il fut le premier à cultiver les plantes et les céréales d'une manière rationnelle. Homme d'une grande curiosité, il fut à l'origine d'innovations horticoles et introduisit en France des plantes étrangères. Soutenu et encouragé par le ministre Sully, ayant également la confiance d'Henri IV, auquel il suggéra la formule de la « poule au pot » pour faire revivre le jardinage et l'élevage domestiques, il fit paraître, en 1600, *Théâtre d'agriculture et mesnage des champs*, livre de vulgarisation agronomique qui eut un grand retentissement (dix-neuf éditions successives au XVII[e] siècle). Il décrit notamment, pour la première fois, le tubercule qui devait un jour s'appeler pomme de terre et évoque déjà un procédé d'extraction du jus sucré de la betterave ; il se montre par ailleurs favorable à l'introduction de volatiles américains, comme le dindon. Il donne aussi de très nombreuses recettes.

SERVICE À l'origine, ensemble des plats composant l'une des parties du repas, lequel en comportait en général au moins trois ; le terme désigna ensuite également la manière de présenter les différents mets à des convives.

On distingue le service « à la française », courant jusqu'à la fin du second Empire (1870), et le service « à la russe », qui le remplaça et qui est resté aujourd'hui en vigueur.

• Service à la française. Il n'était que la continuation du cérémonial du « grand couvert », observé sous Louis XIV. Un repas servi à la française se divise en trois parties : le premier service va du potage aux rôtis, avec hors-d'œuvre et entrées ; le deuxième comporte les rôtis, les pièces froides du second rôt, les légumes et les entremets de douceur ; le troisième rassemble la pâtisserie, les pièces montées et les petits-fours, les bonbons et les glaces ; on terminait avec « le fruit ».

L'ordre du menu se réglait sur le nombre des entrées, les plats du deuxième service devant, théoriquement, être égaux en nombre à ceux du premier. Mais, surtout, les plats du premier service étaient disposés sur la table avant l'arrivée des convives, sur des réchauds ou sous cloche. À ce somptueux étalage d'orfèvrerie s'ajoutaient les grands surtouts, les candélabres, les fleurs, la verrerie, les couverts, etc.

On a souvent reproché à ce service de tout sacrifier à l'ostentation et à la munificence, de rester disparate et surtout de frustrer la gourmandise des convives en les empêchant de manger chaud, malgré les cloches et réchauds apparus au XVIII[e] siècle. Mais, en fait, les plats ne restaient pas sur la table très longtemps. En outre, chacun pouvait se servir immédiatement, sans attendre qu'on lui passât le plat.

L'ancien service à la française, qui implique une domesticité nombreuse (ne serait-ce que pour ne pas gaspiller la desserte, dont certains éléments étaient souvent réutilisés), exprimait, par la diversité des plats, une courtoisie certaine envers les convives.

Le *Code gourmand* d'Horace Raisson (1829) illustre bien ce que fut ce service dans ses derniers aboutissements, totalement dominé par un sens incontestable de la mise en scène.

• Service à la russe. On doit son introduction en France au prince Alexandre Borisovitch Kourakine, ambassadeur du tsar à Paris sous le second Empire.

Urbain Dubois, cuisinier français, le popularisa vers 1880, et le fit adopter dans les maisons bourgeoises. Moins de décorum et tables moins surchargées de surtouts et de pièces d'orfèvrerie ; on se contentait de laisser sur la table les fleurs et des pyramides de fruits ou des pièces montées décoratives. Le but recherché était de manger chaud : l'ordre des plats était fixé

à l'avance et on présentait les mets un par un et successivement. Ce service repose sur un autre principe : tout doit être exécuté dans un minimum de temps, de façon que le plat soit présenté rapidement, sans altération de sa saveur.

Chaque série de plats est servie ou préparée par un maître d'hôtel, auquel sont désignés par avance les convives par lesquels il doit commencer. Les plats se présentent à la gauche de la personne assise, et l'assiette se retire ou se pose par la droite. Le vin se sert à droite, dans le même ordre que les plats.

• SERVICE EN RESTAURATION. Dans ce domaine, les services sont différents.

– Dans le service « simplifié », les mets sont dressés sur les assiettes, ou les plats sont posés sur la table.

– Dans le service « à la française », on donne à chaque convive la possibilité de se servir lui-même dans le plat, qui lui est présenté accompagné d'un couvert de service.

– Dans le service « à l'anglaise », c'est le serveur qui sert les mets dans l'assiette du convive.

– Dans le service « à la russe », dit aussi « à l'anglaise avec guéridon » ou encore « au guéridon », le maître d'hôtel montre aux convives le plat dressé pour qu'ils en apprécient la présentation, puis les mets sont disposés dans les assiettes, opération qui se pratique sur un guéridon, à côté de la table.

SERVICE DE TABLE Ensemble d'une nappe et de serviettes assorties, ou ensemble d'assiettes et de plats au même décor. On appelle également « service » plusieurs pièces utilisées ensemble pour le service d'un mets déterminé.

– Le service à asperges comprend un berceau ou un plateau à égouttoir, où sont placées les asperges au naturel, ainsi que la pince ou la pelle permettant de se servir.

– Le service à café ou à thé rassemble, parfois sur un plateau, les tasses de taille spécifique, avec sous-tasses et petites cuillères, la cafetière ou théière, ainsi que le sucrier et le pot à lait.

– Le service à découper désigne le grand couteau et la grande fourchette (parfois aussi le manche à gigot) permettant de découper à table une pièce de viande, un gibier ou une volaille.

– Le service à fondue, avec son réchaud et son poêlon, inclut aussi des fourchettes longues à dents fines, éventuellement des assiettes compartimentées ou des coupelles à sauce.

– Le service à fromage associe le plateau, le couteau et des petites assiettes.

– Le service à gâteau réunit le plat (rond ou long), la pelle et les assiettes assorties, ou désigne l'ensemble des fourchettes à dessert et de la pelle.

– Le service à liqueur (ou à porto) comprend des petits verres et un carafon.

– Le service à poisson regroupe un plat long, des assiettes et éventuellement une saucière, ainsi qu'un couvert à poisson de grande taille.

– Le tête-à-tête est un service réduit aux seules pièces nécessaires pour deux personnes (pour le thé, le café ou le petit déjeuner).

SERVIETTE Pièce de tissu individuelle, servant à s'essuyer les mains et les lèvres, et à protéger les vêtements quand on mange. Le savoir-vivre exige que l'on utilise sa serviette avant de porter son verre à sa bouche et chaque fois que de la sauce ou un mets marque les lèvres. Il interdit de nouer sa serviette autour de son cou, sauf quand il s'agit d'écrevisses ou de fruits de mer à décortiquer.

Les Romains disposaient d'un *sudarium* destiné à s'éponger le front et le visage, tandis que des esclaves circulaient avec des bassins pour les ablutions. Au début du Moyen Âge, les convives s'essuyaient les mains et la bouche à la nappe ou à la « longuière », pièce de toile qui ne recouvrait que les bords de la table et était réservée à cet usage. C'est vers le XIIIe siècle qu'apparurent les « touailles », torchons suspendus au mur, que les convives utilisaient à volonté et qui servaient ensuite à recouvrir les restes de nourriture. Vinrent ensuite les serviettes individuelles de lin ou de coton, brodées puis damassées.

En restauration, le maître d'hôtel porte traditionnellement, comme insigne de sa fonction, une serviette pliée sur le bras gauche, de même que les serveurs et les garçons de café.

Pour le dressage de certains mets, il est courant d'utiliser des serviettes blanches à la place des papiers gaufrés ou dentelle : « gondole » pour présenter les poissons entiers dressés sur un plat long, serviette pliée pour y glisser des toasts chauds ou y poser une bombe glacée.

SERVIETTE (À LA) Se dit du dressage de certains mets, notamment des truffes. Pochées, celles-ci sont dressées en timbale ou dans une casserole, placée sur une serviette apprêtée, pliée en forme de poche ; cuites sous la cendre en papillote, elles sont logées directement dans une serviette. On présente aussi « à la serviette » les pommes de terre cuites en robe des champs, ainsi que les asperges cuites à l'eau, c'est-à-dire dressées nature sur une serviette blanche pliée.

Le riz « à la serviette » est un apprêt à l'indienne : cuit à l'eau salée, égoutté, rafraîchi, puis enveloppé dans une serviette pour sécher à four doux (voir RIZ).

SÉSAME Plante oléagineuse de la famille des pédaliacées, cultivée dans les pays chauds. On en tire une huile inodore, de couleur claire, très estimée au Moyen-Orient et en Extrême-Orient, à la saveur douce et qui se conserve longtemps sans rancir.

■ **Emplois.** Les cuisines africaine, arabe, chinoise, indienne et japonaise font une grande consommation d'huile de sésame comme corps gras de cuisson ou, plus souvent encore, comme condiment ou comme assaisonnement, car son arôme est très volatil. L'huile de sésame sert aussi, au Liban, à préparer le hoummos, avec des pois chiches.

Au Moyen-Orient, les graines interviennent notamment dans le halva (pilées avec du sucre et des amandes) et le tahin, ou tahina (une émulsion de graines pilées avec du jus de citron, du poivre, de l'ail et des épices) ; ce dernier accompagne salades, crudités, voire viandes grillées, et relève les boulettes

de farine de légumes secs et les bouillons de volaille. En Afrique et en Asie, les graines (dites *ajonjoli,* jaunâtres ou rougeâtres selon la variété) se consomment également grillées, comme les cacahouètes, et on en tire une farine qui sert à préparer des galettes.

Enfin, en Chine, on extrait des graines de sésame une boisson sirupeuse très nourrissante ; elles servent aussi à confectionner des biscuits au sucre et au saindoux ; au Japon, grillées, elles entrent dans nombre de sauces et de condiments.

▶ **Recette** : SOLE.

SÉTOISE (À LA) Se dit d'un apprêt de la lotte (poisson typique de la cuisine de Sète, notamment dans la bourride) ; le poisson cuit d'abord à feu vif avec une julienne de légumes étuvée à l'huile d'olive et au vin blanc ; il est nappé, une fois égoutté, d'une mayonnaise très ferme, additionnée, au dernier moment, du fond de cuisson réduit à glace.

▶ **Recette** : BOURRIDE.

SÉVIGNÉ (MARIE DE RABUTIN-CHANTAL, MARQUISE DE) Femme de lettres française (Paris 1626 - Grignan 1696). Au fil de la correspondance qu'elle échangea avec sa fille, Mme de Grignan, la marquise évoque, entre autres choses, les plaisirs de la table ou les nouveautés culinaires et gastronomiques de son temps, en particulier les petits pois de primeur, le chocolat, le pâté de canard d'Amiens, etc. Au cours de ses voyages, elle note les spécialités gourmandes et les bonnes étapes, comme *l'Auberge du Dauphin* à Saulieu ou la table de M. de Chaulnes à Vitré.

On lui a dédié un apprêt d'œufs mollets ou pochés, servis sur de la laitue braisée, nappés de sauce suprême et surmontés d'une lame de truffe.

SEYSSEL Vins AOC blancs de Savoie, tranquilles ou mousseux, issus des cépages chasselas, altesse (ou roussette) et molette, qui présentent souvent un arôme caractéristique de violette (**voir** SAVOIE).

SHAKER Ustensile de bar en acier inoxydable ou en métal argenté, formé d'un haut gobelet légèrement évasé et d'un couvercle emboîtant, dans lequel on mélange les ingrédients d'un cocktail en les secouant avec de la glace ; les petits modèles ont une contenance de 50 cl, les grands, de 1 litre.

L'emploi du shaker est particulièrement recommandé pour les cocktails à base de crème ou de liqueur sirupeuse, ceux où intervient un œuf, ou du lait, ou encore du jus de fruits.

SHERRY Dénomination anglaise du xérès. Le cherry, lui, est une liqueur de cerise.

SHIITAKE Champignon typiquement asiatique, dont le nom européen est lentin comestible, sans doute l'un des plus cultivés et des plus appréciés dans le monde (**voir** planche des champignons page 240). Il possède un chapeau convexe brun, recouvert radialement de fibrilles et de mèches laineuses blanchâtres évidentes ; ses lames serrées, elles, sont beige blanchâtre. Le shiitake est riche en sels minéraux, comme le phosphore et le potassium, et en vitamines. Outre ses qualités gastronomiques et diététiques, il a des vertus thérapeutiques reconnues, antivirales et anticholestérol. Aujourd'hui, il est largement cultivé en France, notamment en Touraine, sur des supports à base de sciure de bois, de paille de céréales broyées, de son, etc. Il accompagne très bien les viandes et les salades, et se sert en sauce ou grillé.

SHORTBREAD Biscuit sablé de la pâtisserie écossaise, très riche en beurre, servi couramment avec le thé, mais qui reste de tradition pour Noël et le jour de l'An. Fait à l'origine de farine d'avoine, il est aujourd'hui à base de farine de froment.

Pour les fêtes, le shortbread est parfois décoré d'écorces de citron ou d'orange, ou encore d'amandes mondées ; dans les îles Shetland, il est aromatisé au cumin. Il se présente comme une galette striée de rayons, qui permettent de la fractionner en triangles : c'est un symbole solaire, lié à ce très ancien gâteau des fêtes du renouveau.

SHORT DRINK Cocktail obtenu en mélangeant une eau-de-vie ou une liqueur avec un peu de jus de fruits ou de soda. Les short drinks se servent frais, sur de la glace, les uns en apéritif, les autres en digestif.

SICILE ET **SARDAIGNE** La cuisine de ces deux îles méditerranéennes puise à des sources grecques pour la première, phéniciennes pour la seconde, avec divers emprunts originaux aux cuisines arabe et africaine ; cependant, certaines créations locales sont de très ancienne tradition.

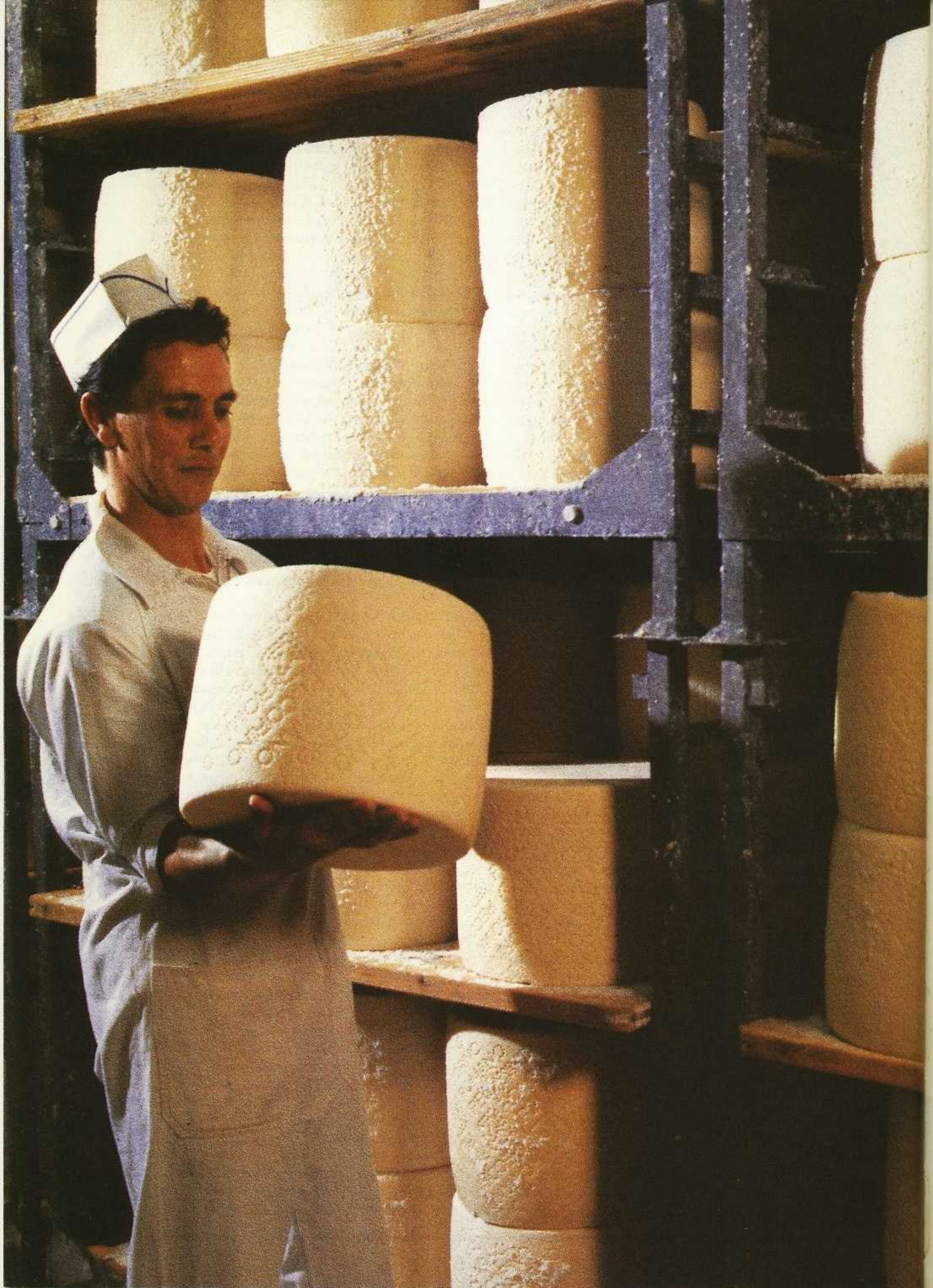
■ **Sicile.** La Sicile produit agrumes, primeurs, olives et amandes ; on y trouve peu de viande, mais le blé y abonde. Elle est surtout fière de sa pâtisserie, notamment des *cannoli,* gâteaux fourrés de fromage à la crème et de fruits confits, et de la cassate (**voir** ce mot).

Le pain est souvent cuit à la maison, qu'il s'agisse de grosses miches, de pains en losange ou en navette, de pains non levés, que l'on mange trempés dans de l'huile avec du poisson salé, sans oublier la pizza aux nombreuses variantes ; une spécialité typique est constituée par les *vasteddi,* petits pains blancs parsemés de grains de cumin, fourrés de ricotta, de viande de porc frite au saindoux et de jambon fumé.

Les pâtes sont également à l'honneur, notamment *la pasta con le sarde* (avec un ragoût de sardines à la tomate). Il faut mentionner également la caponata, qui se sert en entrée ou accompagne les poissons et les fruits de mer, nombreux (moules farcies, poissons de roche, farcis ou en papillote).

Parmi les plats de viande, le *farsu magru* (roulade de bœuf ou de veau, farcie d'un mélange d'œufs durs, d'aromates et d'épices) et la saucisse de porc cuite sous la cendre sont des spécialités.

Grosse productrice et exportatrice de vin, la Sicile était traditionnellement réputée pour des vins de liqueur comme le marsala et des vins de dessert capiteux comme le mamertino. Depuis une vingtaine d'années, les viticulteurs se sont orientés vers des vins



secs, blancs, rouges ou rosés, très forts en alcool, dont une grande partie est exportée comme vins de coupage ; les meilleurs (mis en bouteilles trois mois après les vendanges, au lieu de vieillir en fût comme autrefois) regroupent les vins de l'Etna, le corvo di casteldaccia, l'alcamo et le carasuolo di vittoria, agréables vins de table, fruités et parfumés.

■ **Sardaigne.** En Sardaigne, c'est au contraire l'élevage (mouton, bœuf, porc et agneau) qui constitue la ressource essentielle, d'où l'existence de spécialités comme les tripes de chevreau rôties, grillées ou bouillies, et un plat de plein air réputé : un cochon de lait, un agneau ou un chevreau vidé, embroché et rôti devant un feu de genévrier, de lentisque ou d'olivier, ou cuit sur des braises, dans une fosse à même le sol.

La perdrix et la grive se cuisent non vidées, dans des sachets tapissés de feuilles de myrte ; le sanglier sarde est réputé pour sa chair délicate.

Le bœuf mariné et braisé au vin blanc, ou le veau à la sarde, braisé à la sauce tomate et aux olives noires, sont courants.

Le pain se présente parfois sous forme de galettes très fines, les *fogli di musica* (« feuilles de musique »), rayées de craquelures horizontales.

On apprécie également les pâtes, avec deux spécialités : des raviolis avec une farce de ricotta, d'épinard et d'œuf, aromatisée au safran, servis en sauce tomate et fromagés, et un gratin fait de couches de pâtes, de viande hachée, de jambon, de fromage blanc et d'œufs, nappé de sauce tomate.

Langoustes et sardines (qui donnèrent son nom à l'île) sont aussi souvent cuisinées que le thon et l'espadon ; les œufs de thon séchés *(buttariga)* se servent en hors-d'œuvre. Enfin, les fromages sont appréciés : le casu marzu (fromage « pourri », à l'odeur forte) et le fiore sardo, fromage de lait de brebis à râper.

Seule culture prospère de ce pays aride, la vigne donne, depuis une vingtaine d'années, des vins frais et secs, le plus souvent blancs, dont le plus connu est le vernaccia : bouqueté avec une pointe d'amertume, titrant jusqu'à 16 % Vol., il se fait également en version vinée, dite *liquoroso,* qui atteint 18 % Vol. Parallèlement, l'île poursuit la production de vins de dessert de qualité, doux et corsés, souvent vinés, qui furent longtemps sa principale vocation : giro, nasco et moscato.

SICILIENNE (À LA) Se dit de petites pièces de boucherie ou de volaille poêlées, garnies de tomates farcies, de timbales de riz et de pommes croquettes.

SIKI Appellation commerciale du requin chagrin, poisson de la famille des squalidés, qui vit dans l'Atlantique, de l'Islande au Sénégal. Parfois confondu avec la saumonette (aiguillat ou émissole), bien qu'il soit plus gros, le siki, sans arêtes, s'apprête en matelote, sauté, poêlé ou braisé.

◄
Sicile et Sardaigne. Fromagerie sarde.
Comme en Toscane, dans le Latium et en Sicile, on fabrique à Cagliari du pecorino.

SILPAT Feuille de caoutchouc siliconé alimentaire, renforcée par un tissu siliconé, destinée à la cuisson sur plaque des viennoiseries, pâtes à choux et meringues. Les produits à cuire sont déposés sur la face lisse et brillante, qui est antiadhésive. Le relief granuleux de l'autre face évite à la feuille de glisser sur la plaque. Le Silpat peut passer de la température du congélateur (- 40 °C) à celle du four (300 °C).

SINGAPOUR Gros gâteau fait d'une génoise fourrée de confiture d'abricot et de fruits au sirop, abricotée et généreusement décorée de fruits confits.

SINGE Mammifère des régions intertropicales, dont les espèces arboricoles, végétariennes et frugivores ont une chair comestible. En Amazonie, celle-ci fait partie de l'alimentation de base des tribus forestières. En Casamance, au Sénégal, la viande de singe, marinée au citron vert, se cuit en ragoût épicé, comme le poulet. En Afrique centrale, les Baoulas préparent des singes rôtis, accompagnés de sauces aux épices et à l'arachide. En Europe, la seule mention de « singe » concerne le bœuf en conserve accommodé en sauce, dit « corned-beef ».

SINGER Poudrer de farine des éléments revenus dans un corps gras avant de leur ajouter un liquide de mouillement clair (vin, bouillon, eau) pour lier la sauce. Autrefois, « singer une sauce », c'était la colorer avec du « jus de singe », appellation familière du caramel à sauce.

SIPHON Bouteille d'aluminium contenant, sous pression, un litre d'eau gazéifiée par du gaz carbonique ; elle est fermée par une tête de matière plastique ou de métal, vissée et munie d'un levier qui commande l'écoulement du liquide par l'intermédiaire d'un tube plongeant à l'intérieur.

Le siphon, destiné à servir de l'eau gazéifiée directement dans les verres, se recharge en eau en dévissant la tête, et en gaz à l'aide de cartouches qui s'emboîtent dans cette tête.

Le siphon à crème Chantilly, qui fonctionne selon le même principe, fournit instantanément une crème gonflée de gaz, blanche et mousseuse.

SIROP Solution concentrée de sucre dans de l'eau, préparée à froid ou à chaud, utilisée dans la préparation des confitures et des glaces au sirop, et pour diverses opérations de pâtisserie ou de confiserie (tremper des babas et des savarins, siroper ou imbiber des biscuits, travailler du fondant, etc.). Les sirops apportent arôme, sucre et couleurs aux cocktails alcoolisés, aux glaces et aux sorbets, aux salades de fruits et aux laitages.

■ **Boissons.** Les sirops, qui sont obtenus par dissolution de matières sucrantes glucidiques – en général du saccharose – dans de l'eau plate, sont ensuite diversement aromatisés.

Fortement concentrés, ils donnent, après avoir été allongés de six à huit fois leur volume d'eau, des boissons désaltérantes, colorées et économiques.

abricots au sirop → ABRICOT
crème au beurre au sirop → CRÈMES DE PÂTISSERIE

sirop d'alkékenge

Faire fondre du sucre dans le même poids d'eau. Peser un poids identique d'alkékenges, débarrasser ces fruits de leur calice et les plonger dans le sirop bouillant de densité 1,2407. Maintenir l'ébullition 10 min, puis égoutter dans un tamis très fin. Battre 1 blanc d'œuf avec 1 dl d'eau, le verser dans le sirop en remuant bien au fouet. Laisser clarifier le sirop 20 min, passer, verser dans des bouteilles, boucher.

sirop de cassis

Égrapper du cassis, écraser les grains, les mettre dans un sac spécial en étamine et laisser le jus s'écouler. Ne pas presser : la pulpe, très riche en pectine, ferait prendre le sirop en gelée. Peser ce jus et compter 750 g de sucre pour 500 g de jus. Verser sucre et jus dans une bassine, mettre sur le feu, bien remuer jusqu'à ce que le sucre soit parfaitement fondu. Quand la température a atteint 103 °C, écumer et mettre en bouteilles ; boucher hermétiquement et conserver au frais, à l'abri de la lumière.

sirop de cerise

Dénoyauter des cerises et les réduire en purée. Passer celle-ci dans un tamis très fin et laisser le jus fermenter 24 heures à la température ambiante. Décanter et filtrer. Ajouter 1,5 kg de sucre par litre de jus de cerise et laisser dissoudre. Verser dans une bassine, porter à ébullition, puis passer. Verser dans des bouteilles ; boucher hermétiquement et conserver au frais, à l'abri de la lumière.

sirop de fraise

Laver, éponger, équeuter des fraises bien mûres. Les écraser, puis filtrer le jus à travers un torchon et le verser dans une bassine. Vérifier la densité du jus, qui dépend du sucre contenu dans les fruits. La quantité de sucre à ajouter est fonction de cette densité. Elle va de 1 746 g par kilo de fruits si la densité à l'ébullition est de 1,007 à 1 260 g si celle-ci atteint 1,075. Porter à ébullition et laisser bouillir 2 ou 3 min : la densité du sirop doit être de 1,33. Verser ce sirop dans des bouteilles ébouillantées. Boucher hermétiquement et conserver au frais, à l'abri de la lumière.

sirop d'orange

Enlever finement le zeste de quelques oranges bien mûres ; le réserver, puis peler toutes les oranges. Écraser la pulpe dans un moulin à légumes, passer au tamis très fin ou dans un linge mouillé. Peser le jus. Ajouter 800 g de sucre pour 500 g de jus. Mettre le tout sur le feu dans une bassine à confiture. Tapisser d'une mousseline l'intérieur d'un grand chinois et y placer les zestes d'orange. Dès que le sirop bouillonne, le verser sur les zestes. Laisser bien refroidir avant de mettre en bouteilles, puis boucher hermétiquement.

tourte au sirop d'érable → TOURTE

SIROP DE LIÈGE Sirop belge de poire de la variété legipen, très épais et de couleur brun foncé, qui se sert au petit déjeuner tartiné sur des tranches de pain.

SIROPER Mettre un gâteau de pâte levée (baba, savarin surtout) à tremper dans un sirop chaud ou l'arroser plusieurs fois jusqu'à ce qu'il en soit entièrement imprégné (on dit aussi « siroter »).

SKOAL Vieux mot nordique, signifiant à l'origine « récipient à boire », employé aujourd'hui pour porter un toast : c'est l'équivalent scandinave de l'expression française « à votre santé ».

Aujourd'hui, le *skoal* consiste à tenir son verre bien droit, devant sa poitrine, en fixant la personne que l'on célèbre, puis, après avoir salué celle-ci d'une légère inclination de tête, à le vider d'un trait s'il s'agit d'aquavit, à en boire une gorgée s'il s'agit de vin.

SLIVOVITZ Eau-de-vie de prune, boisson nationale des Bosniaques et des Serbes, qui la nomment aussi *rakija*. Elle est préparée avec des prunes bleues, les noyaux étant généralement écrasés et fermentés avec la pulpe, ce qui donne une légère amertume à l'alcool. La slivovitz (35 à 43 % Vol.), réputée depuis le Moyen Âge, est distillée deux fois, vieillie dans de petites barriques et commercialisée en bouteille haute et mince ou ronde et plate, où elle peut se conserver au moins cinq ans.

SLOKE Mets à base d'algues, traditionnel dans l'alimentation des Écossais jusqu'à une époque récente. Le sloke, ou « épinard de mer », formait la base de soupes et de sauces (notamment avec le mouton).

SMEUN Beurre clarifié typique de la cuisine maghrébine et arabe (on écrit aussi smen ou smenn). Le smeun est fabriqué avec du beurre de brebis, parfois de vache (voire de bufflonne en Égypte), liquéfié, clarifié et mélangé avec un peu de sel (et parfois de semoule) ; il se conserve dans des pots de terre cuite ou de grès. En vieillissant, ce beurre s'affine et prend un goût d'amande. On l'utilise en pâtisserie et pour beurrer le couscous, les bouillons et les tajines.

SMITANE Crème aigre, d'emploi courant en Europe de l'Est et en Europe centrale. Obtenue par fermentation bactérienne, la smitane se conserve peu. Elle agrémente notamment le poisson, le borchtch, la sauce des feuilles de chou farcies, les choucroutes et les ragoûts de viande hongrois.

SMÖRGASBORD Assortiment suédois abondant et varié de mets froids et chauds, constituant un repas entier. Il s'agit, en fait, d'un vaste buffet, auquel les convives vont se servir au gré de leur appétit, mais en respectant un ordre traditionnel.

La première étape d'un smörgasbord passe nécessairement par le hareng, aliment roi en Scandinavie : sur une première assiette, on peut associer, par exemple, du « hareng du vitrier » (mariné au vinaigre, avec sucre, carottes et épices), du hareng mariné frit,

du hareng à la crème aigre, du hareng fumé ou saur, le tout accompagné d'aneth et d'oignon cru émincé, ou encore de concombre.

On passe ensuite à d'autres plats de poisson : saumon et anguille fumés, truite en gelée, œufs de morue à l'aneth, œufs durs farcis, salade de crevettes aux petits pois et aux champignons, ou encore une spécialité typiquement suédoise du smörgasbord, le *fagelbo* (des jaunes d'œuf crus entourés d'oignons, de câpres et de betteraves émincés).

Viennent après viandes froides et charcuterie suédoise : veau en gelée, langue à l'écarlate, rosbif, pâté de foie, avec de la macédoine à la mayonnaise ou des pâtes froides en salade.

Arrivent enfin les plats chauds, qui rassemblent plusieurs plats typiquement suédois : « tentation de Janson » (gratin aux anchois et aux pommes de terre, à la crème et aux oignons), oignons farcis, boulettes de viande, etc.

Le buffet propose, en accompagnement, plusieurs variétés de pains de seigle et de galettes croustillantes, ainsi qu'un assortiment de fromages forts et doux (qui sont dégustés avec le hareng). Le dessert se compose de salades de fruits. Un tonnelet d'aquavit est généralement prévu, ainsi que de la bière.

Le terme « smörgasbord » est suédois, mais la pratique est répandue dans tous les pays nordiques : *koldt bord* au Danemark, *smorbrod* en Norvège, *voileipäpöyta* en Finlande ; on retrouve une formule analogue avec les zakouski russes. Harengs marinés, salade de hareng aux pommes de terre et à la betterave, croûtons à l'oie fumée, esturgeon et saumon fumés, et œufs de poisson en constituent les éléments de base, auxquels s'ajoutent, en Norvège, le *rakorret* (truites fermentées au sel et au sucre), en Finlande, les tranches de renne salé et fumé, accompagnées d'œufs brouillés, et, au Danemark, les boulettes de viande au chou rouge ou les tranches d'oie fumée au chou.

SNACK-BAR Restaurant où l'on sert à toute heure des repas rapides. La carte réduite propose des plats simples : croque-monsieur, quiche, hot-dog, hamburger, poulet-pommes frites, ainsi que des boissons non alcoolisées (sodas, café, thé, laits aromatisés).

SOAVE Vin AOC blanc sec produit en Vénétie pour 70 à 90 % à partir du cépage garganega et pour le reste du cépage trebbiano. Il passe pour être un des meilleurs vins d'Italie.

SOBRONADE Soupe rustique du Périgord, à base de haricots blancs, de raves, de légumes et d'aromates, garnie de porc frais et parfois salé, auxquels on ajoute éventuellement du jambon.

sobronade

Faire tremper 12 heures à l'eau froide 750 g de haricots blancs secs. Peler 2 raves moyennes, les détailler en tranches épaisses. En dorer le tiers à la poêle avec 100 g de lard gras haché. Égoutter les haricots secs, les mettre dans une grande marmite, les mouiller largement d'eau froide, ajouter 250 g de jambon coupé en cubes et un morceau de 750 g de porc frais (gras et maigre). Porter à ébullition, écumer, ajouter toutes les raves, 1 bouquet garni, 1 oignon piqué de 2 clous de girofle, 4 carottes et 2 branches de céleri en tronçons, puis 1 bouquet de persil et 2 gousses d'ail hachés ensemble. Laisser mijoter 20 min, puis ajouter 250 g de pommes de terre coupées en tranches épaisses et poursuivre la cuisson 40 min. Garnir une soupière de fines tranches de pain rassis et verser la soupe dessus.

SOCCA Farine niçoise de pois chiches. On en fait une bouillie, qui s'apprête en gratin ou dont on garnit une tourte*; cette bouillie, une fois refroidie, peut aussi être coupée en tranches, que l'on fait frire à l'huile d'olive et que l'on sert sucrées. C'est alors une friandise populaire vendue en plein air.

RECETTE DU RESTAURANT *LE JARDIN DE PERLEFLEURS*, À BORMES-LES-MIMOSAS

socca

« Mélangez 125 g de farine de pois chiches avec 25 cl d'eau, du sel, du poivre et 1 cuillerée à soupe d'huile d'olive. Fouettez vivement. Versez cet appareil dans 2 grands plats à gratin beurrés. Faites cuire 20 min au four préchauffé à 240 °C. Allumez le gril. Crevez à l'aide des pointes d'une fourchette les bosses qui se sont formées sur la socca. Laissez-la dorer. »

SOCLE Élément de dressage jadis très courant, aujourd'hui beaucoup plus rare. Une formule néanmoins toujours classique consiste à mouler du riz cuit dans des darioles, pour accompagner des œufs ou des petites pièces de boucherie.

Dans l'ancienne cuisine décorative, les pièces de viande, les volailles et les poissons étaient dressés sur des socles plus ou moins élaborés ; comme dans le domaine des pièces montées, l'architecture, le bestiaire et la flore étaient des sources d'inspiration. Antonin Carême (1783-1833), par exemple, a laissé de nombreux dessins de socles.

SODA Eau gazeuse, généralement peu minéralisée, aujourd'hui presque toujours additionnée de sirop à base d'extraits de fruit (citron, orange) ou de plantes diverses (dont la coca et le cola), auxquels on ajoute parfois des arômes végétaux pour donner un goût amer à la boisson (voir BITTER, TONIC). Divers acidifiants, édulcorants et colorants entrent dans la fabrication des sodas.

SODIUM Élément minéral qui, avec le potassium, joue un rôle capital dans l'hydratation des cellules et intervient aussi dans le maintien de l'équilibre entre les acides et les bases de l'organisme. Les besoins (de 1 à 1,5 g par jour) sont largement couverts dans le monde occidental par l'alimentation, qui apporte au

quotidien de 4 à 6 g de sodium, ce que de nombreux nutritionnistes jugent excessif, car une surcharge de sodium augmente les risques d'hypertension artérielle. La principale source de sodium est le sel (chlorure de sodium) ; viennent ensuite le pain, les charcuteries, les fromages et certaines conserves. Par ailleurs, plusieurs aliments sont naturellement riches en sodium (lait, fruits de mer, blanc d'œuf, fruits secs, truffe).

SOJA Légumineuse probablement originaire de Mandchourie, que les Chinois appellent *dadou* (gros haricot) et les Japonais *daizu* (voir planche des légumes exotiques page 615). Sa tige ligneuse porte des feuilles groupées par trois et une quinzaine de gousses velues, brunes ou verdâtres, contenant chacune trois grains gros comme des petits pois. C'est la plante la plus utilisée dans le monde, comme fourrage, comme matière première d'huile (voir tableau des huiles page 568) et de farine, et comme aliment sous diverses formes.

Le soja, qui constitue une nourriture de base dans les pays d'Extrême-Orient, était connu en Chine bien avant notre ère. Il fut introduit au VI[e] siècle au Japon, où on le surnomma « viande végétale ». Des voyageurs européens le découvrirent au XVII[e] siècle et firent connaître certains de ses apprêts : bouillies, gâteaux et soupes. Un siècle plus tard, les premières graines arrivèrent au Jardin des Plantes.

Mais ce ne fut qu'après la Première Guerre mondiale que le soja commença à intéresser les nations européennes et les États-Unis, comme fourrage et comme plante oléagineuse. En tant que légume, la plante demeurait « exotique ». Actuellement, en Occident, on utilise des germes dits « de soja » qui sont en fait des germes de haricot mungo, en salade ou en garniture de porc ou de poulet ; on étudie par ailleurs depuis de nombreuses années l'utilisation du soja comme source de protéines végétales abondantes et bon marché.

On tire du soja plusieurs produits alimentaires.

– Les fèves de soja sont vendues dans leur gousse, fraîches, en conserve ou congelées ; de couleur émeraude, elles contiennent 12 % de protéines qui sont directement assimilables. Elles s'apprêtent bouillies, non écossées. En Chine, elles accompagnent aussi bien le bœuf que les fruits de mer.

– Les fèves sèches, jaunes, vertes, noires ou bicolores, apportent 422 Kcal pour 100 g et sont deux fois plus riches en protéines que le bœuf. Trempées et cuites à l'eau, elles se mangent en soupe ou en salade. Au Japon, les fèves noires, cuites longuement avec des clous de girofle et du sucre, sont aromatisées de sauce soja et servies avec une garniture de riz.

– Les germes de soja sont constitués par la graine et sa tige, longue de quelques centimètres. Ils sont largement consommés en Asie, notamment au Viêt Nam, dans les rouleaux de printemps, en légume à l'aigre-doux ou en salade.

– La farine de soja (deux fois plus riche en protéines que la farine de blé) s'emploie dans des gâteaux et pour lier les sauces ; au Japon, elle sert à garnir des pâtés au riz gluant.

La cuisine nipponne fait par ailleurs grand usage de plusieurs produits élaborés à partir du soja : le *natto* (haricots noirs fermentés), utilisé comme garniture de plats de riz et de certains plats de fête ; le tofu, ou fromage de soja, aux nombreux emplois ; le miso, fait de riz, d'orge ou de soja fermenté plus ou moins longtemps, qui intervient dans les bouillons et potages ou en garniture de poisson, associé à des légumes.

SOJA (SAUCE) Condiment de base en Asie du Sud-Est et au Japon. Appelée *shoyu* au Japon et *jiang yong* en Chine, cette sauce est obtenue à partir de soja, de blé, d'eau et de sel. Divers ingrédients complémentaires peuvent entrer dans sa composition : porc haché à Canton, gingembre et champignons à Pékin, parfois nuoc-mâm ou pâte d'anchois pour la corser. La sauce soja a la même valeur nutritive qu'un extrait de viande, et elle se bonifie avec l'âge.

Au Japon, où l'on en fait l'usage le plus large, on distingue le *shoyu* foncé et corsé, employé en cuisine, et le *shoyu* plus clair, qui sert d'assaisonnement.

sauce soja

Faire cuire à l'eau 3 litres de haricots de soja jusqu'à ce qu'ils se mettent en purée. Ajouter 1 kg de farine. Malaxer le tout pour obtenir une pâte épaisse, que l'on laisse reposer 2 jours dans un lieu obscur et frais. Suspendre ensuite le récipient pendant une semaine dans une pièce bien ventilée. Lorsqu'une moisissure jaune apparaît, mettre au soleil une jarre contenant 5 litres d'eau et 1 litre de sel. Quand la température de l'eau paraît chaude au toucher, y jeter la pâte de farine et de haricots. Laisser la jarre en place à découvert pendant 1 mois, en brassant vigoureusement chaque jour avec un bâton. Le mélange va virer au noir. Ne pas y toucher pendant 4 ou 5 mois, sauf s'il fait mauvais temps. Dans ce cas, couvrir la jarre. Décanter et conserver la sauce dans des flacons hermétiquement bouchés.

SOLE Poisson de mer plat, de la famille des soléidés, de forme ovale presque parfaite, avec les yeux à droite, sur le côté brun ou grisâtre, le côté aveugle étant blanc crème (voir planche des poissons de mer pages 820 et 821). À la vente, la sole (voir tableau) doit mesurer plus de 21 cm et peut atteindre 60 cm, avec un poids allant de 180 à 200 g jusqu'à plus de 1 kg.

La sole était l'un des poissons préférés des gastronomes romains. Dans la cuisine ancienne, on l'apprêtait « confite » (en marinade au sel), à l'étuvée, frite, en pâté, en potage, en ragoût ou rôtie, mais c'est surtout sous Louis XIV, à la fin du XVII[e] siècle, qu'elle devint un « mets royal ». Les filets connurent dès lors des apprêts élaborés, dont l'un est dû à la marquise de Pompadour. Au XIX[e] siècle, tous les grands chefs exercèrent leurs talents sur la sole, notamment Adolphe Dugléré et Nicolas Marguery.

Les soles pêchées en profondeur sont souvent plus fines que celles qui sont prises près des côtes, et celles des eaux froides sont meilleures que celles des mers

chaudes. Ce sont des poissons maigres (1 % de lipides) aux déchets relativement importants (50 %). La chair a peu d'arêtes, mais le poisson est entièrement bordé d'une nageoire armée de toutes petites arêtes droites et pointues.

■ **Emplois.** Les soles les plus petites sont frites, les moyennes, ou « soles portions » (220 à 250 g), poêlées ou grillées, les grosses, pochées au court-bouillon ou farcies et cuites au four, ou braisées. Les filets, roulés en paupiettes ou laissés à plat, sont pochés et servis en sauce, parfois panés et frits.

La sole est en fait l'un des poissons qui connaît le plus grand nombre d'apprêts, tant en cuisine classique qu'en cuisine ménagère ; les filets sont accommodés selon des recettes encore plus nombreuses.

bordure de sole à la normande → BORDURE

sole : préparation

Saisir le poisson par la nageoire caudale, en la tenant avec un torchon, et couper la peau noire légèrement en biais, juste au-dessus de la nageoire. Avec le pouce, décoller doucement la peau, puis la saisir avec le torchon et la tirer d'un coup sec vers la tête. Dégager celle-ci et, pour la face blanche, tirer la peau de la tête vers la nageoire caudale. Avec des ciseaux, couper les nageoires latérales au ras des filets. Pour lever les filets, entailler la chair jusqu'aux arêtes, de part et d'autre de l'arête centrale, avec un couteau « filet de sole ». Détacher ensuite la chair des 4 filets avec le couteau, très franchement, en allant de l'arête centrale vers les bords. Débarrasser enfin ces filets des débris qui pourraient encore y adhérer et les aplatir légèrement. Laver les filets à l'eau courante.

filets de sole au basilic

Garnir le fond d'un plat allant au four d'un mélange de 4 échalotes finement émincées, de 1 cuillerée à soupe de basilic et de 1 cuillerée à soupe d'huile d'olive. Disposer dessus les filets salés et poivrés de 2 soles de 750 g chacune. Mouiller avec 1/2 verre de fumet de poisson et autant de vin blanc. Recouvrir d'un papier d'aluminium, porter à ébullition sur feu vif, puis cuire 5 min au four préchauffé à 250 °C. Égoutter les filets et les tenir au chaud entre deux assiettes. Faire réduire la cuisson d'un tiers. Lui incorporer au fouet 120 g de beurre en petits morceaux, rectifier l'assaisonnement et ajouter le jus d'un demi-citron. Peler et épépiner 1 tomate, la couper en dés et la plonger 30 secondes dans l'eau bouillante. Poser la tomate sur les filets et napper de la sauce parsemée de basilic ciselé.

filets de sole à la cancalaise

Lever 6 filets de sole. Faire pocher 12 huîtres. Plier les filets, les faire pocher dans un fumet de poisson corsé, additionné de l'eau de cuisson des huîtres, puis les égoutter et les disposer en turban sur un plat. Garnir le centre du plat de queues de crevette décortiquées. Disposer 2 huîtres sur chaque filet. Napper d'une sauce au vin blanc, mélangée au fond de cuisson réduit.

filets de sole Daumont

Préparer un salpicon de queues d'écrevisse Nantua (8 cuillerées à soupe). Lever les filets de 2 grosses soles. Préparer 400 g de farce fine de merlan et y ajouter 50 g de beurre d'écrevisse. Masquer chaque demi-filet de 1/8 de cette farce et replier la moitié libre sur la moitié garnie. Beurrer un plat à gratin, y déposer les filets, mouiller juste à hauteur de fumet de poisson et pocher à petits frémissements. Étuver au beurre les têtes de 8 très gros champignons et les garnir du salpicon. Égoutter les filets et en déposer un sur chaque champignon. Napper de sauce normande.

RECETTE DU RESTAURANT *DROUANT*, À PARIS

filets de sole Drouant

« Ranger des filets de sole bien parés dans un plat beurré. Saler, poivrer, parsemer d'une échalote finement hachée et mouiller à hauteur de vin blanc et de cuisson de moules. Faire cuire au four, à couvert, pendant 7 min. Égoutter les filets et faire réduire la cuisson de moitié. Lui ajouter une quantité égale de crème fraîche, puis, hors du feu, 100 g de beurre et autant de sauce américaine. Passer.

Caractéristiques des différentes variétés de soles

variétés	provenance	époque	taille	aspect
céteau	Atlantique, océan Indien	mai-sept.	12-25 cm	allongé, ligne latérale en S près de la tête, nageoire dorsale près de l'œil
sole commune	Atlantique, Méditerranée	toute l'année	25-40 cm	uni, nageoire pectorale bien développée, tache noire à son extrémité
sole perdrix	Atlantique, Méditerranée, Adriatique	avr.-juill.	20 cm	orangé, rayures sombres, nageoires dorsale et anale tachées de noir
sole pôle, ou sole blonde	Atlantique, mer du Nord	toute l'année	15-30 cm	petit, clair, tirant sur le jaune
sole du Sénégal	Atlantique	toute l'année	25-60 cm	nageoire pectorale noirâtre, rayée de blanc-gris

Napper les filets de cette sauce. Faire glacer rapidement au four. Servir en disposant autour des filets des moules décoquillées et des crevettes décortiquées. »

filets de sole frits en goujon

Détailler en biais de gros filets de sole pour obtenir des lanières de 2 cm de large environ. Passer celles-ci dans du lait salé, les égoutter, les fariner et les frire à l'huile très chaude (180 °C). Les égoutter, les éponger, les poudrer de sel fin et les dresser dans un plat en buisson, sur une serviette. Garnir de persil frit et de demi-citrons taillés en dents de loup.

filets de sole Joinville

Nettoyer 250 g de champignons ; les couper en dés, les citronner et les cuire doucement au beurre. Couper une truffe en petits dés. Faire pocher 8 filets de sole 6 min dans un fumet réalisé avec les parures ; les égoutter. Cuire 4 min à l'eau bouillante salée 8 très gros bouquets ; préparer 3 dl de sauce normande avec le fumet de poisson et la cuisson des champignons ; y ajouter 1 cuillerée à soupe de beurre de crevette. Mélanger 100 g de queues de crevette décortiquées avec les champignons et la truffe en dés ; lier avec un peu de sauce. Disposer les filets de sole en turban dans un plat rond ; décortiquer les queues des 8 bouquets et en piquer une dans chaque filet. Mettre la garniture au centre du plat et napper de sauce.

RECETTE DE MARINETTE

filets de sole Marco Polo

« Hacher grossièrement de l'estragon, du fenouil et 1 branche de céleri. Concasser des carapaces de homard ou de langouste et les mettre dans une sauteuse ; les flamber au cognac et ajouter les parures de 4 belles soles. Mouiller avec 3 dl de vin blanc et faire juste frémir le liquide en le laissant réduire. Mettre dans une casserole, avec 50 g de beurre, 1/2 échalote hachée et 1/2 tomate pelée, épépinée et concassée. Mouiller avec 2 dl de champagne, saler et poivrer. Y faire pocher les filets de sole pendant 5 à 6 min. Passer au tamis la cuisson des carapaces en les pilant fortement, puis passer à l'étamine. Ajouter 100 g de beurre, puis fouetter en incorporant 2 jaunes d'œuf et 1 dl de crème fraîche. Servir les filets avec leur cuisson très réduite et la sauce au homard à part. »

filets de sole Marguery

Lever les filets de 2 belles soles de 800 g chacune. Avec les arêtes et les parures, préparer un fumet avec 50 cl de vin blanc, en ajoutant un peu d'oignon émincé, 1 brin de thym, 1/4 de feuille de laurier et 1 branche de persil. Faire bouillir 15 min. Cuire au vin blanc 1 litre de moules, les décoquiller et les ébarber. Ajouter leur jus de cuisson au fumet. Décortiquer des queues de crevette. Maintenir le tout au chaud, à couvert, pendant la préparation de la sauce. Placer les filets de sole salés, poivrés, puis pliés en portefeuille, côté peau à l'intérieur, sur une plaque beurrée. Les arroser de quelques cuillerées du fumet et couvrir d'une feuille de papier sulfurisé beurrée. Les faire pocher doucement, puis les égoutter et les dresser dans un plat ovale. Passer le fumet additionné de la cuisson des soles, le faire réduire des deux tiers, pour n'en avoir plus que 2 dl, et lui ajouter, hors du feu, 2 dl de crème fraîche épaisse. Monter la sauce sur feu doux, au fouet, comme une hollandaise, en lui incorporant 100 g de beurre légèrement fondu. Saler et poivrer la sauce, ajouter les moules et les crevettes, puis quelques gouttes de citron, et en napper les filets et leur garniture. Faire glacer vivement au four brûlant.

filets de sole Mornay

Saler et poivrer des filets de sole, les placer dans un plat beurré, les mouiller de très peu de fumet de poisson et les pocher doucement au four de 7 à 8 min. Les égoutter. Beurrer un plat à gratin, y disposer les filets de sole, les masquer de sauce Mornay, poudrer de parmesan râpé, arroser de beurre clarifié et faire gratiner dans le four préchauffé à 275 °C.

filets de sole à la panetière

Décalotter un grand pain rond et retirer les trois quarts de la mie ; beurrer l'intérieur et faire dorer au four. Saler et poivrer des filets de sole, les plier en deux, les fariner et les cuire au beurre. Préparer un ragoût de champignons à la crème. Égoutter les filets de poisson et les dresser en couronne dans le pain. Verser au centre le ragoût de champignons et réchauffer le tout 4 min au four.

RECETTE DE JEAN ET PAUL MINCHELLI

filets de sole aux pommes

« Levez les filets de 2 soles de 600 g. Avec les parures, préparez un fumet et réservez-en 25 cl. Faites bouillir dans une sauteuse 3 cuillerées à soupe de crème fraîche avec la moitié du fumet. Ajoutez 3 cuillerées à soupe de crème fraîche, un peu de poivre du moulin et une pincée de sel. Laissez réduire de moitié 6 min sur feu moyen. Épluchez et émincez 2 pommes acides. Mettez-les dans la sauce quelques secondes. Saupoudrez de 1 pincée de paprika et de 3 pincées de muscade. Retirez les tranches de pomme et disposez-les sur le plat de service ; réservez au chaud. Mettez dans une autre sauteuse le reste de fumet et faites-y pocher 2 min les filets de sole. Sortez-les à l'aide d'une spatule pour bien les égoutter et déposez-les au centre du plat. Nappez de la sauce. »

filets de sole à la Riche

Préparer 2,5 dl de sauce normande ; y ajouter 2 cuillerées à soupe de beurre de homard, 1 cuillerée à soupe de pelures de truffe hachées, un peu de poivre de Cayenne et 2 cuillerées à soupe de cognac. Réserver au chaud. Cuire un petit homard de 400 g dans un court-bouillon bien relevé et aromatisé, l'égoutter, le décortiquer et détailler sa chair en salpicon. Replier

en deux 8 filets de sole et les pocher 5 min dans du fumet de poisson. Les égoutter et les dresser en turban sur un plat de service chauffé. Garnir le centre du salpicon de homard et napper le plat avec la sauce Riche chaude.

RECETTE DE JACQUES MANIÈRE

filets de sole à la vapeur au coulis de tomate

« Disposer dans le panier d'un couscoussier 6 ou 7 branches de basilic, puis y placer 4 filets de sole pliés en deux ; saler et poivrer. Verser un peu d'eau dans la marmite inférieure, porter à ébullition et faire cuire, couvercle fermé, pendant 8 min environ. Réserver les filets de sole au chaud. Faire pocher 1 œuf 3 min dans de l'eau vinaigrée. Faire étuver doucement à l'huile d'olive, dans une casserole, une échalote grise hachée. Hors du feu, ajouter l'œuf poché écrasé, une pointe de moutarde, le jus de 1 citron, du sel et du poivre, ainsi que des feuilles de basilic finement ciselées. Mettre sur feu doux et fouetter le mélange. Ajouter, sans cesser de fouetter, 100 g d'huile d'olive pour épaissir cette sauce, montée comme une hollandaise. Lui ajouter 3 tomates pelées, épépinées et coupées en cubes et 1 cuillerée de cerfeuil ciselé. Répartir les filets de sole dans deux assiettes et les napper de cette sauce. »

RECETTE DE LOUIS OUTHIER

filets de sole au vermouth

« Mettre des filets de sole dans une sauteuse beurrée. Mouiller de 1 dl de fumet de poisson et d'autant de vermouth ; faire pocher doucement 10 min. Retirer les filets de poisson et les tenir au chaud. Faire cuire 125 g de têtes de champignon escalopées au beurre, à feu vif, pendant 4 min, avec du sel, du poivre et du jus de citron. Passer la cuisson au tamis. Faire réduire la cuisson des champignons à 2 cuillerées à soupe ; faire également réduire la cuisson des filets ; mélanger intimement les deux réductions, ajouter 4 dl de crème épaisse et faire bouillir. Hors du feu, lier avec 3 jaunes d'œuf en fouettant. Faire chauffer en remuant, sans laisser bouillir. Garnir les filets de sole avec les champignons et les napper de sauce. »

filets de sole à la Walewska

Faire pocher 5 min dans un fumet de poisson, à très court mouillement, des filets de sole non repliés. Les dresser dans un plat long allant au four ; disposer sur chaque filet 1 escalope de chair de langouste ou de homard (cuite au court-bouillon) et 1 lame de truffe crue. Napper de sauce Mornay additionnée soit de beurre de homard, soit de beurre de langouste (1 cuillerée à soupe de beurre pour 1,5 dl de sauce). Glacer vivement dans le four préchauffé à 300 °C.

paupiettes de sole Paillard → PAUPIETTE

sole diplomate

Dépouiller une belle sole. Inciser la chair au niveau de l'arête centrale et soulever les filets en allant du centre vers les bords. Sectionner l'arête au niveau de la tête et de la queue, et la retirer. Préparer 125 g de farce de merlan à la crème et lui ajouter 1 cuillerée à dessert rase de salpicon de truffe. Glisser cette farce sous les filets. Faire pocher doucement la sole dans du fumet de poisson : elle ne doit pas être recouverte. L'égoutter, retirer les petites arêtes latérales, dresser sur le plat de service, entourer d'un salpicon de homard et tenir au chaud. Napper d'une sauce diplomate faite avec la cuisson de la sole.

sole Dugléré

Beurrer un plat à rôtir. Éplucher et hacher 1 gros oignon, 1 ou 2 échalotes, 1 petit bouquet de persil et 1 gousse d'ail. Peler 4 tomates, les épépiner et les concasser. Répartir tous ces éléments dans le plat, ajouter 1 brindille de thym et 1/2 feuille de laurier. Écailler une très belle sole et la couper en tronçons. Disposer ceux-ci dans le plat, parsemer de quelques noisettes de beurre, mouiller de 2 dl de vin blanc sec et couvrir de papier d'aluminium. Porter à ébullition sur le feu, puis cuire 10 min au four préchauffé à 220 °C. Égoutter les tronçons et les dresser dans un plat long en reconstituant la sole. Retirer le thym et le laurier. Ajouter à la cuisson 2 cuillerées à soupe de velouté maigre, laisser réduire d'un tiers et incorporer 50 g de beurre frais. Verser sur le poisson et parsemer de persil ciselé.

sole à la normande

Pocher et ébarber 4 huîtres ; cuire au vin blanc 12 moules, 25 g de queues de crevette décortiquées, 4 champignons tournés ; cuire 6 lames de truffe ; frire 4 goujons (ou éperlans) panés et 4 croûtons taillés en losange ; pocher au court-bouillon 4 écrevisses troussées. Ébarber une sole de 400 g, la fendre, ôter la peau d'un côté et soulever légèrement les filets. Briser l'arête centrale en deux ou trois endroits afin de pouvoir l'enlever facilement après cuisson. Pocher le poisson dans très peu de fumet de poisson au vin blanc additionné de la cuisson des moules, des huîtres et des champignons. Égoutter et éponger la sole, retirer l'arête. Dresser le poisson sur un plat. Disposer dessus et autour les éléments de la garniture et napper de sauce normande faite avec le fumet de cuisson de la sole.

sole à la paysanne

Faire étuver doucement au beurre, en les poudrant de sel et d'une pincée de sucre, 1 carotte, 1 oignon, 1 branche de céleri et le blanc d'un petit poireau émincés. Mouiller avec suffisamment d'eau tiède pour couvrir les légumes. Ajouter 1/2 cuillerée à soupe de haricots verts coupés en dés et autant de petits pois frais. Achever de cuire tous les légumes ensemble et faire réduire le mouillement d'un tiers. Mettre une sole parée de 300 g dans un plat de terre ovale beurré. La saler, la poivrer et la couvrir avec les légume et leur cuisson. Faire pocher la sole au four.

Retirer du plat la majeure partie de la cuisson, la faire bien réduire dans une sauteuse, puis y ajouter, en fouettant vivement, 2 cuillerées à soupe de beurre. Napper la sole de cette sauce. Faire glacer vivement au four et servir aussitôt.

sole sur le plat

Ouvrir une sole comme pour la farcir ; la garnir de 1 cuillerée à soupe de beurre fin assaisonné de sel et de poivre ; la mettre dans un plat à gratin beurré. La mouiller, à peine à hauteur, de fumet de poisson additionné d'un filet de jus de citron et la parsemer de noisettes de beurre. Enfourner à 250 °C et laisser cuire 15 min environ, en arrosant le poisson quatre ou cinq fois : la cuisson devient sirupeuse et finit par glacer en surface. Servir dans le plat de cuisson.

sole à la portugaise

Beurrer légèrement un plat long allant au four et le masquer d'une fondue de tomate réduite et aromatisée à l'ail. Vider, parer, saler et poivrer une sole de 750 g environ et la coucher dans le plat. L'arroser avec 2 cuillerées à soupe d'huile d'olive, 1 cuillerée à soupe de jus de citron et 2 cuillerées à soupe de fumet de poisson. Faire cuire 10 min environ dans le four préchauffé à 240 °C, en arrosant la sole de temps en temps de son jus de cuisson. Poudrer de chapelure et faire gratiner vivement, puis parsemer de persil ciselé.

RECETTE D'OLYMPE VERSINI

sole au thym

« Faire cuire 1 sole portion à la poêle, au beurre, pendant 2 min sur chaque face. Saler et poivrer. Ajouter 1/2 cuillerée à café de thym effeuillé et 1/4 de verre de vin blanc. Laisser cuire 30 secondes et retirer le poisson. Faire réduire de moitié le vin blanc, y ajouter 2 cuillerées à soupe de crème et 1 rondelle de citron pelée et coupée en dés. Faire bouillir jusqu'à ce que la sauce soit onctueuse et en napper le poisson. Garnir de très petites courgettes cuites à la vapeur. »

soles Armenonville

Préparer une galette de pommes Anna. Dépouiller et parer 2 belles soles. Les pocher à très court mouillement dans un fumet de poisson. Préparer une sauce au vin blanc avec la cuisson des soles. Émincer des cèpes en julienne et les étuver au beurre, à couvert. Les ajouter à la sauce. Dresser les pommes Anna sur le plat de service. Y déposer les soles, les napper de sauce et servir aussitôt.

soles à la dieppoise

Pocher 4 soles de 350 g chacune dans un mélange de 1 dl de vin blanc et de 1 dl de fumet de poisson assaisonné de sel et de poivre ; les réserver au chaud. Cuire à l'eau salée 50 g de champignons de Paris et 40 g de crevettes ; décortiquer les queues de celles-ci ; réserver au chaud. Faire ouvrir 1/2 litre de moules sur feu vif avec 1 bouquet garni et les décoquiller ; réserver au chaud. Préparer un roux avec 200 g de beurre et 40 g de farine ; mouiller avec la cuisson des soles, celle des moules, passée, celle des champignons et 1 dl de vin blanc. Lier avec 2 jaunes d'œuf et 1 dl de crème. Dresser les soles et les entourer de queues de crevette, de moules et de champignons. Napper de la sauce au vin blanc très chaude.

RECETTE D'ALAIN CHAPEL

soles de ligne à la fondue de poireau

« Faire étuver de jeunes poireaux avec 10 g de beurre, un peu d'eau et 1 pincée de sel. Faire réduire leur eau en les remuant souvent pour les mélanger. Ajouter de la crème, largement, et la faire réduire jusqu'à ce que la sauce soit liée. Dresser ces blancs en bouquets autour de soles cuites au four sur un lit d'algues. »

soles à la meunière

Dépouiller, laver, vider et parer 4 soles portions (de 250 à 300 g). Les poivrer et les fariner légèrement. Chauffer dans une poêle ovale de 75 à 100 g de beurre clarifié et 1 cuillerée à soupe d'huile ; y faire dorer les soles assez vivement 6 ou 7 min sur chaque face. Les égoutter et les dresser, dans un plat chaud. Arroser de 75 g environ de beurre mis à blondir dans une petite casserole avec le jus de 1 citron. Parsemer de persil haché.

RECETTE DE PHILÉAS GILBERT

soles meunière Mont-Bry

« À l'avance, préparer 200 g de nouilles fraîches taillées très finement. Échauder et peler 6 tomates ; les presser de façon à supprimer complètement eau et graines, et les joindre à 1 oignon moyen épluché, haché et blondi au beurre ; ajouter 1 pincée de sel, autant de sucre en poudre et très peu d'ail écrasé. Laisser cuire doucement et à couvert. Préparer d'autre part 3 soles de 300 g chacune. Détacher légèrement les filets de l'arête (du côté de la peau brune qui a été préalablement enlevée) ; saler et poivrer les soles, les rouler dans de la farine et les faire cuire à la poêle, avec du beurre clarifié, en les faisant bien dorer des deux côtés. Dans une autre poêle, chauffer 5 ou 6 cuillerées de beurre clarifié ; y mettre les nouilles et les faire sauter jusqu'à ce qu'elles soient légèrement rissolées et un peu croustillantes. Ranger les soles sur un plat long, chaud ; les arroser d'un filet de jus de citron, les parsemer d'un peu de persil ciselé, les entourer avec les tomates et disposer les nouilles en monticules à chaque bout du plat. Arroser copieusement les soles de beurre noisette, qui doit arriver à table bouillonnant et mousseux. »

▶ *Soles à la dieppoise*



RECETTE DE JOËL ROBUCHON

soles poêlées aux graines de sésame

« Habiller 4 soles de 300 g, en gardant les peaux blanches, bien écaillées. Les séparer en deux le long de l'arête. Couper chaque demi-sole à 8 cm de la queue et 1 cm de la tête pour obtenir des tronçons égaux. Réserver au frais. Tailler 2 zestes d'orange confits en fine brunoise. La blanchir, la rafraîchir, l'égoutter, la sécher et la réserver. Mettre 80 g de graines de sésame dans un plat à rôtir. Les dorer dans le four préchauffé à 180 °C. À l'aide d'une mandoline, tailler 1 grosse pomme de terre BF 15 afin d'avoir 8 belles gaufrettes. Les laver, les plonger 10 s dans de l'eau bouillante non salée, puis les éponger. Les frire dans de l'huile très chaude (180 °C). Les assaisonner de sel fin et de fleur de sel. Saler et poivrer les tronçons de sole. Les fariner légèrement et les cuire dans une poêle avec 50 g de beurre. Les sortir, lever les filets et reconstituer les tronçons. Chauffer 30 g de beurre dans la poêle. Quand il a une couleur noisette, ajouter 4 cl de jus de citron, la brunoise de zestes d'orange et les graines de sésame. Dresser dans chaque assiette 2 pommes gaufrettes et 2 tronçons de poisson, et napper du beurre très chaud. »

RECETTE DU RESTAURANT *LASSERRE*, À PARIS

soles soufflées au salpicon de crustacés

« Préparer un salpicon de chair de homard et un autre de champignons. Faire suer celui-ci, ajouter le homard, puis déglacer au madère ; lier le tout d'une sauce américaine réduite additionnée de 1 dl de crème double. Laisser refroidir. Ôter la peau noire de 4 soles ; enlever les arêtes, en en gardant un petit morceau au niveau de la queue de façon à pouvoir les refermer. Farcir les soles de salpicon, les paner à l'anglaise et les cuire très doucement au beurre. Faire fondre au beurre 1 cuillerée à soupe d'échalote ciselée et mouillée de vin blanc sec, et faire réduire de moitié. Doubler ensuite avec du fumet de poisson. Ajouter sel, poivre et persil haché. Lier de 50 g de beurre manié et cuire 10 min. Écumer la sauce, puis la monter avec 30 g de beurre. La passer au chinois. En napper le fond de chaque assiette, disposer les soles au-dessus et parsemer de pluches de cerfeuil, de brins d'aneth et de ciboulette, émincés. »

RECETTE DE GUY DUCREST

soles tante Marie

« Habiller 4 belles soles en coupant la tête et en gardant la peau blanche. Laver et hacher 400 g de champignons de Paris bien blancs. Faire suer 2 échalotes hachées avec 1 noix de beurre. Ajouter la duxelles avec le jus d'un citron et 1 dl de crème fraîche. Laisser réduire à sec. Bien assaisonner. Faire suer 2 autres échalotes hachées avec 1 noix de beurre dans un plat à poisson, mettre au-dessus les soles, côté peau en bas, mouiller de 4 dl de fumet de poisson et de 3 dl de crème. Saler et poivrer. Cuire de 5 à 10 min dans le four préchauffé à 210 °C. Débarrasser sur un plat. Ébarber les soles, lever les 2 filets du dessus et retirer l'arête centrale. Garnir les 2 filets attachés de duxelles de champignon, puis replacer les 2 autres filets dessus. Disposer les soles dans un plat de service allant au four. Faire réduire tout doucement leur cuisson et passer cette sauce à l'étamine. Ajouter le jus de 1/2 citron et un petit filet de cognac. Au dernier moment, incorporer 1 dl de crème fleurette bien fouettée. Napper les soles et faire glacer le tout au four. »

SOLFERINO Sauce à base d'une réduction de tomates, additionnée de glace de viande, d'une pointe de Cayenne et de jus de citron, et terminée au beurre maître d'hôtel à l'estragon et au beurre d'échalote.

▶ Recettes : POTAGE, SAUCE.

SOLILEMME Sorte de brioche riche en œufs, en beurre et en crème, que l'on ouvre en deux après cuisson, encore chaude, pour l'arroser de beurre salé fondu. On sert souvent le solilemme avec le thé, mais on peut le présenter en tranches avec du poisson fumé. On le dit d'origine alsacienne.

solilemme

Mélanger 125 g de farine tamisée, 15 g de levure de boulanger et 2 ou 3 cuillerées à soupe d'eau tiède. Laisser lever 2 heures à la température ambiante et à l'abri des courants d'air. Rompre ce levain, y incorporer 2 œufs et 1/2 dl de crème, puis ajouter 375 g de farine tamisée. Pétrir la pâte, puis y incorporer 125 g de beurre coupé en morceaux et, petit à petit, 1/2 dl de crème et 2 œufs. Bien la travailler, en ajoutant un peu de crème si c'est nécessaire (elle doit être assez molle). Beurrer un moule à charlotte et y placer la pâte ; la laisser doubler de volume à l'abri des courants d'air. Faire cuire dans le four préchauffé à 220 °C pendant 40 min. Démouler le solilemme, le couper en deux disques, arroser chacun de 40 g de beurre demi-sel fondu et reconstituer le gâteau.

SOLOGNE Voir pages 990 et 991.

SOLOGNOTE (À LA) Se dit d'un apprêt du canard, farci, si possible la veille, de son foie mariné à l'armagnac et aux aromates, puis broyé avec un peu de mie de pain ; la volaille est ensuite poêlée.

L'appellation concerne aussi une matelote d'anguille et un gigot mariné au vin blanc et au vinaigre de vin avec une garniture aromatique, puis rôti ; la marinade, bien réduite, est utilisée pour le déglaçage.

SOMMELIER Personne chargée, dans les grands restaurants, du service des vins dans la salle, ce qui exige d'avoir des connaissances œnologiques, et de savoir choisir les vins en accord avec les mets. Le caviste, lui, est plus spécialement affecté à la surveillance des vins dans la cave.

À l'origine, le sommelier était le moine qui, dans un couvent, s'occupait de la vaisselle, du linge, du pain et du vin.

Sous l'Ancien Régime, la maison du roi comportait un ou plusieurs sommeliers, dont la fonction était, au début, de recevoir le vin qu'apportaient les « sommiers », ou bêtes de somme ; on appela ensuite du même nom les divers officiers chargés de veiller sur le mobilier royal.

Plus tard, le terme concerna tout porteur de fardeau. À la fin du XVIIe siècle, le sommelier était l'officier préposé au transport des bagages quand la Cour se déplaçait ; chez un grand seigneur, c'était l'officier qui mettait le couvert et apprêtait le vin et la desserte.

SON Enveloppe des grains des céréales, que l'on sépare de la farine en les faisant passer dans différents tamis. Le son proprement dit se présente sous la forme de petites écailles, contenant une forte proportion de phosphore et de vitamines B.

La diététique a découvert les propriétés intéressantes du son et recommande aujourd'hui le pain au son, plutôt que le pain blanc, souvent trop raffiné.

SORBAIS Fromage de lait de vache (45 à 50 % de matières grasses), à pâte molle et à croûte lavée brun-rouge et lisse. Fabriqué en Flandre et dans le Hainaut, le sorbais se présente sous la forme d'un pavé de 12 cm de côté et de 4,5 cm d'épaisseur, pesant 600 g. Il a une odeur fortement prononcée et une saveur de terroir affirmée.

SORBET Entremets glacé, qui se distingue de la glace proprement dite par le fait qu'il ne comporte ni matière grasse ni jaune d'œuf, ce qui le rend moins ferme et plus grenu que celle-ci.

L'ingrédient de base d'un sorbet est un jus ou une purée de fruit, un vin (champagne), un alcool (vodka) ou une liqueur, parfois une infusion aromatique (thé, menthe). On lui ajoute un sirop de sucre, éventuellement additionné de glucose ou de sucre inverti (ou des deux). Pendant la congélation, le mélange doit être battu.

Historiquement, les sorbets furent les premiers desserts glacés (les glaces au lait ou à la crème n'ayant fait leur apparition qu'au XVIIIe siècle). Les Chinois en enseignèrent la préparation aux Persans et aux Arabes, qui les firent connaître aux Italiens (voir GLACE ET CRÈME GLACÉE).

À l'origine, les sorbets étaient composés de fruits, de miel, de substances aromatiques et de neige. De nos jours, le sorbet est un dessert classique ou un rafraîchissement entre les repas (en cornets), mais il fait aussi office, traditionnellement, de « trou normand » dans un dîner de quelque importance, surtout s'il est à base d'alcool.

RECETTE DE CHRISTIAN CONSTANT, CHOCOLATIER

sorbet au cacao et aux raisins

« Mélanger intimement 1 litre d'eau, 300 g de sucre, 250 g de cacao, 50 g d'extrait de vanille et 3 cl de rhum brun. Après sanglage dans la sorbetière, ajouter de 100 à 150 g de raisins secs macérés au whisky et mouler le sorbet, puis le remettre dans le congélateur jusqu'au service. »

sorbet au calvados

Faire dissoudre 200 g de sucre semoule dans 1/3 de litre d'eau. Ajouter 1 gousse de vanille fendue en deux. Porter à ébullition, sans la maintenir trop longtemps, pour obtenir un sirop léger. Retirer du feu, ôter la vanille. Ajouter le jus de 1 citron et 1 pincée de cannelle en poudre ; bien mélanger. Battre 3 blancs d'œuf en neige ferme avec une pincée de sel et les ajouter délicatement au sirop. Verser le tout dans la sorbetière. Lorsque le sirop commence à prendre, ajouter 4 ou 5 verres à liqueur de calvados vieux. Battre au fouet quelques secondes et remettre à glacer.

sorbet au cassis

Verser dans une casserole 250 g de sucre et 4 dl d'eau. Chauffer pour faire fondre le sucre : la densité doit être de 1,140. Laisser tiédir le sirop, puis y ajouter 3,5 dl de jus de cassis et le jus d'un demi-citron ; bien mélanger le tout. Verser la préparation dans une sorbetière et faire prendre.

sorbet au citron

Lever le zeste de 3 citrons, le hacher et l'ajouter à 1/2 litre de sirop froid de densité 1,2859. Laisser infuser 2 heures. Ajouter le jus de 4 citrons, passer ; la densité doit être de 1,1703. Achever le sorbet suivant la méthode habituelle.

sorbet à la framboise

Préparer un sirop de densité 1,1423 en portant à ébullition, sans la maintenir trop longtemps, 250 g de sucre et 4 dl d'eau. Y verser 400 g de framboises et ajouter le jus de 1/2 citron. Passer l'ensemble au mixeur, verser la purée obtenue dans une sorbetière et faire fonctionner celle-ci 1 heure au moins. Quand le sorbet commence à prendre, le mouler et le remettre dans le congélateur jusqu'au moment de servir.

sorbet aux fruits exotiques

Peler 1 ananas bien mûr, le couper en quatre, retirer le centre et couper la pulpe en dés en recueillant le jus. Couper 2 mangues en deux, les dénoyauter et lever la pulpe avec une cuillère à café. Peler 1 banane et la couper en rondelles ; passer tous ces éléments au mixeur avec le jus de 1 citron et mesurer la préparation obtenue. Ajouter 75 g de sucre semoule par quart de litre de jus. Mélanger au fouet, puis incorporer 1 sachet de sucre vanillé et 1 pincée de cannelle. Verser la préparation dans une sorbetière et faire fonctionner celle-ci de 1 heure à 1 h 30. Lorsque le sorbet commence à prendre, le mettre dans son bac dans le congélateur.



Les étangs de Sologne, petits, comme celui-ci près de la Ferté-Saint-Aubin, ou grands, s'étendent sur 12 000 ha, au milieu des forêts de chênes, de châtaigniers, de trembles et de pins.

TERROIRS

Sologne et Orléanais

PAYS DE TERRES PAUVRES, NOYÉES D'EAU À L'OUEST, PLUS SÈCHES ET SABLEUSES À L'EST, LA SOLOGNE FORME UN ÎLOT AU SUD D'ORLÉANS, DANS LA BOUCLE DE LA LOIRE. ELLE FAIT PARTIE DE L'ORLÉANAIS, QUI S'ÉTEND SUR LES DÉPARTEMENTS DU LOIRET, DU LOIR-ET-CHER ET DE L'EURE-ET-LOIR, ET COMPREND LES RÉGIONS DU VAL DE LOIRE, DE LA BEAUCE ET DU GÂTINAIS.

Couverte de landes et de forêts, émaillée de près de 3 000 étangs, la Sologne est vouée à la chasse et à la pêche. Comment s'étonner si ses spécialités ont des odeurs de sous-bois, de gibier et de champignons, ou des saveurs de poissons d'eau douce ? En entrée, on sert volontiers un pâté de lièvre ou de faisan, une terrine de sanglier aux noisettes ou aux pignons de pin, voire une terrine de carpe. Cette tradition des pâtés s'étend à tout l'Orléanais : pâté de grive de Gien, pâté d'alouette, de Pithiviers, tel celui que Charles IX (XVI[e] s.) aurait, dit-on, partagé avec des brigands, ou pâté de Chartres, aujourd'hui préparé au perdreau. Quand vient la saison, on se régale d'une selle de chevreuil grand veneur, longuement marinée et servie entourée d'airelles et de marrons, à moins de préférer en savourer les côtelettes (à condition que la bête soit jeune), juste sautées quelques minutes puis flambées et accompagnées de champignons sauvages. Faute de gibier, ou pour varier, le cuisinier mitonne un gigot de mouton à la solognote, piqué d'ail et cuit à l'eau avec des légumes, un civet de porc au vin rouge, dit « charbonneux », ou une culotte de bœuf à la beauceronne, en terrine avec pommes de terre, oignons, lard et aromates. Les recettes de volaille et de lapin de ferme ne manquent pas : poulet en barbouille mijoté avec lardons, oignons et champignons, fricassée de canette au vinaigre de cidre, dindonneau rôti farci de châtaignes ou râble de lapereau au céleri.
Un grand classique pour la préparation des poissons porte l'appellation « Chambord ». Le nom de ce château Renaissance évoque en cuisine un plat somptueux. Farcie puis braisée au vin rouge, la carpe Chambord se présente garnie de quenelles de farce de poisson, de filets de sole, de laitances sautées, de têtes de champignon, de truffes et d'écrevisses. Lorsque vient la fin du repas, la Sologne se vante d'être le pays des sœurs Tatin, qui tenaient un restaurant à Lamotte-Beuvron, et Pithiviers se targue d'avoir donné son nom à un célèbre feuilleté fourré de crème frangipane.

SOUPES ET LÉGUMES

Asperges à la béchamel safranée, coulemelles grillées
Le Val de Loire, autour d'Orléans, est propice aux cultures maraîchères : pois de Jargeau, crosnes de Sully-sur-Loire, navets de Mainvilliers… tandis que les terrains sablonneux de l'est de la Sologne se prêtent

surtout à la culture des asperges. Passés en cuisine, les plus humbles de ces légumes donnent la traditionnelle soupe de « poriaux » (poireaux), celle au potiron ou celle au cresson alénois (déformation d'orléanais). Les haricots rouges, dit « rognons de coq », accompagnent rituellement la queue de porc. Les pommes de terre sont préparées à la blésoise (sautées en cocotte avec de la panne de porc), à la forestière (cuites au four puis farcies de champignons) ou à la solognote (mijotées dans du lait et de la crème avec du thym, de l'estragon et du laurier). Les asperges, blanches, révèlent toute leur saveur, cuites à la vapeur. Elles s'accommodent aussi fort bien d'une béchamel ou d'une hollandaise safranée (le safran fut longtemps une production du Gâtinais), sauces qui peuvent également accompagner poireaux, fenouil et céleri. Cueillis dans les bois, les cèpes se font sauter à la poêle avec ail, persil ou ciboulette, les girolles parfument délicieusement toutes les sauces, les coulemelles (ou lépiotes élevées) constituent un plat en soi. Pour apprécier leur délicat parfum, il suffit de déposer une noisette de beurre malaxé avec un soupçon d'échalote ou d'ail hachés dans leur large chapeau, et de les laisser quelques minutes sur le gril.

POISSONS

Paupiettes de carpe à la menthe, anguille à l'oseille
Le sandre de Loire s'accommode de mille façons : à la crème de carotte ou à la crème de mousseron, au cabernet rouge d'Orléans, aux poires ou aux poireaux. La carpe est souvent farcie de chair à saucisse, de mie de pain et de lait. Mais, pour savourer ce poisson, mieux vaut goûter les filets d'une belle carpe de 4 à 5 kg, rouges comme du thon, simplement sautés avec des lardons. Sur la chaussée des étangs, lorsqu'on les vide, une fois l'an, les pêcheurs se délectent souvent de ces filets de carpe ou de poisson-chat grillés sur place aussitôt pêchés. Plus originales, les paupiettes de carpe, farcies de tanche, de brochet, de menthe aquatique (cueillie au bord des étangs) et de menthe poivrée, cuisent à la vapeur, enveloppées dans une algue. Les filets d'anguille, sautés puis flambés au marc, sont accompagnés d'une sauce à la crème et à l'oseille.

GIBIER

Magret de colvert au porto et pain de perdreau
Chevreuil ou sanglier, longuement marinés, accompagnés d'une sauce poivrade, réduction de la marinade avec du cognac et du poivre concassé, sont des plats traditionnels dans ce pays de chasseurs. Quand ces animaux sont plus jeunes, ils se passent fort bien de marinade et peuvent alors se cuisiner comme du bœuf, en rôti ou en steak. Le gibier, qui se marie agréablement avec le sucré, est volontiers accompagné de fruits : pommes, poires ou coings, gelée de mûre, confiture de framboise ou de myrtille. Il se prête également à d'autres recettes tout aussi savoureuses : épaule de cerf au vin rouge, filet de chevreuil aux noisettes... Les magrets d'un colvert sont préparés en quelques minutes, sautés à la poêle, puis déglacés avec du porto ou du malaga et parsemés de ciboulette. Le reste du canard est alors cuisiné en ragoût, avec oignons et vin blanc. Le pain de perdreau est un délicieux pain safrané fourré d'un hachis mêlant la chair du volatile et une julienne de petits légumes frais. Plus classiques, le faisan est apprêté « en barbouille » et le lapin de garenne en gibelotte.

VIANDE

Bœuf de la Saint-Jean, queue de cochon
Face à la variété des recettes de gibier à poil ou à plume, celles qui concernent la viande de boucherie sont beaucoup plus discrètes. Le bœuf de la Saint-Jean, avec lard, saucisses, légumes, herbes, vin blanc, moutarde et cornichons, se distingue pourtant, tout comme la queue de porc aux haricots rouges.

FROMAGES ET DOUCEURS

Tapinette, creusiot et patelins solognots
Sur le plateau de fromages dominent les chèvres, dont le selles-sur-cher. La tapinette, une tarte au caillé de tradition dans l'Orléanais, ou le creusiot solognot, pain fourré de fromage blanc aux échalotes, tiennent à la fois lieu de fromage et de dessert. Au chapitre des douceurs figurent le miel du Gâtinais et celui de Sologne, les pâtes de fruits de Beaugency, le cotignac d'Orléans, sorte de « roudoudou » au coing, les patelins solognots, chocolats fins aux noisettes, et les pralines de Montargis.

CARTE

ENTRÉES

◆ ◆ ◆

Pâté d'alouette en terrine,
PAGE 768

Pâté de lièvre,
PAGE 769

PLATS

◆ ◆ ◆

Oyonnade,
PAGE 744

Matelote de poissons à la canotière,
PAGE 656

Poulet en barbouille,
PAGE 856

Dindonneau rôti farci aux marrons,
PAGE 402

Côtelettes de chevreuil sautées minute,
PAGE 259

Navarin de mouton,
PAGE 702

DESSERTS

◆ ◆ ◆

Tarte tatin,
PAGE 1031

Pithiviers,
PAGE 806

sorbet aux fruits de la Passion

Peler des fruits de la Passion bien mûrs, passer la pulpe au moulin à légumes, puis au tamis fin ; ajouter au volume de pulpe obtenu un volume égal de sirop froid (50 cl d'eau minérale et 675 g de sucre semoule), de densité 1,135, et un peu de jus de citron (la densité est alors de 1,075). Verser la préparation dans une sorbetière et la faire prendre. On peut aussi, plus simplement, mélanger du sucre semoule à la pulpe de fruit et ajouter juste assez d'eau pour atteindre une densité de 1,075 environ, puis passer au tamis fin avant de verser dans la sorbetière.

sorbet à la mangue

Choisir des mangues bien mûres, les peler et passer la pulpe au tamis très fin. Y ajouter un volume égal de sirop et du jus de citron (2 citrons par litre de préparation) : la densité du mélange doit être de 1,1425. Faire prendre le sorbet.

RECETTE DE CHRISTIAN CONSTANT, CHOCOLATIER

sorbet au miel et aux pignons de pin

« Mélanger 900 g de miel d'oranger, le jus de 1 citron, quelques gouttes d'extrait d'eau de fleur d'oranger et 1 litre d'eau. Après sanglage dans la sorbetière, incorporer des pignons de pin légèrement grillés, puis remettre dans le congélateur. »

sorbet à la poire

Peler 4 belles poires mûres et juteuses, les couper en quatre, retirer le cœur et les pépins, et couper la pulpe en dés ; arroser ceux-ci avec le jus de 1 citron. Réduire en purée fine dans un mixeur avec 300 g de sucre en poudre. Verser cette purée dans une sorbetière et faire fonctionner celle-ci 1 h 30 ; lorsque le sorbet est pris, mettre le bac dans le conservateur jusqu'au moment de servir.

sorbet au thé

Préparer une infusion assez forte de thé. Sucrer à raison de 300 g par litre et faire prendre dans une sorbetière. Ajouter, selon le goût, des morceaux de pruneau finement détaillés.

sorbet à la tomate

Peler 1 kg de tomates mûres, les presser et filtrer le jus ; le mesurer (il en faut 1/4 de litre). Préparer un sirop à froid avec 150 g d'eau et 300 g de sucre spécial pour les confitures. Mélanger le sirop avec le jus de tomate et ajouter 1 verre à liqueur de vodka, puis verser dans un moule à glace et mettre 1 heure dans le congélateur. Battre 1 blanc d'œuf avec 50 g de sucre glace dans un bain-marie à 60 °C. Lorsque le sorbet commence à prendre, le battre au fouet, incorporer le blanc battu et remettre 2 heures dans le congélateur.

SORBETIÈRE Appareil électrique composé d'un récipient équipé d'un malaxeur ou d'agitateurs actionnés par un moteur, utilisé pour faire prendre au froid des crèmes pour les glaces et des sirops pour les sorbets.

L'ancienne sorbetière à sanglage, avec mélange réfrigérant à base de glace pilée et de sel, n'est pratiquement plus utilisée. La sorbetière électrique est aujourd'hui d'emploi courant. Le résultat est meilleur si on la place dans le compartiment à glaçons à - 6 °C plutôt que dans le congélateur à - 30 °C. Pendant sa durée de fonctionnement (de 45 min à 2 heures), le moteur entraîne les pales ou le malaxeur, qui brassent la préparation ; lorsque celle-ci a atteint la consistance voulue, les pales s'escamotent ou le moteur s'arrête.

SORGHO Céréale des pays chauds, la plus consommée dans le monde après le blé et le riz (voir tableau des céréales page 229).

La culture du sorgho (ou gros mil) est attestée en Inde par des documents datant de 1900 av. J.-C. Il fut introduit en Italie au Iᵉʳ siècle. Il n'est plus cultivé en Europe depuis la fin du XVᵉ siècle, mais il reste une culture vivrière de base en Afrique et en Chine. On en fait des gâteaux agrémentés de sauces pimentées, ou de beurre et de lait. Au Mali, il sert à préparer une sorte de couscous. En Tunisie, on vend dans les rues le traditionnel *sobleb*, bouillie de mil au gingembre ; on en consomme aussi beaucoup en Chine. Au Soudan, ce sont les femmes qui brassent la bière de mil *(pombé)*, agrémentée de tiges de gombo. Enfin, les Chinois tirent du sorgho un alcool qu'ils aromatisent avec des pétales de rose, le *caoliang*, utilisé aussi en cuisine pour des marinades et des sauces.

SORINGUE Apprêt de l'anguille dans la cuisine médiévale. Les morceaux de poisson, écorchés et étuvés, mijotaient dans une sauce épaisse, à base de chapelure rôtie, délayée avec du verjus ; on y ajoutait des rouelles d'oignon frites et du persil ciselé ; enfin, le tout était « assavouré de vin, de verjus et de vinaigre ».

SOT-L'Y-LAISSE Petit morceau de chair de volaille logé au creux intérieur des os iliaques, en avant du croupion. Le sot-l'y-laisse, dont le seul nom implique la délicatesse, est une bouchée de choix, que le découpeur de la volaille se réserve ou offre à un convive.

► Recette : VOLAILLE.

SOU DU FRANC Ancienne pratique qui consistait, pour les commerçants, à faire bénéficier l'économe, le cuisinier ou la cuisinière, chargé des achats de bouche, d'un escompte de caisse de 5 %. Ce profit, parfois important, était officieusement admis.

SOU-FASSUM Spécialité niçoise préparée avec un chou entier farci d'un hachis de bettes, de lard, d'oignons, de riz et de chair à saucisse ; enveloppé comme autrefois d'un filet appelé « fassumier », il est cuit dans le bouillon d'un pot-au-feu de mouton. À Grasse, une variante consiste à disposer les feuilles de chou alternées avec la farce dans une terrine tapissée de bardes de lard gras.

►
Sorbet aux fruits de la Passion et rosace de mangue



sou-fassum

Parer un gros chou vert, le blanchir 8 min à l'eau bouillante salée, puis le rafraîchir et l'égoutter. Détacher les grandes feuilles, les débarrasser de leurs côtes et les disposer à plat, bien étalées, sur un filet ou une mousseline, mouillé et essoré. Hacher le reste du chou et le déposer sur les feuilles à plat, puis ajouter, en couches successives, 250 g de feuilles de bette blanchies, 200 g de lard maigre détaillé en dés et rissolé, 100 g d'oignons hachés fondus au beurre, 2 grosses tomates pelées, épépinées et concassées, 100 g de riz blanchi et 750 g de chair à saucisse additionnée d'une gousse d'ail râpée. Façonner cette composition en grosse boule, puis replier les feuilles en enfermant la farce. Refermer le filet ou la mousseline et bien ficeler. Plonger le tout dans un bouillon de pot-au-feu préparé avec de la viande de mouton et laisser mijoter 3 h 30. Égoutter le chou, le déballer et le dresser dans un plat rond. L'arroser de quelques cuillerées du bouillon de cuisson et servir très chaud.

SOUBISE Nom donné à des apprêts comportant des oignons soit dans une sauce (béchamel additionnée de purée d'oignon), soit dans une purée généralement épaissie de riz. L'appellation concerne en particulier des apprêts d'œufs dressés sur la purée, parfois nappée de la sauce. La purée seule peut aussi servir de garniture à des viandes, ou comme farce de légumes.

▶ **Recettes** : ARTICHAUT, PURÉE, SAUCE.

SOUBRESSADE Spécialité charcutière espagnole se présentant comme une saucisse à tartiner non fumée, à base de morceaux de maigre noyés dans une farce grasse, fortement aromatisée et colorée au poivron (voir tableau des saucisses page 955).

SOUCHET Plante vivace méditerranéenne, produisant des tubercules écailleux et bruns, gros comme des noisettes, auxquels leur pulpe blanche, farineuse et sucrée, a valu le surnom d'« amandes de terre ». Ces tubercules se consomment secs, crus ou grillés.

Dans le Maghreb, le souchet, le plus souvent pilé, entre dans la composition des farces de volaille, des boulettes de viande, des mélanges d'épices. En Espagne, le souchet, appellé *chufa*, cultivé dans la région de Valence, sert à préparer une boisson appréciée, la *horchata*, voisine de l'orgeat. On en extrait également une huile, ainsi qu'une farine utilisée en pâtisserie.

SOUCHET OU **SUCHET** (SAUCE) Sauce faite avec une julienne de légumes étuvés au beurre, et additionnée de vin blanc et de fumet de poisson ; après cuisson du poisson, elle est fortement réduite, complétée de sauce poisson et terminée au beurre.

SOUCI Plante de jardin, de la famille des composées, à fleurs jaunes, dont les pétales, jadis utilisés pour colorer le beurre, enrichissent traditionnellement certains mets, comme la soupe au congre de Jersey (au chou, aux poireaux et aux petits pois), agrémentent les salades vertes et servent à aromatiser un vinaigre.

SOUDER Presser légèrement entre les doigts les bords de deux abaisses de pâte, ou les bords rabattus d'une même abaisse, humectés d'eau ou de dorure, pour qu'ils restent collés pendant la cuisson. Cette opération concerne surtout les tourtes, les pâtés en croûte, les chaussons, les rissoles et les timbales.

SOUFFLÉ Préparation salée ou sucrée que l'on sert chaude, sitôt sortie du four, bien gonflée et débordant du moule où elle a cuit.

• SOUFFLÉS SALÉS. Ils sont faits d'une béchamel épaisse ou d'une purée, liée de jaunes d'œuf, puis additionnée de blancs d'œuf battus. Les éléments ajoutés à l'appareil de base déterminent l'appellation du soufflé. Sous l'effet de la chaleur, l'air emmagasiné dans les blancs se dilate et fait gonfler le volume de la préparation, qui doit être servie immédiatement, avant qu'elle ne « retombe » ; un soufflé ne doit jamais attendre.

Le récipient de cuisson est cylindrique, pour que la préparation soit chauffée sur toute la surface inférieure et monte régulièrement. Il est beurré et, en outre, souvent fariné ; on ne le remplit qu'aux trois quarts. Pour les soufflés individuels, on utilise des ramequins. Pendant la cuisson, on évite surtout d'ouvrir la porte du four. Le moule, qui sert en même temps de plat de service, est fait d'un matériau esthétique, supportant les hautes températures.

• SOUFFLÉS SUCRÉS. Ils se composent soit d'un appareil au lait, soit de purée de fruit et de sucre cuit. Pour les premiers, on confectionne une crème pâtissière, liée de jaunes d'œuf, que l'on parfume avant de lui incorporer les blancs en neige. On peut aussi préparer un roux blond, le mouiller de lait bouillant sucré et vanillé, le lier de jaunes (ou de jaunes et d'œufs entiers), puis ajouter les blancs en neige et le parfum. Le dessus est lissé, parfois cannelé.

Les soufflés faits d'un appareil aux fruits ont pour base du sucre cuit au grand cassé, auquel on ajoute une purée de fruit ; la cuisson se poursuit jusqu'au boulé ; les blancs en neige sont mélangés au fouet à l'appareil chaud, versé par-dessus. Le parfum de fruit est renforcé avec un peu d'alcool ou de liqueur. On peut confectionner ces soufflés avec une préparation à la crème : la purée de fruit, très serrée, est alors ajoutée à la composition avant les blancs.

On améliore la présentation d'un soufflé d'entremets par un glaçage obtenu en le poudrant de sucre glace, quelques minutes avant la fin de la cuisson ; celui-ci caramélise et donne une surface brillante.

SOUFFLÉS SALÉS

soufflé salé : préparation

Préparer une béchamel avec 40 g de beurre, 40 g de farine et 4 dl de lait froid. Saupoudrer de sel, de poivre, d'un peu de muscade et incorporer la garniture choisie ; ajouter ensuite 5 jaunes d'œuf, puis 6 blancs battus en neige très ferme. Préchauffer le four à 220 °C. Beurrer et fariner un moule à soufflé de 20 cm de diamètre ; y verser la préparation et cuire 30 min, sans ouvrir la porte.

soufflé de canard rouennais (ou caneton rouennais soufflé)

Cuire au four, en le tenant très saignant (entre 10 et 15 min), un canard rouennais bridé. Retirer les filets. Enlevez les os de la poitrine, de façon à former, avec la carcasse, une sorte de caisse. Assaisonner l'intérieur de sel, de poivre et d'épices, et l'arroser d'une cuillerée de cognac flambé. Remplir cette carcasse d'une farce confectionnée avec la chair crue d'un autre canard, désossé et préparé comme pour la farce mousseline, 150 g de foie gras cru et les foies des canards employés. Disposer cette farce dans la carcasse, en reformant un peu le canard. Entourer d'une bande de papier sulfurisé beurré et ficeler. Mettre le canard ainsi garni sur une plaque. Arroser de beurre fondu. Cuire 30 à 35 min au four préchauffé à 170 °C. Enlever le papier sulfurisé. Dresser le canard sur un plat long. L'entourer de tartelettes en pâte fine à foncer, cuites à blanc, emplies d'un salpicon de truffe et de champignon lié de sauce madère très réduite, et recouvertes chacune d'une escalope de filet de canard et d'une grosse lame de truffe chauffée au beurre. Servir avec une sauce rouennaise ou une sauce Périgueux à part.

soufflé de cervelle à la chanoinesse

Cuire au court-bouillon 300 g de cervelle de veau rincée à l'eau vinaigrée, puis l'égoutter et la réduire en purée. Y ajouter 2 dl de béchamel bien réduite, un peu de muscade râpée, 60 g de parmesan râpé, 1 cuillerée de pelures de truffe et 4 jaunes d'œuf crus ; rectifier l'assaisonnement. Incorporer délicatement les 4 blancs battus en neige très ferme. Beurrer un moule à soufflé, y verser la préparation et cuire 30 min dans le four préchauffé à 200 °C.

soufflé au crabe

Préparer une béchamel avec 40 g de beurre, 40 g de farine, 3 dl de lait et 1 dl de cuisson réduite de crabe. Incorporer 200 g de purée de crabe ; rectifier l'assaisonnement. Ajouter les œufs et faire cuire. On prépare de la même façon des soufflés aux crevettes ou au homard.

soufflé aux foies de volaille

Couper en morceaux et faire sauter au beurre 250 g de foies de volaille bien nettoyés avec 2 ou 3 échalotes hachées et 1 petit bouquet de persil ; saler, poivrer, puis passer le tout au mixeur avec 30 g de beurre. Mélanger cette purée et la béchamel, puis terminer suivant la méthode de base.

RECETTE DE PAUL ET JEAN-PIERRE HAEBERLIN

soufflé au fromage et aux œufs pochés

« Mélanger 1/4 de litre de lait avec 50 g de farine, autant de beurre amolli, 5 jaunes d'œuf et 100 g de gruyère râpé. Ajouter doucement 6 blancs d'œuf battus en neige ferme. Verser la moitié du mélange dans un moule à soufflé beurré et mettre au four préchauffé à 200 °C ; laisser cuire pendant 10 min. Pendant ce temps, faire pocher 4 œufs à l'eau vinaigrée pendant 4 min, puis les égoutter, les plonger dans de l'eau fraîche et les écaler. Sortir le soufflé du four et y disposer les œufs. Ajouter le reste de la préparation et remettre au four à même température. Laisser la cuisson se poursuivre de 10 à 15 minutes. »

soufflé au gibier sauce Périgueux

Piler 250 g de chair cuite de faisan ou de perdrix avec 1,5 dl de béchamel au fumet de gibier, réduite. Saler, poivrer. Ajouter 3 jaunes d'œuf un à un, passer au tamis, puis incorporer 3 blancs en neige ferme. Cuire à four doux. Servir avec une sauce Périgueux.

soufflé à la pomme de terre

Lier 4 dl de purée de pomme de terre avec 4 cuillerées à soupe de crème fraîche et ajouter 3 jaunes d'œuf, puis, au dernier moment, 4 blancs d'œuf battus en neige. Cuire comme pour la préparation de base. On prépare de la même façon des soufflés au marron, à la patate douce ou au topinambour, en ajoutant à volonté 75 g de gruyère râpé ou 50 g de parmesan.

RECETTE DE RAYMOND THUILLIER

soufflé au saumon

« Dépouiller un saumon de sa peau. Enlevez soigneusement toutes les arêtes avec une petite pince (il faut avoir 400 g de chair). Passer cette chair au mixeur, très rapidement pour ne pas l'échauffer. Ajouter 4 œufs entiers et 1/4 de litre de crème fraîche. Travailler cette composition à la spatule de bois, en la tenant sur de la glace, pendant 15 min. Passer au tamis et rectifier l'assaisonnement. Monter en neige ferme 4 blancs d'œuf légèrement salés ; petit à petit, incorporer la chair de saumon cru aux blancs d'œuf. Verser cette composition dans un moule à soufflé beurré et faire cuire à four moyen (200 °C) pendant 25 min environ. Cette recette est réalisable avec de la truite saumonée ou de rivière. »

RECETTE DE CHRISTIANE CONTICINI,
LE RESTAURANT DU PARC, À VILLEMOMBLE

soufflé de stockfisch aux navets

« Pocher au champagne (en évitant toute ébullition) 300 g de stockfisch dessalé plusieurs heures à l'eau froide, puis le passer au tamis. Préparer une béchamel avec 40 g de beurre, 40 g de farine, 4 dl de lait, du sel et du poivre. Y incorporer 60 g de gruyère râpé et la purée de morue. Éplucher des navets nouveaux et les tailler en lamelles fines. Les étuver au beurre, sur feu doux. Incorporer à la béchamel garnie 4 jaunes d'œuf, puis 5 blancs battus en neige très ferme avec une pincée de sel. En emplir des moules individuels beurrés (jusqu'à 1 cm du bord), en alternant par couches avec les lamelles de navet. Faire cuire à four chaud (200 °C) 20 minutes. »

soufflés à la volaille
Réduire en purée, au mixeur, 250 g de chair de volaille cuite (pigeon, poulet, dindonneau ou pintade) et 30 g de beurre. Bien assaisonner. Mélanger cette purée avec la béchamel et cuire, en ramequins individuels, comme pour la préparation de base. En ajoutant à l'appareil 2 cuillerées à soupe de truffe hachée, on obtient un soufflé « à la reine ».

SOUFFLÉS SUCRÉS

soufflé ambassadrice
Préparer une crème pâtissière avec 1 litre de lait, 8 jaunes d'œuf, 1 grosse pincée de sel, 120 g de farine (ou 4 cuillerées à soupe rases de fécule de maïs ou de pomme de terre) et 300 g de sucre. Ajouter 1 cuillerée à café de vanille liquide, 8 macarons écrasés et 6 cuillerées à soupe d'amandes fraîches, effilées et macérées dans du rhum. Incorporer 12 blancs battus en neige très ferme et cuire 30 min au four préchauffé à 200 °C.

soufflé aux bananes
Délayer, dans une casserole, 1 cuillerée à soupe de farine tamisée et une petite pincée de sel avec 1 dl de lait, bouilli avec 35 g de sucre semoule et 1/2 gousse de vanille, puis refroidi. Cuire 2 min en fouettant, retirer du feu, puis ajouter la pulpe de 4 bananes passée au tamis fin, 2 jaunes d'œuf et 20 g de beurre fin. Parfumer éventuellement au kirsch ou au rhum. Ajouter 3 blancs battus en neige très ferme avec une pincée de sel. Verser la composition dans un moule à soufflé beurré et poudré de sucre fin. Cuire 30 min au four préchauffé à 200 °C.

RECETTE DE JEAN ET PIERRE TROISGROS

soufflé aux châtaignes
« Cuire 300 g de châtaignes épluchées avec 20 cl de lait, 20 g de sucre et une pincée de sel. Compter 10 min d'ébullition à couvert, puis 5 min à découvert. Réserver 4 châtaignes entières. Passer les autres au tamis et les incorporer à 4 dl de crème double et 3 jaunes d'œuf. Bien remuer, puis réserver au bain-marie. Beurrer et fariner un moule à soufflé. Battre en neige 5 blancs d'œuf. En incorporer le quart à la purée, puis 2 châtaignes réservées émiettées. Ajouter le reste des blancs et mélanger délicatement à la spatule de bois. Verser la préparation dans le moule, lisser la surface et parsemer de 2 autres châtaignes émiettées. Mettre dans le four préchauffé à 180 °C, réduire la chaleur et cuire de 15 à 20 min. »

RECETTE DU RESTAURANT
LES TEMPLIERS, AUX BÉZARDS

soufflé au chocolat amer
« Ramollir 50 g de beurre en pommade, puis beurrer 4 moules en porcelaine de 8 à 10 cm de diamètre. Saupoudrer l'intérieur d'un peu de sucre semoule et les mettre dans le réfrigérateur. Préchauffer le four à 200 °C. Dans une grande terrine, faire fondre au bain-marie 180 g de chocolat amer et 60 g de sucre semoule ; incorporer 60 g de lait et 50 g de cacao amer. Séparer le blanc du jaune de 5 œufs. Mettre les jaunes dans la terrine. Travailler doucement avec une spatule de bois. Monter les blancs en neige bien serrée, ajouter 1 cuillerée de sucre au dernier moment, puis incorporer les blancs. Mélanger délicatement. Remplir les moules. Les tasser et les lisser, puis les mettre 12 min dans le four. Les sortir et saupoudrer aussitôt de sucre glace. »

RECETTE DE DANIEL VALLUET

soufflé au citron vert
« Faire bouillir 1,25 dl de lait avec le zeste de 1 citron vert. Mélanger dans une terrine 50 g de sucre, 2 jaunes d'œuf, 25 g de fécule de maïs et 1,25 dl de jus de citron vert. Verser le lait bouillant sur ce mélange, puis remettre sur le feu et porter de nouveau à ébullition, en fouettant ; laisser refroidir. Préchauffer le four à 200 °C. Beurrer largement et sucrer 4 moules à soufflé individuels. Ajouter 4 jaunes d'œuf à la crème pâtissière. Monter en neige ferme de 8 à 10 blancs d'œuf (suivant leur grosseur), puis les "serrer" en y ajoutant 75 g de sucre semoule. Les incorporer à la crème pâtissière, puis répartir cet appareil dans les moules. Mettre ceux-ci dans le four préchauffé. Après 12 min de cuisson, poser 1 rondelle de citron vert sur chaque soufflé, puis couvrir d'une feuille de papier sulfurisé. Servir avec une crème anglaise tiède, additionnée de zeste de citron vert blanchi. »

soufflé aux fraises ou aux framboises
Préparer une crème pâtissière comme pour le soufflé ambassadrice. L'additionner de 300 g de purée de fraise des bois, de grosses fraises macérées au sucre ou de framboises. Ajouter 12 ou 14 blancs d'œuf battus en neige très ferme. Verser l'appareil dans un moule à soufflé bien beurré et poudré de sucre. Cuire de 20 à 25 minutes dans le four préchauffé à 170 °C.

RECETTE DU RESTAURANT *LAPÉROUSE*, À PARIS

soufflé Lapérouse
« Préparer une crème pâtissière avec 1/4 de litre de lait. Ajouter 70 g de pralin, 1 dl de rhum et 50 g de fruits confits. Fouetter en neige ferme 5 blancs d'œuf dont les jaunes ont été utilisés pour la crème et les ajouter délicatement. Beurrer un moule à soufflé, puis le poudrer de sucre semoule. Y verser l'appareil. Mettre à four doux (180 °C) et laisser cuire 15 min. Poudrer de sucre glace et laisser la cuisson se poursuivre pendant 5 minutes de plus, pour caraméliser le dessus du soufflé. »

soufflé Mont-Bry aux marrons

Faire bouillir 1 dl de lait avec 40 g de sucre et 1 petite pincée de sel. Délayer 25 g de farine tamisée avec très peu de lait froid. Verser dessus le lait sucré, puis cuire, en remuant, 2 ou 3 min. Hors du feu, ajouter 4 jaunes d'œuf et 10 g de beurre. Incorporer à cet appareil 4 cuillerées à soupe de purée de marron sucrée et vanillée, et quelques fragments de marrons glacés, puis 5 blancs d'œuf battus en neige très ferme. Verser dans un moule à soufflé beurré, et cuire 35 min dans le four préchauffé à 190 °C.

soufflé Rothschild

Faire macérer 30 min 150 g de fruits confits taillés en salpicon dans 1 dl d'eau-de-vie de Dantzig. Mélanger vigoureusement au fouet, dans une terrine, 200 g de sucre semoule et 4 jaunes d'œuf jusqu'à ce que le mélange ait blanchi et soit mousseux. Incorporer 75 g de farine, puis 1/2 litre de lait bouillant. Verser le tout dans une casserole, porter lentement à ébullition en remuant, puis laisser cuire 1 ou 2 min. Remettre cette crème pâtissière dans la terrine. Beurrer 2 moules à soufflé (de 4 personnes chacun) et les poudrer de 20 g de sucre fin. Ajouter à la crème pâtissière 2 jaunes d'œuf crus, les fruits confits et la liqueur de macération. Fouetter 6 blancs d'œuf en neige très ferme, avec 1 pincée de sel, et les incorporer délicatement à la crème. Répartir cet appareil dans les deux moules. Les mettre 30 min dans le four préchauffé à 200 °C. Au bout de 25 min, poudrer très rapidement le dessus des soufflés de sucre glace. Poursuivre la cuisson 5 min.

RECETTE DE CHRISTIAN IGNACE

soufflé Simone

« Beurrer au pinceau, au moins trois fois, un moule à soufflé. Faire fondre doucement 100 g de chocolat à cuire avec 1/2 dl de lait. Ajouter 2 cuillerées de crème pâtissière, 50 g de sucre semoule, et porter à ébullition. Hors du feu, ajouter 2 jaunes d'œuf et bien mélanger. Battre en neige ferme 5 blancs d'œuf et les sucrer très légèrement. Poudrer légèrement de sucre le moule beurré. Mélanger les deux appareils et verser dans le moule. Faire cuire dans le four préchauffé à 200 °C. Servir à part un bol de crème fouettée légère. »

soufflé à la vanille

Ajouter 1 gousse de vanille non fendue dans le lait utilisé pour la préparation de l'appareil à soufflé ; faire bouillir ce lait, puis laisser infuser 10 min environ ; réaliser ensuite le soufflé d'entremets selon la recette de base.

soufflé aux violettes

Préparer un appareil à soufflé pour entremets et le parfumer avec 5 ou 6 gouttes d'essence de violette avant d'ajouter en les incorporant délicatement les blancs d'œuf battus en neige ferme. Ajouter une douzaine de violettes candies et achever le soufflé.

Soufflé glacé



Mettre en place sur un moule à soufflé un collet réalisé en papier sulfurisé. Verser l'appareil à soufflé avec une petite louche à l'intérieur de chaque moule, jusqu'en haut du collet.

SOUFFLÉ GLACÉ Entremets glacé, dont seule la présentation rappelle le véritable soufflé cuit au four : l'appareil glacé est dressé dans un moule à soufflé ou une timbale ; la partie qui dépasse du rebord est maintenue par une bande de papier pendant la congélation.

Le soufflé glacé est fait soit d'une simple crème glacée, soit, le plus souvent, de couches superposées de mousse, de crème glacée ou d'appareil à parfait ou à bombe, diversement parfumés et colorés. On peut séparer les couches par des abaisses de biscuit imbibées de liqueur, des fonds à succès ou à dacquoise, de la marmelade de fruits, des fruits au sirop ou confits, etc. Le dessus est souvent décoré de crème Chantilly ou d'un décor en sucre.

RECETTE DE CHARLES BÉROT

soufflé glacé aux framboises

« Trier et nettoyer 400 g de framboises bien mûres ; réserver les 20 plus belles. Écraser les autres et les passer au tamis. Mélanger cette purée avec son poids de sucre semoule et ajouter 1/2 litre de crème Chantilly. Monter 2 blancs d'œuf en neige très ferme avec une pincée de sel, en les sucrant ; lorsqu'ils sont à moitié montés, les incorporer au reste, puis verser le mélange dans une timbale à soufflé, que l'on aura entourée d'une bande de papier sulfurisé et beurré dépassant de 6 cm la hauteur du moule. Mettre dans le freezer pendant 8 heures au moins. Lorsque le soufflé est ferme, enlever la bande de papier. Décorer avec les framboises réservées et servir avec une légère marmelade de framboise fraîche. »

SOUMAINTRAIN Fromage de lait de vache (45 % de matières grasses), à pâte molle et à croûte lavée, rougeâtre et humide. Fabriqué dans l'Yonne, le soumaintrain se présente sous la forme d'un disque de 12 à 13 cm de diamètre et de 2,5 à 3 cm d'épaisseur.

SOUPE Mets liquide chaud. À l'origine, la soupe était une tranche de pain sur laquelle on versait du bouillon, du vin, une sauce ou un apprêt liquide.

Aujourd'hui, la soupe est un potage ni passé ni lié, mais souvent épaissi par du pain, des pâtes, du riz, garni de viande ou de poisson et de légumes. Néanmoins, on emploie fréquemment le mot « soupe » comme synonyme de « potage ».

Dans tous les pays, la soupe est un mets de base d'antique tradition. Vers le XVIIIe siècle, le terme de « potage » remplaça celui de soupe, jugé trivial et qui désigne toujours pourtant un apprêt régional, aux variantes innombrables, tant en France qu'à l'étranger.

soupe albigeoise

Dans une marmite remplie d'eau salée, faire bouillir du plat-de-côte (bœuf), un pied de veau, un morceau de porc salé et du saucisson à cuire, avec, comme légumes, du chou, des carottes, des navets, des poireaux et des pommes de terre ; ajouter à la cuisson 1 tête entière d'ail pour une soupe de 6 personnes. Faire revenir au beurre des aiguillettes de confit d'oie et en garnir la soupe.

soupe à la bière

Verser dans une casserole 2 litres de bouillon de volaille, 3 dl de bière Dortmund et 250 g de mie de pain rassis. Saler, poivrer et laisser mijoter 30 min, à couvert. Passer au mixeur. Ajouter un peu de muscade râpée et 1 dl de crème fraîche. Rectifier l'assaisonnement et servir bouillant.

soupe aux boulettes de foie à la hongroise

Dorer vivement dans 15 g de saindoux 150 g de foie de veau ou des foies de volaille coupés en dés ; saler, poivrer ; étuver au beurre 50 g d'oignons émincés. Passer le tout au mixeur. Ajouter 1 cuillerée à soupe de persil haché, 1 gros œuf, 50 g de beurre, du sel, du poivre, 1 cuillerée à café rase de paprika et 1 grosse pincée de muscade râpée. Façonner avec cette préparation des petites boulettes et les pocher 15 min dans un bouillon. Préparer 1,5 litre de consommé de volaille et le servir garni de boulettes.

soupe aux cerises

Beurrer des carrés de pain de campagne. Les poudrer de farine et les dorer des deux côtés au beurre. Faire chauffer des cerises dénoyautées au naturel dans un mélange de vin rouge et d'eau en proportions égales. Poudrer d'un peu de sel, de poivre et de sucre. Verser sur les tranches de pain, dans chaque assiette.

soupe aux clams (clam chowder)

Couper en dés 100 g de lard salé, 1 oignon moyen, 2 branches de céleri, 1 poivron rouge et 1 poivron vert. Blanchir le lard 3 min, puis le rafraîchir, l'éponger et le faire fondre au beurre, dans une cocotte, sans le laisser colorer. Ajouter les légumes, parsemer de 1 cuillerée à soupe de farine et cuire 2 min en remuant. Mouiller de 1,5 litre de bouillon et porter à ébullition. Faire ouvrir 3 douzaines de clams à l'entrée du four chaud. Les parer, hacher les parures, les mettre avec l'eau des coquillages dans une casserole et 2 dl d'eau. Cuire 15 min, passer au tamis et ajouter ce bouillon à la soupe. Porter à ébullition, verser les clams dans la cocotte, faire de nouveau bouillir rapidement, couvrir et retirer du feu. Chauffer 3 dl de crème épaisse. Ajouter à la soupe 1 cuillerée à soupe de persil ciselé, 100 g de beurre et la crème bouillante.

soupe fassolada

Cuire longuement dans du bouillon des haricots blancs, du céleri et des carottes avec une purée de tomates et 2 cuillerées à soupe d'huile d'olive. Accompagner, comme en Grèce, de sardines et d'oignons frais.

RECETTE D'ALAIN DUTOURNIER

soupe glacée aux moules

« Passer au four 1 poivron rouge, puis le peler. Nettoyer 2 litres de moules et les faire ouvrir à feu vif avec 1/2 verre de vin blanc pendant 2 min. Les décoquiller, réserver la cuisson. Éplucher et épépiner 1 concombre, le couper en dés et faire dégorger ceux-ci au gros sel. Découper en rondelles 1/2 botte de radis. Écosser 500 g de fèves et les dérober. Laver et couper en petits dés 5 têtes de champignons, de préférence sauvages, et les citronner. Couper une moitié du poivron en lamelles, l'autre moitié en dés. Passer au mixeur 6 tomates pelées, les lamelles de poivron, le jus de cuisson des moules, 2 cuillerées à soupe d'huile d'olive, un peu de sauce anglaise et 10 gouttes de tabasco. Ajouter à cette préparation les dés et les rondelles de légumes, les fèves et les moules. Vérifier l'assaisonnement. Laisser quelques heures dans le réfrigérateur avant de servir. »

soupe aux gourganes

Dorer 75 g de lard gras coupé en lardons dans une marmite, puis y faire suer 30 g d'oignon haché. Ajouter 125 g de bœuf à bouillir coupé en dés, 100 g de gourganes pelées et 30 g d'orge perlé. Mouiller de 1,5 litre d'eau. Assaisonner de sel, de poivre et de marjolaine. Cuire de 1 heure à 1 h 30. Ajouter 120 g de carottes, 100 g de navets, 20 g de céleri, coupés en dés, 5 g de feuille de betterave et 5 g de feuille de laitue, ciselées, 75 g de pommes de terre détaillées en cubes et 20 g de fèves jaunes ciselées. Poursuivre la cuisson 30 min. Parsemer de persil et d'échalote hachés.

soupe au gras-double à la milanaise

Couper en julienne 500 g de gras-double de veau blanchi, rafraîchi et égoutté. Faire fondre dans une marmite 100 g de lard coupé en petits dés, 1 oignon moyen et 1 blanc de poireau, émincés ; ajouter la julienne de gras-double et dorer quelques minutes sur feu moyen. Poudrer d'une cuillerée de farine ; mouiller de 2 litres de bouillon ou d'eau ; porter à ébullition. Couper en petits morceaux le cœur d'un chou moyen, le blanchir 6 min à l'eau bouillante, puis l'égoutter. Peler, épépiner et concasser la pulpe de 2 tomates

bien mûres. Ajouter dans le bouillon le chou, les tomates, 5 cuillerées à soupe de petits pois et quelques petits bouquets de brocolis. Saler, poivrer et cuire 1 h 30 à gros bouillons. Servir très chaud.

soupe aux haricots verts (Bounenschlupp)
Laver et équeuter 750 g de haricots verts. Les couper en biais en morceaux de 1,5 cm. Les jeter avec un bouquet de sarriette dans 2 litres de bouillon de légumes en ébullition et cuire 25 min. Réaliser un roux brun et l'allonger avec du bouillon. Le passer et le verser dans la soupe. Incorporer 1 cuillerée à soupe de vinaigre et poursuivre la cuisson 15 min. Éplucher 500 g de pommes de terre et les détailler en cubes de 1 cm de côté. Les cuire 20 min dans la soupe. Accompagner de lardons et de tranches de saucisson cuit.

soupe au lait d'huître et galettes de sarrasin → HUÎTRE

soupe à l'oignon
Dorer au beurre 250 g d'oignons finement émincés, sans les laisser trop colorer. Lorsqu'ils sont presque cuits, encore al dente, les poudrer de 25 g de farine. Poursuivre la cuisson quelques instants en remuant avec une cuillère de bois, puis mouiller de 2 litres de consommé blanc. Aromatiser avec 2 cuillerées à soupe de porto ou de madère. Cuire 30 min. Verser dans une soupière sur du pain émincé et séché au four.

RECETTE DU RESTAURANT
RENÉ ALLOUIN, À MARSEILLE

soupe oursinade
« Nettoyer 2 kg de poissons de roche et de petits crabes verts ; tronçonner les poissons en morceaux de 5 à 6 cm. Préparer un roux avec 50 g de beurre et 70 g de farine. Verser dans une marmite 1,5 dl d'huile d'olive. Nettoyer et émincer 1 blanc de poireau, 1 petit bulbe de fenouil et 1 branche de céleri ; peler et écraser les gousses d'une tête d'ail ; éplucher et émincer 2 ou 3 oignons ; mettre le tout dans l'huile pas trop chaude et faire fondre doucement, en y ajoutant 3 branches de persil ; verser alors les poissons et les crabes dans la marmite et chauffer au maximum. Ajouter 1 branche de thym, 3 feuilles de laurier, 5 tomates fraîches pelées, épépinées et concassées et 100 g de concentré de tomate. Laisser s'exprimer le suc de tous les ingrédients pendant environ 10 min. Ajouter le roux, puis 1 bouteille de vin blanc, et compléter avec de l'eau (4 litres). Faire partir l'ébullition. Ajouter du sel et du poivre et laisser cuire à couvert sur feu moyen (ou dans le four préchauffé à 180 °C) pendant 1 heure au moins. Passer alors à la moulinette la totalité des ingrédients. Faire à nouveau bouillir cette soupe en y incorporant 2 douzaines d'oursins (eau et corail), 3 dl de crème fraîche et 100 g de beurre d'écrevisse. Laisser bouillir 5 min et passer le tout au chinois fin. »

soupe panade au gras
Retirer la croûte de 250 g de pain de mie rassis et émietter la mie. Peler et épépiner 500 g de tomates, puis concasser la pulpe. Éplucher et hacher 1 gros oignon. Chauffer 2 cuillerées à soupe d'huile dans une casserole et y faire blondir l'oignon, puis ajouter la tomate et cuire 5 min à couvert. Mouiller avec 1 litre de bouillon, ajouter 1 pincée d'origan en poudre, rectifier l'assaisonnement et poursuivre la cuisson 30 min. Verser 1/2 litre de bouillon sur la mie de pain, la laisser détremper, puis l'ajouter à la soupe et cuire 10 min encore. Passer alors le tout au tamis (ou au mixeur) et servir brûlant, éventuellement saupoudré d'herbes ciselées.

soupe panade au lait
Retirer la croûte de 250 g de pain de mie rassis, l'arroser avec 1 litre de lait bouillant et le laisser mitonner, puis faire cuire doucement pendant 15 min. Passer au mixeur et saler. On peut aussi sucrer cette panade, la poudrer de muscade ou l'enrichir d'un jaune d'œuf battu avec de la crème fraîche.

soupe au pistou
Effiler et équeuter 250 g de haricots verts et les couper en tronçons. Tailler 2 ou 3 courgettes en dés. Gratter 2 carottes et éplucher 1 navet ; les couper séparément en petits dés. Mettre les haricots verts et les carottes, du sel et du poivre dans 2,5 litres d'eau froide avec un bouquet garni, et porter à ébullition. Après 15 min de cuisson, ajouter les courgettes et le navet. Cuire 15 min encore, puis ajouter 200 g de gros vermicelle et poursuivre la cuisson 10 min. Piler au mortier la pulpe de 2 tomates très mûres, 5 gousses d'ail épluchées, 3 ou 4 cuillerées à soupe de feuilles fraîches de basilic et 75 g de parmesan râpé, en mouillant peu à peu de 4 cuillerées à soupe d'huile d'olive. Verser dans la soupe en pleine ébullition, puis retirer du feu et servir brûlant.

soupe aux poireaux et aux pommes de terre
Trancher le vert de 12 poireaux et en retirer les parties flétries. Peler et couper en quartiers 4 grosses pommes de terre. Émincer le vert de poireau et le faire fondre avec 30 g de beurre ; mouiller avec 1,5 litre d'eau bouillante, porter à ébullition, puis ajouter les pommes de terre ; saler, poivrer et laisser cuire doucement, à couvert, pendant 1 heure environ. Passer au moulin à légumes, verser dans la soupière, parsemer de persil ciselé et servir brûlant, avec des petites tranches de pain séchées au four.

RECETTE DE PAUL BOCUSE

soupe de potiron
« Éplucher 800 g de potiron bien mûr et le couper en cubes de 3 cm de côté. Éplucher 200 g de pommes de terre, les laver et les tailler aussi en cubes. Nettoyer 2 poireaux et les émincer finement. Dans un sautoir, faire suer les poireaux dans 15 g de beurre ; quand ils ont rendu toute leur eau, ajouter les dés de potiron et de pomme de terre

et mouiller d'eau à hauteur. Saler et cuire 20 min à couvert. Ajouter 10 cl de crème fraîche, laisser frémir 10 min, puis mixer. Rectifier l'assaisonnement de cette crème avec un peu de poivre du moulin et une râpée de muscade. Dorer dans 15 g de beurre 60 g de croûtons de pain de mie. Ajouter 10 cl de crème à la soupe, mixer de nouveau, et servir bouillant. Accompagner des croûtons et de 80 g de gruyère râpé. »

soupe de poulet à l'anglaise
Mettre dans une marmite 1 poulet moyen et mouiller de 1,75 litre de bouillon simple. Porter à ébullition, écumer, saler, puis ajouter 1 oignon piqué de 1 clou de girofle, 1 bouquet garni, 1 branche de céleri et 100 g de riz. Cuire doucement jusqu'à ce que la chair du poulet se détache des os. Égoutter la volaille et découper la viande en petits morceaux. Ôter le bouquet garni et l'oignon. Remettre la chair de poulet dans la marmite, ajouter 1,5 dl de brunoise et porter à ébullition. Servir brûlant.

soupe rustique d'épeautre du Contadour → ÉPEAUTRE

RECETTE DE PAUL BOCUSE,
DANS *BOCUSE À LA CARTE* (ÉD. FLAMMARION)

soupe aux truffes noires
« Répartissez 4 cuillerées de Noilly Prat et 75 cl de consommé double de volaille entre 4 petites soupières résistant au feu. Ajoutez en parts égales 4 truffes noires de 50 g coupées en tranches fines, 200 g de foie gras coupé en morceaux, 100 g d'un mélange de carottes, oignons, céleri et champignons, taillés en très petits dés et revenus au beurre, et 10 g de blanc de volaille cuit. Salez et poivrez. Posez sur chaque soupière un disque de pâte feuilletée et pressez bien les bords. Badigeonnez au jaune d'œuf battu et cuisez de 18 à 20 min au four préchauffé à 220 °C. »

SOUPER Repas fin, pris tard dans la soirée ou dans la nuit, à la sortie d'un spectacle ou entre amis. Anciennement, le mot désignait le repas du soir (aujourd'hui appelé « dîner »), constitué le plus souvent d'une soupe. C'est à partir du XVIIIe siècle que la mode du souper comme dîner intime et tardif s'imposa dans la haute société, qui copiait en cela les célèbres soupers du Régent : on y élaborait une cuisine raffinée, riche et extravagante, faisant alterner le gras (rognons de sanglier marinés) et le maigre (huîtres à la crème) suivis de gâteaux, tourtes, salades et entremets.

Cette habitude se poursuivit sous Louis XV ; marquises et duchesses s'exerçaient aux fourneaux, d'autant plus librement que la domesticité était souvent tenue à l'écart de ces soirées galantes, où s'échangeaient les mots d'esprit et où se montaient les cabales. Jusqu'au milieu du XIXe siècle, le souper constitua la conclusion nécessaire de toute soirée réussie ; lorsqu'il s'agissait d'un bal, c'était l'orchestre qui donnait le signal du souper par une fanfare. Puis, peu à peu, on l'abandonna, car il revenait trop cher et causait trop d'embarras. Il fut parfois remplacé par des buffets ou des rafraîchissements. Néanmoins, le souper intime resta l'apanage d'une élite raffinée, et les restaurateurs en gardèrent la pratique, notamment ceux qui disposaient de cabinets particuliers.

De nos jours, on soupe encore parfois à la sortie d'un spectacle, chez soi ou au restaurant, souvent avec un plateau d'huîtres, du foie gras ou quelque mets raffiné, parfois avec des plats traditionnels comme la gratinée à l'oignon ou la pièce de bœuf grillée.

SOUPIÈRE Récipient creux, large et profond, muni de deux poignées, utilisé pour servir la soupe ou le potage. Un couvercle, parfois avec une encoche pour le passage de la louche, conserve l'apprêt au chaud. Dans cette pièce, traditionnelle dans les campagnes, on sert néanmoins des mets raffinés, comme les bisques et les veloutés, d'où la présence, parmi les soupières, de pièces d'orfèvrerie ou de porcelaine fine ; les soupes régionales, épaisses, consistantes, avec des ingrédients solides, se servent plutôt dans des récipients de faïence, de terre vernissée, de porcelaine à feu, etc.

SOURIS Partie musculaire maigre et tendineuse attenante au manche du gigot. Striée de gélatine, elle est très tendre après cuisson ; on la mange seule ou on l'accompagne d'une tranche de gigot saignante, avec laquelle elle crée un délicieux contraste de saveurs apprécié des amateurs.

SOUR MASH Variété de corn whiskey produite aux États-Unis, dans le Tennessee (voir tableau des whiskeys et des whiskys page 1115). Le sour mash est préparé avec une « bouillie acide » provenant d'une fermentation antérieure ; le mélange, appelé « beer », est ensuite distillé en alambic à colonne.

SOUS-MARIN Spécialité canadienne composée d'un morceau de pain long garni de charcuterie, de fromage, etc.

SOUS VIDE Procédé de conservation consistant à cuire, entre 58 et 63 °C, des aliments crus en l'absence d'air, dans un emballage hermétique ; il permet de préserver les qualités organoleptiques et garantit une fraîcheur et une hygiène parfaites. Les produits traités sous vide se conservent de quelques jours à plusieurs semaines au réfrigérateur, entre 3 et 5 °C.

SOUTHERN COMFORT Liqueur américaine obtenue par macération, durant six à huit mois, de pêches dans du bourbon ; avant l'embouteillage, on ajoute à cette préparation des essences de citron, des extraits et du sucre. Le southern comfort se sert généralement sur de la glace.

▶
Soupe aux truffes noires
Recette de Paul Bocuse


Palais de l'Elysée
1975

SOUVAROV Nom d'un apprêt du gibier à plume, applicable à la poularde ; il consiste à farcir l'oiseau (foie gras et truffe), à le poêler aux trois quarts et à finir la cuisson dans une cocotte lutée, avec un mouillement fait du déglaçage de la poêle à la demi-glace, au fumet de truffe et au madère. Le foie gras Souvarov est également raidi au beurre, puis cuit en terrine lutée, avec des truffes et de la demi-glace aromatisée à la truffe.

Le nom, déformé en Souvaroff ou Souwaroff, a aussi été donné à un petit-four frais, constitué de deux petits sablés assemblés par de la confiture.

▶ **Recette** : PETIT-FOUR.

SOUVEREYNS (ROGER) Cuisinier belge (1938). Après son apprentissage de la cuisine française à Liège, Roger Souvereyns ouvre, à l'âge de vingt-trois ans, la *Frituur*, à Hasselt, puis il dirige, à partir de 1972, le *Clou doré*, à Liège, tout en s'occupant d'un service traiteur et d'un magasin d'antiquités à Hasselt. En 1983, dans une vieille ferme datant de 1742 et située dans les environs de cette même ville, il crée le *Scholteshof*, un restaurant meublé et décoré avec raffinement au milieu de seize hectares de potagers, de vergers et de prés. Sa cuisine, qui obtient deux étoiles Michelin, se veut attentive aux produits, afin d'en exprimer les saveurs et les textures par des préparations simples.

SOYER (ALEXIS) Cuisinier français (Meaux 1810 - Londres 1858). Ayant débuté à seize ans chez *Grignon*, à Paris, il devint chef en second des cuisines du ministère des Affaires étrangères, puis émigra en Grande-Bretagne après la révolution de juillet 1830, où il installa les cuisines du *Reform Club*. Après la mort subite de sa femme, Alexis Soyer se consacra à des œuvres de bienfaisance, ouvrant à Londres et à Dublin des cantines pour les déshérités. Il conçut pour l'armée une « cuisine de camp et de bivouac économique », et imagina aussi un « fourneau magique », ancêtre du réchaud de table, alimenté par des vapeurs d'alcool enflammées. Il rédigea plusieurs ouvrages, tantôt pour les gourmets fortunés, tantôt pour les plus démunis, tels *The Gastronomic Regenerator* (1846), *The Poor Man's Regenerator* (1848) [« le Régénérateur du pauvre »] et *A Shilling Cookery* (1854) [« la Cuisine pour un shilling »].

SPAGHETTIS Pâtes alimentaires originaires de Naples. Les spaghettis sont de longs cylindres pleins, très fins. De fabrication ménagère ancestrale, ils furent commercialisés sous la Renaissance, en même temps que les macaronis.

■ **Apprêts.** Cuits al dente, les spaghettis sont traditionnellement servis avec de la sauce tomate et du parmesan, en accompagnement de viande ou de volaille. Néanmoins, il existe nombre d'autres recettes originales, notamment dans le Latium : *a cacio e pepe* (au fromage et au poivre), *alla carrettiera* (« à la charretière », avec des champignons et du thon), *con le vongole* (avec des petits coquillages et du persil haché), all'amatriciana. À Naples, on les apprécie avec une sauce aux clams, ou garnis de champignons, de petits pois et de mozzarella, ou encore *alla zappatora* (« à la sapeur », au poivron et au piment). À Capri, ils se cuisinent avec du calmar. En Ombrie, enfin, ils s'accommodent avec des truffes blanches hachées, marinées dans de l'huile d'olive avec de l'ail et des anchois.

Hors d'Italie, les spaghettis sont surtout apprêtés « à la napolitaine » (au jus de viande ou à la sauce tomate), « à la bolognaise » (avec une sauce faite de viande hachée, d'aromates et de tomate) et « alla carbonara ».

spaghetti alla botarga

Cuire al dente 600 g de spaghettis. Dans un poêlon, dorer 1 piment fort et 2 gousses d'ail dans 1/2 verre d'huile d'olive extravierge. Égoutter les spaghettis et les verser dans le poêlon. Bien mélanger. Hors du feu, ajouter 150 g de poutargue émiettée, 1 cuillerée de persil haché et quelques gouttes de jus de citron.

spaghetti alla carbonara

Dans une grande soupière, battre 2 œufs entiers et 4 jaunes avec 200 g de parmesan fraîchement râpé, du sel et du poivre. Ajouter 3 dl d'huile d'olive extravierge et 50 g de beurre en petits morceaux. Dans une poêle, dorer 150 g de pancetta coupée en dés avec quelques gouttes d'huile d'olive. Égoutter et réserver. Dans la même poêle, faire blondir 150 g d'oignons épluchés et émincés finement. Ajouter la pancetta et, peu à peu, 1/2 verre de vin blanc. Verser le tout, tiède, dans la soupière. Cuire al dente 600 g de spaghettis. Avant de les égoutter, allonger la sauce aux œufs de quelques cuillerées à soupe d'eau de cuisson des pâtes. Bien remuer. Égoutter les spaghettis et les verser dans la soupière. Mélanger longuement pour éliminer la vapeur et servir.

spaghetti all'amatriciana

Couper 200 g de pancetta en petits dés et les dorer dans une poêle avec un peu d'huile d'olive extravierge et 1 piment. Ajouter, sur feu vif, 1/2 verre de vin blanc sec et 1 kg de tomates pelées en les écrasant à la fourchette ; leur eau doit s'évaporer complètement. Cuire al dente 600 g de spaghettis. Les égoutter et les verser dans la poêle. Remuer et saupoudrer de 100 g de pecorino romano râpé. Servir très chaud.

SPALLA Spécialité de la charcuterie italienne, faite comme la coppa, mais avec de l'épaule de porc, désossée, parée, salée, puis enveloppée et ficelée en boyau, poivrée et à peine séchée.

SPARE RIBS Morceaux de travers de porc (haut de côtes) que les Américains font griller au barbecue, après les avoir fait macérer dans un mélange de sauce soja, de ketchup, de sucre et de gingembre.

SPÄTLESE Vin blanc doux allemand, élaboré avec des raisins vendangés tardivement, par rapport à la date en général très précoce des vendanges en Allemagne.

SPATULE Ustensile de cuisine composé d'une longue lame rectangulaire, plate et flexible, à bout arrondi, montée sur un manche court. La spatule sert à masquer un gâteau de crème ou de fondant, à égaliser le dessus d'une préparation, à décoller et à retourner dans une poêle certains apprêts.
– La spatule à poisson, à lame large et plate, parfois perforée, munie d'un manche plat, est conçue pour retourner et servir les poissons entiers et les gros filets.
– La spatule à réduire, à lame large et carrée, à long manche plat, sert à remuer liquides, sauces ou crèmes en cours de cuisson, pour les empêcher d'attacher.
– La spatule de bois (hêtre ou buis) est destinée à mélanger et à travailler divers appareils, à cru ou sur le feu (notamment pour ne pas rayer le récipient).
– La spatule en caoutchouc ou en plastique est utilisée pour racler le fond des ustensiles de préparation.
– La spatule coudée a une lame coudée du côté du manche afin que celui-ci soit relevé tout en restant parallèle à la lame, ce qui permet de servir plus facilement, les terrines notamment.

SPÄTZLES Spécialité commune à l'Alsace, à la Suisse et à l'Allemagne du Sud. Ce sont de petites nouilles irrégulières dont la pâte est faite de semoule de blé dur ou de farine et d'œufs, pochées à l'eau bouillante. On les sert en garniture de viande en sauce ou en entrée, au gratin, avec de la crème ou du beurre noisette, ou même des petits croûtons frits. Dans le Wurtemberg, les Spätzles sont presque des petites quenelles, dont la pâte comporte de la purée de foie ou du fromage. En Alsace, on écrit également Spätzele ou Spetzli, et en Suisse romande, Spaetzli.

Spätzles au beurre noisette

Mélanger intimement 500 g de farine tamisée, 4 ou 5 œufs entiers, 2 cuillerées à soupe de crème épaisse et 1 cuillerée à café de sel fin ; poivrer et mettre un peu de noix de muscade. Porter à ébullition une grande quantité d'eau salée. Prélever la pâte avec une petite cuillère et la faire tomber dans l'eau bouillante en s'aidant d'une seconde cuillère pour la mouler en petites boulettes. Laisser pocher les Spätzles jusqu'à ce qu'ils remontent à la surface. Les égoutter, les éponger sur du papier absorbant et les servir brûlants.

SPÉCULOS Petits gâteaux plats de la pâtisserie belge, faits de pâte moulée ou découpée à l'emporte-pièce, en forme de personnages folkloriques ou traditionnels. Les spéculos (ou speculoos), indissociables des foires et des kermesses flamandes, se retrouvent en Allemagne du Sud avec les *Spekulatius*.

spéculos

Mettre en fontaine 500 g de farine tamisée avec, au centre, 1 pincée de sel, 1 cuillerée à café de bicarbonate de soude, 1/2 cuillerée à soupe de cannelle en poudre, 3 œufs, 4 clous de girofle finement écrasés, 300 g de cassonade et 250 g de beurre ramolli. Bien mélanger ces ingrédients en y incorporant peu à peu la farine. Former une boule avec cette pâte et la laisser reposer dans un endroit frais jusqu'au lendemain. La partager en plusieurs morceaux et les abaisser au rouleau. Les presser dans des moules à spéculos farinés. Démouler sur une tôle légèrement beurrée et cuire au four préchauffé à 190 °C jusqu'à ce que les gâteaux soient bien dorés.

SPOOM Sorte de sorbet mousseux, apprécié en Angleterre, préparé avec un sirop moins concentré que celui du sorbet, auquel on ajoute, quand il commence à prendre, la moitié de son volume de meringue à l'italienne.

SPRAT Petit poisson de la famille des clupéidés, voisin de la sardine, au dos bleu-vert et aux flancs argentés. Mesurant de douze à quinze centimètres de long, le sprat est surtout pêché dans la Baltique, la mer du Nord et la Manche, mais il se rencontre aussi dans l'Atlantique, notamment en Bretagne. Frais, les sprats se préparent généralement en friture ; mais ils sont pour la plupart commercialisés fumés, en conserve ou marinés. Ils sont très utilisés dans la cuisine scandinave (gratins, canapés, salades).

STABILISANT Additif alimentaire (voir ce mot) servant d'agent de texture, pour conserver à un produit une consistance déterminée. Les stabilisants sont généralement associés à un émulsifiant, un épaississant ou un gélifiant. Les plus utilisés sont la lécithine (jaune d'œuf), l'acide tartrique, les alginates, l'agar-agar, les graines de caroube, de tamarin, de guar, les pectines.

STANDARDISATION Traitement physique permettant d'ajuster les composants d'un produit sur des normes définies. La standardisation – ou normalisation – est couramment utilisée dans l'industrie laitière pour produire des laits à teneur en matières grasses définie par la réglementation : entier (36 g par litre), demi-écrémé (de 15,45 à 18 g par litre) ou écrémé (moins de 3,09 g par litre). Elle s'applique aussi aux protéines en Australie et en Californie, mais pas encore en Europe.

STANLEY Nom de divers apprêts à l'oignon, où intervient en outre du cari, dédiés à l'explorateur britannique Henry Stanley (1841-1904). Les œufs Stanley, mollets ou pochés, sont dressés en tartelette garnie de purée Soubise, et nappés de sauce au cari. Le poulet Stanley est poché ou sauté à blanc avec des oignons, puis nappé d'une sauce Soubise relevée de cari.

STEAK Mot anglais, signifiant « tranche », employé pour le bœuf comme synonyme de « bifteck ». Le steak est grillé ou poêlé. Selon le degré de cuisson, il sera « bleu », « saignant », « à point » ou « bien cuit ». Un steak épais est un chateaubriant ; très épais, c'est un pavé.

On emploie aussi le mot pour certains apprêts, comme le steak tartare ou le steak au poivre.

▶ **Recettes** : BŒUF, MORUE.

STEAK AND KIDNEY PIE Tourte de la cuisine britannique, préparée avec du bœuf maigre et du rognon. Cuit sous une croûte de pâte dans un plat à pie, le steak and kidney pie constitue une entrée chaude ; jadis, il figurait aussi sur le buffet du breakfast.

steak and kidney pie

Faire durcir 4 œufs. Couper en languettes fines 250 g d'aiguillette ou de macreuse de bœuf. Nettoyer 1 rognon de génisse et le couper en petits morceaux. Éplucher 500 g de pommes de terre et les couper en tranches. Peler et émincer 2 oignons, puis hacher 1 petit bouquet de persil. Beurrer un plat à pie. Y disposer la moitié de la viande mélangée avec le rognon ; saler et poivrer légèrement, puis parsemer d'un peu de persil haché. Recouvrir d'une couche de pommes de terre, puis des œufs coupés en rondelles. Parsemer d'oignon et disposer enfin le reste de la viande. Ajouter 1 petit verre de bouillon. Garnir le tour du plat d'une bande de pâte à foncer, la dorer à l'œuf, puis recouvrir tout le plat de pâte à foncer ou feuilletée. La strier et la dorer également à l'œuf. Enfoncer une petite douille unie au milieu du couvercle de pâte, et cuire 1 h 15 au four préchauffé à 190 °C. Servir brûlant dans le plat de cuisson.

STEGT SILD I LAGE Préparation scandinave du hareng frais. Le poisson est désarêté, vidé, badigeonné d'un mélange moutarde-persil, replié tête-queue, puis fariné et frit. Il est ensuite mis à mariner quelques heures dans un mélange de vinaigre, d'eau, de poivre, de sucre et de laurier. Le stegt sild i lage se consomme froid avec des câpres et des oignons.

STÉRILISATEUR Récipient fermé par un couvercle, destiné à la stérilisation des conserves ménagères (au niveau industriel, on emploie des autoclaves).

– Le stérilisateur simple, muni de deux poignées, est fabriqué en tôle galvanisée.

– Le stérilisateur électrique, de volume nettement plus réduit, est fabriqué en plastique résistant à la chaleur et équipé d'un thermostat.

Le stérilisateur présente l'inconvénient de ne pas élever la température de l'eau au-dessus de son point d'ébullition, ce qui oblige à saler celle-ci à saturation (250 g de sel par litre) pour obtenir une ébullition à 108 °C, alors que la température de stérilisation correcte est comprise entre 110 et 115 °C.

STÉRILISATION Procédé de longue conservation, obtenue par destruction de la totalité des micro-organismes et des enzymes susceptibles d'altérer un aliment. La stérilisation s'obtient en chauffant l'aliment à plus de 100 °C (de préférence entre 110 et 115 °C), après l'avoir enfermé dans un récipient hermétique.

La stérilisation « à cœur » nécessite l'emploi d'une température convenable pendant un laps de temps suffisant, mais, pour préserver les qualités nutritives et gustatives du produit, les méthodes industrielles se diversifient de plus en plus (agitation des récipients pour les fluides, ou utilisation de températures très élevées, pendant un temps très court). Encore appelée « appertisation » (voir ce mot), la stérilisation reste un procédé courant de conservation ménagère.

Les fruits et légumes sont préalablement épluchés, parés, lavés, parfois blanchis à l'eau bouillante, puis mis dans des récipients résistant à une forte chaleur ; on les recouvre, avant fermeture, d'une solution saline ou sucrée, parfois additionnée de jus de citron pour conserver la couleur naturelle de l'aliment et en augmenter l'acidité, facteur de bonne conservation. Les récipients clos sont alors placés dans un stérilisateur ou un autoclave.

STILLIGOUTTE Dispositif fixé sur une bouteille, permettant de doser les boissons très fortes, concentrées, ou dont on n'utilise que « quelques gouttes ».

STILTON Fromage anglais de lait de vache enrichi (50 % de matières grasses), à pâte persillée et à croûte brune naturelle brossée (voir tableau des fromages étrangers page 498). Le stilton (qui porte le nom du village où il a été créé) se présente sous la forme d'un cylindre de 15 cm de diamètre et de 25 cm d'épaisseur, pesant de 4 à 4,5 kg. Considéré comme l'un des meilleurs fromages du monde, il a une saveur très prononcée. On l'accompagne de crackers, d'un verre de vieux porto, de noix fraîches ou de raisin frais. Certains découpent une calotte sur le dessus pour y verser du porto, du madère ou du xérès, puis le dégustent au bout d'une semaine ou deux, à la petite cuillère.

STOCKFISCH Morue salée et séchée à l'air, qui est l'ingrédient de base de plats traditionnels tant en Scandinavie que dans le sud et le centre de la France. Ce terme vient de l'allemand *Stock* (bâton) et *Fisch* (poisson), car la morue était autrefois séchée sur des bâtons.

▶ **Recettes** : ESTOFINADO, SOUFFLÉ.

STOEMP Mélange flamand de pommes de terre cuites à l'eau, puis écrasées, et de légumes (chou de Savoie, chou rouge, parfois céleri) coupés menu. La bouillie obtenue est souvent additionnée de dés de lard rissolés à la poêle.

STOHRER Pâtissier parisien, installé au début du XIXe siècle au 51 de la rue Montorgueil, dans le quartier des Halles ; le magasin est encore orné des panneaux décoratifs des *Renommées*, peints par Paul Baudry en 1864. Stohrer connut la célébrité pour avoir fait découvrir à Paris le baba ; né en Lorraine, il en avait rapporté la recette de ce gâteau, créé à la cour du roi de Pologne à Lunéville. Les noisettines, les chocolatines et les puits d'amour font toujours partie des spécialités de la maison.

STOLLEN Sorte de pain brioché allemand aux fruits confits et aux diverses épices (vanille, cardamome, zeste de citron, fleur de muscade), traditionnel à Noël, dont il existe plusieurs recettes. Le Stollen le plus connu est celui de Dresde.

STOUT Bière brune anglaise et irlandaise, contenant une forte proportion de houblon. Les stouts existent en version *bitter* (amer), la plus largement répandue, douce (*milk stout*, moins fort) ou très forte (*russian stout*, plus rare).

STRACCHINO Fromage italien de lait de vache (48 % de matières grasses), à croûte lavée et à pâte molle légèrement pressée. Le stracchino se présente sous la forme d'un cube ou d'un parallélépipède de 1 à 2 kg. Il a une texture fondante et une saveur plutôt fruitée.

STRASBOURGEOISE (À LA) Se dit de grosses pièces de boucherie et de volailles braisées ou poêlées, garnies de choucroute braisée, de lamelles de lard de poitrine cuit avec la choucroute et d'escalopes de foie gras sautées au beurre ; le déglaçage fournit la sauce. Les tournedos « à la strasbourgeoise » sont sautés, dressés sur des escalopes de foie gras et saucés du déglaçage à la demi-glace relevée de madère, tandis que le consommé est aromatisé aux baies de genièvre, lié à la fécule, garni d'une julienne de chou rouge et de rondelles de saucisse de Strasbourg, et servi avec du raifort râpé à part.

STREUSEL Brioche alsacienne ronde, recouverte d'une pâte sablée sans œufs, parfumée à la vanille et à la cannelle, et éventuellement additionnée d'amandes en poudre, qui cuit en même temps que la pâte du gâteau. Le Streusel est parfois fendu en deux et fourré de crème.

STROGANOV Nom donné à un apprêt de bœuf émincé, nappé de crème, garni d'oignons et de champignons. Ce plat traditionnel de la cuisine russe classique est connu en Europe depuis le XVIIIe siècle et a été interprété diversement.

Il se prépare avec de minces lamelles de viande de bœuf (filet, contre-filet ou romsteck) salées, poivrées, poudrées de paprika et sautées à feu vif, puis saucées du déglaçage au vin blanc, à la crème et au fond de veau lié, additionné d'oignons sués au beurre ; le bœuf Stroganov est servi avec du riz pilaf et des champignons sautés.

Une version peut-être plus « russe » consiste à faire revenir oignons et champignons ensemble, puis à leur ajouter la viande découpée en lamelles, qui a été préalablement sautée, et à additionner le tout d'un roux mouillé de crème aigre, relevé de moutarde et de jus de citron.

▶ **Recette** : BŒUF.

STROPHAIRE À ANNEAU RUGUEUX Champignon d'une taille exceptionnelle parmi sa famille, parfois appelé « cèpe de paille ». C'est le seul strophaire qui présente un intérêt culinaire, même s'il ne supporte aucune comparaison avec les cèpes. Son pied présente un anneau charnu pulpeux, profondément strié sur sa face supérieure. Sa culture sur paille de céréales est assez répandue dans les pays d'Europe centrale, ainsi qu'en Allemagne et en Suisse.

STRUDEL Pâtisserie viennoise roulée et diversement fourrée, dont le nom signifie « tourbillon ». La réussite de ce gâteau, parmi les plus réputés du pays, exige une pâte à la farine de gluten d'une grande finesse, délicate à préparer et à manipuler. La garniture est en général à base de pommes à la cannelle et aux raisins secs, aromatisés au zeste de citron, mais peut être constituée de cerises (griottes dénoyautées, sucre, zeste de citron et amandes pilées) ou de fromage blanc (mélangé à des jaunes d'œuf, du zeste de citron, des raisins secs, de la crème et des blancs en neige). En Autriche, le Strudel se farcit aussi d'un appareil salé (bœuf bouilli haché avec de l'oignon, du paprika et du persil) ; une autre variante utilise du chou haché, cuit au four avec de la graisse et une pincée de sucre.

Strudel aux pommes

Mélanger dans un bol 1 tasse d'eau tiède avec 1 pincée de sel, 1 cuillerée à café de vinaigre et 1 jaune d'œuf ; ajouter 1 cuillerée à dessert d'huile. Disposer en fontaine dans une terrine 250 g de farine au gluten ; verser la préparation au centre, remuer avec la lame d'un couteau, puis pétrir l'ensemble jusqu'à ce que la pâte soit un peu élastique ; la ramasser en boule, la poser sur une planche farinée, la couvrir d'une jatte ébouillantée et la laisser reposer 1 heure. Éplucher et couper en tout petits dés 1 kg de pommes acidulées ; les poudrer de 3 cuillerées à soupe de sucre semoule. Laver et éponger 200 g de raisins secs. Étaler un grand torchon fariné sur un plan de travail et y placer la pâte. L'étirer progressivement avec les doigts, jusqu'à ce qu'elle soit très fine, sans la déchirer. La badigeonner de beurre fondu. Couper les bords pour obtenir un grand rectangle régulier. Dorer dans 75 g de beurre fondu 1 poignée de chapelure blonde et 100 g de cerneaux de noix hachés ; étaler régulièrement ce mélange sur la pâte. Parsemer de pommes et de raisins secs, puis poudrer de 1/2 cuillerée à café de cannelle et de 8 cuillerées à soupe de sucre semoule. Rouler le rectangle de pâte en s'aidant du torchon pour enfermer tous les éléments, puis faire glisser le Strudel sur une tôle à pâtisserie beurrée. Le cuire de 40 à 45 min dans le four préchauffé à 230 °C. Le poudrer de sucre glace et le servir tiède.

STUCKI (HANS) Cuisinier suisse (Anet, canton de Berne, 1927). Après un apprentissage à l'hôtel *Beau-Rivage-Palace* de Lausanne-Ouchy, puis dans les principaux hôtels helvétiques, il reprend, en 1959, le restaurant *Bruderholz*, qu'il transforme entièrement en 1970. Cette maison cossue attire une clientèle soucieuse du travail bien fait et de la tradition de la grande cuisine. Adepte des produits de qualité, mais traités sans maniérisme, Hans Stucki renouvelle ses créations et sait faire partager sa passion pour les vins et les fromages suisses.

SUBRIC Petit apprêt fait d'éléments liés de sauce allemande ou de béchamel, d'œufs battus et de farine, de crème et de fromage râpé, etc. Sautés au beurre

clarifié, les subrics sont servis en hors-d'œuvre, en entrée chaude ou comme garniture, souvent accompagnés d'une sauce assez relevée.

On prépare également, avec du riz ou de la semoule, des subrics d'entremets servis avec de la confiture ou des fruits pochés. Autrefois, on les faisait cuire « sur les briques » chaudes du foyer, d'où leur nom.

subrics d'entremets au riz

Préparer 750 g de riz rond. Lui incorporer 100 g d'un salpicon de fruits confits macérés dans de la liqueur et étaler le mélange sur une plaque beurrée, en couche régulière de 3 ou 4 mm d'épaisseur. Badigeonner toute la surface de 40 g de beurre fondu et laisser refroidir. Détailler ce riz en disques, en anneaux ou en carrés, et les dorer des deux côtés à la poêle dans 40 g de beurre clarifié. Les dresser dans un plat de service et les garnir d'une cuillerée à café de gelée de groseille ou de framboise, de marmelade d'abricot ou d'un oreillon d'abricot poché au sirop.

subrics d'épinards

Cuire 750 g d'épinards à l'eau salée et les rafraîchir. Ajouter 1,5 dl de béchamel très réduite, 1 œuf entier et 3 jaunes, battus en omelette, puis 2 cuillerées à soupe de crème épaisse. Saler, poivrer et mettre un peu de noix de muscade ; laisser refroidir complètement. Mouler cette préparation en boulettes ou en palets et dorer ceux-ci 3 min à la poêle, des deux côtés, dans 40 g de beurre clarifié. Les servir brûlants, avec une sauce crème bien relevée de noix de muscade.

subrics de pommes de terre

Étuver légèrement au beurre 500 g de pommes de terre détaillées en petits dés, blanchies 2 min à l'eau salée, égouttées et épongées. Les lier, hors du feu, avec 2,5 dl de béchamel réduite. Ajouter 3 jaunes d'œuf et 1 œuf entier, du sel, du poivre et de la noix de muscade. Procéder ensuite comme pour les épinards.

SUC Liquide obtenu généralement en pressant un tissu animal ou végétal. Les sucs de fruits sont surtout utilisés en confiserie. L'emploi d'une centrifugeuse permet d'extraire les sucs de certains végétaux difficiles à presser, pour la confection de jus de légumes.

Le rôtissage ou la cuisson à la poêle d'une viande libère ses sucs, qui caramélisent au fond du récipient et permettent d'obtenir du jus par déglaçage.

suc de cerise

Équeuter et dénoyauter 1 kg de cerises rouges et 100 g de cerises noires. Presser les fruits à la main sur un tamis de crin placé au-dessus d'une terrine, en les écrasant bien ; passer la pulpe écrasée à la presse pour récupérer tout le jus, l'ajouter à celui qui se trouve déjà dans la terrine et laisser le tout fermenter à la température de 12-15 °C, en l'additionnant d'un volume égal d'alcool à 90 °C, jusqu'à ce que le suc ne soit plus troublé, soit 24 heures environ. Décanter et filtrer.

SUCCÈS Gâteau rond fait de deux fonds en pâte meringuée aux amandes, séparés par une couche de crème au beurre pralinée ou parfumée à la vanille et enrichie de nougatine concassée. Le dessus, masqué également de crème bien lissée, est décoré d'amandes effilées, de noisettes en sucre et de feuilles en pâte d'amande. Le fond à succès sert aussi à confectionner des petits-fours, le plus souvent fourrés de crème au beurre, ainsi que diverses pâtisseries contemporaines.

▶ **Recette** : FOND DE PÂTISSERIE.

SUCCULENT Qualificatif qui s'applique à un aliment contenant beaucoup de suc ou d'eau. Par extension, est dit « succulent » un mets qui procure une grande sensation de plaisir ; en ce sens, le mot devient synonyme de savoureux, exquis ou délicieux.

SUCETTE Confiserie de sucre cuit, généralement en forme de lancette plus ou moins épaisse, ou de boule de taille variable, montée sur un bâtonnet qui permet de la sucer en la tenant à la main, au lieu de la faire fondre dans sa bouche comme un bonbon.

SUCHET Nom donné à un apprêt réservé aux crustacés, qui sont d'abord cuits au court-bouillon. La queue est ensuite décortiquée et détaillée en escalopes, qui sont doucement tiédies dans du vin blanc avec une julienne de carotte, de céleri et de poireau, puis dressées avec les légumes dans les demi-carapaces. Celles-ci sont ensuite nappées du jus de cuisson additionné pour une moitié de vin blanc, pour l'autre de sauce Mornay légèrement montée au beurre, et enfin glacées sous la salamandre.

SUCRE Substance de saveur douce, se formant naturellement dans les feuilles de nombreuses plantes et se concentrant dans leurs racines ou leurs tiges. On extrait le sucre de l'érable au Canada, du palmier-dattier en Afrique, du sorgho, du raisin, etc., mais surtout de la canne à sucre dans les régions tropicales et de la betterave sucrière dans les régions tempérées.

Le sucre est un glucide (ou hydrate de carbone) soluble, un sucre rapide, par opposition aux amidons, sucres à assimilation lente.

Le terme « sucre », au singulier, est légalement réservé au sucre de canne ou de betterave, appelé officiellement « saccharose ». Au pluriel, il s'applique aussi au glucose (ou dextrose), extrait du maïs, au fructose (ou lévulose), qui est le sucre des fruits, au galactose, extrait du lactose (composant du lait) et au mannose, sucre de l'écorce d'orange.

■ **Histoire.** Quelques milliers d'années avant notre ère, on utilisait déjà le sucre en Asie, sous forme de sirop de canne, alors qu'en Europe le miel était la seule source de saveur sucrée, avec les fruits. Selon la légende, les Chinois et les Indiens ont su depuis toujours fabriquer du sucre cristallisé. Au IVe siècle avant J.-C., Alexandre le Grand rapporta, comme Darius avant lui, le « roseau sucré », dont on tirait le *çarkara,* cristal obtenu à partir du jus de la plante. La culture de celle-ci s'étendit dans le Bassin méditerranéen et en Afrique. Un nouvel aliment venait de naître.

Au XIIe siècle, grâce aux croisades, les Français découvrirent cette « épice », que les apothicaires commençaient à vendre, très cher, sous diverses formes. Le sucre allait permettre le développement de la confiserie et de la pâtisserie, mais on s'en servait couramment pour « assaisonner » les viandes et les mets salés.

Au XVe siècle, Espagnols et Portugais installèrent des plantations de canne dans leurs possessions africaines (Canaries, Madère, Cap-Vert), afin de se libérer du monopole des producteurs méditerranéens. Cette culture se répandit à Cuba, au Brésil et au Mexique, puis dans les îles de l'océan Indien, en Indonésie, et enfin jusqu'aux Philippines et en Océanie. Les Antilles, devenues « îles à sucre », approvisionnèrent dès lors les raffineries des ports européens.

Au XVIIe siècle, la vogue du café, du thé et du chocolat développa sensiblement la consommation du sucre. La première raffinerie française fut construite à Bordeaux en 1633, puis d'autres s'édifièrent à Rouen, à Nantes, à La Rochelle et à Marseille. La betterave restait ignorée, bien qu'Olivier de Serres eût signalé dès 1575 sa richesse en sucre. Ce n'est qu'en 1747 que l'Allemand Andreas Marggraf réussit à extraire du sucre de cette racine et à le solidifier. En 1786, son disciple Franz Karl Achard, d'origine française, tenta de passer à plus grande échelle, mais le rendement était encore faible, avec un prix de revient très élevé. En 1800, le Français Jean-Antoine Chaptal publia des conclusions décisives. Onze ans plus tard, son compatriote Benjamin Delessert mit au point, dans sa raffinerie de Passy, l'extraction industrielle du sucre de betterave, et, le 2 janvier 1812, il offrit à Napoléon Ier le premier pain de sucre. Aujourd'hui, pour cette production, la France tient la première place dans l'Union européenne et dans le monde pour le sucre de betterave, devant l'Allemagne et l'Ukraine.

■ **Fabrication.** Une fois récoltées, les betteraves et les cannes doivent être transformées rapidement pour ne pas s'appauvrir en sucre ; les sucreries sont donc implantées à proximité des cultures et tournent sans interruption pendant toute la « campagne sucrière » (70 à 80 jours entre septembre et décembre).

Caractéristiques des différentes présentations du sucre

présentations	origine	fabrication	aspect	utilisations
cassonade	canne	sucre brun cristallisé brut, après concentration sous vide et cristallisation des sirops	cristaux roux plus ou moins fins	recettes exotiques, anglaises
sirop de sucre, ou sucre liquide	canne ou betterave	sucre en solution	liquide incolore ou ambré	boissons exotiques (punch), pâtisserie (génoise), crème au beurre
sucre candi	betterave	sirop concentré, chaud, cristallisé lentement	cristaux blancs ou bruns plus ou moins gros	liqueurs, apéritifs maison
sucre pour confitures, ou sucre gélifiant	betterave	cristaux blancs avec pectine naturelle de fruits (0,4 à 1 %), acide citrique alimentaire	poudre blanche	confitures, sorbets
sucre cristallisé blanc, ou sucre cristal	canne ou betterave	recueilli après concentration sous vide et cristallisation des sirops	cristaux plus ou moins fins	punchage (gâteaux), macération (fruits), enrobage des pâtes de fruits, confitures
sucre glace	canne ou betterave	sucre cristallisé blanc broyé très fin, le plus souvent additionné d'amidon (2 ou 3 %)	poudre blanche impalpable	pâtisserie (décoration, glaçage), sucrage (gaufres, crêpes), recettes sans cuisson
sucre en morceaux	canne ou betterave	cristaux chauds, humides, compressés, moulés, agglomérés par séchage	dominos (5 ou 7 g) ou dés blancs ou roux	caramel, sirop de sucre, boissons, confitures
sucre en poudre	canne ou betterave	sucre cristallisé tamisé, broyé ou non	poudre blanche fine (cristaux 0,4 mm)	sucrage et enrobage (desserts), plats salés (adoucissant)
sucre vanillé	canne ou betterave	poudre aromatisée à la vanille naturelle (≥ 10 % de poudre ou d'essence de vanille)	poudre blanche, généralement en sachet	compotes, desserts, entremets
vergeoise	canne ou betterave	sirop coloré, parfumé par un premier sirop recuit ou un second sirop	moelleux, blond ou brun	pâtisserie, sucrage (gaufres, crêpes, tartes), spéculos

Le principe de la fabrication consiste à isoler le saccharose en éliminant successivement les autres constituants de la plante. Le jus de betterave est extrait des racines (découpées en « cossettes ») par diffusion dans de l'eau chaude ; le jus de canne est obtenu par broyage et pression des tiges. Ce jus est mélangé à du lait de chaux, qui retient les impuretés, puis additionné de gaz carbonique, qui les précipite. Contenant alors 13 % de sucre, il est soumis à une évaporation sous vide, qui élimine l'eau ; porté à l'ébullition, il se transforme en sirop à 65 % de sucre. La cristallisation de cette « masse cuite » est provoquée par addition de sucre glace (ensemencement) et se prolonge dans les malaxeurs. Après élimination de l'« eau mère » par essorage, le sucre recueilli est moulé ou broyé, séché et conditionné sous ses différentes formes.

Une sucrerie de canne fabrique encore principalement du sucre brut ; celui-ci est ensuite acheminé dans les raffineries des pays importateurs ; en revanche, une sucrerie de betterave produit aujourd'hui directement du sucre blanc, sans passer par le stade du raffinage. Celui-ci consiste en une refonte, recristallisation et turbinage des sirops épurés, et fournit des sucres purs ; il n'y a pas de différence entre le raffinage du sucre de canne et du sucre de betterave.

■ **Présentations.** La réglementation de l'Union européenne classe les sucres selon leur qualité.

• SUCRE BLANC OU SUCRE RAFFINÉ. De betterave ou de canne, il contient au moins 99,5 % de saccharose pur (et généralement plus de 99,9 %) ; il a une humidité inférieure à 0,06 %, une teneur en sucre inverti inférieure à 0,04, et comporte moins de « 8 points européens ».

• SUCRE CRISTALLISÉ. Issu de la cristallisation du sirop, il se présente en cristaux fins ; il est utilisé pour les confitures, les pâtes de fruits et les décors de pâtisserie.

• SUCRE EN POUDRE. Ce sucre cristallisé broyé et tamisé est conditionné en paquets de 500 g ou 1 kg, et sert pour préparer desserts, pâtisseries, glaces et entremets et pour sucrer laitages, boissons, crêpes, etc.

• SUCRE EN MORCEAUX. Il est obtenu par moulage de sucre cristallisé humidifié à chaud, puis séché pour souder les cristaux. Le « morceau de sucre » est une spécialité française ; il convient pour sucrer toutes les boissons chaudes, ainsi que pour préparer le sirop de sucre et le caramel. On distingue le sucre blanc en morceaux de calibre n° 3 (7 g chacun) ou n° 4 (5 g), le sucre de canne de luxe n° 2 (à gros cristaux brillants), le sucre de canne roux, le sucre pur canne (en petits dés blancs réguliers, ou en cubes irréguliers blancs ou bruns), le sucre en morceaux enveloppé par un, deux ou trois petits cubes.

• SUCRE ROUX. Il se compose de 85 à 99,5 % de saccharose et de certaines impuretés, qui lui donnent sa couleur plus ou moins accentuée et sa saveur caractéristique.

• SUCRE GLACE. Ce sucre cristallisé, broyé très finement en poudre impalpable, est additionné de 3 % d'amidon pour éviter sa prise en bloc ; il sert à poudrer, à décorer ou à enrober les pâtisseries cuites, et intervient beaucoup en confiserie.

• CASSONADE. Ce sucre roux de canne se présente sous forme cristallisée.

• VERGEOISE. Ce résidu solide du raffinage du sucre de betterave ou de canne donne un produit à consistance moelleuse, blond ou brun, de saveur accentuée, surtout employé dans la pâtisserie flamande.

• CANDI. Il se compose de très gros cristaux blancs ou bruns, obtenus par cristallisation à l'air de sucre blanc ou roux ; il est utilisé pour le champagne et pour le sucrage des liqueurs maison et des fruits à l'eau-de-vie.

• SUCRE LIQUIDE OU SIROP DE SUCRE. Cette solution de sucre incolore ou ambrée contient au moins 62 % de matières sèches (dont moins de 3 % de sucre inverti), et est destinée aux industries alimentaires, ainsi qu'à la préparation des punchs ou des desserts (1 cuillerée à soupe équivaut à 10 g de sucre).

• SUCRE INVERTI OU INTERVERTI. Obtenu par l'action d'acides sur du saccharose, il est composé par moitié de glucose et de fructose, avec un peu de saccharose non inverti ; il est utilisé par les pâtissiers professionnels et les industries sous forme de sucre liquide inverti (62 % de matière sèche, dont 3 à 5 % de sucre inverti) ou de sirop de sucre inverti (62 % de matière sèche, dont plus de 50 % de sucre inverti).

• SUCRE POUR CONFITURES. Ce sucre blanc additionné de pectine naturelle (0,4 à 1 %) et d'acide citrique (0,6 à 0,9 %), parfois remplacé partiellement par de l'acide tartrique facilite la prise des confitures et la réussite des sorbets maison. Il faut l'employer en suivant impérativement les indications portées sur l'emballage.

• SUCRE EN GRAINS. Il se compose de grains arrondis, ou « grêlons », obtenus par concassage de morceaux de sucre très pur, triés par grosseur au tamis ; il entre dans la fabrication des produits sucrés et des décors.

• SUCRE VANILLÉ. Ce sucre en poudre, additionné d'au moins 10 % d'extrait en poudre ou d'essence de vanille, est vendu en sachets de 7 g pour aromatiser entremets et pâtes de pâtisserie ; le sucre vanilliné, additionné de vanille synthétique ou d'un mélange d'éthylvanilline et d'extrait naturel de vanille, a les mêmes emplois.

• PASTILLAGE. Ce sucre glace additionné de gélatine, d'amidon, de fécule ou de gomme est destiné aux pâtissiers professionnels.

• PAIN DE SUCRE. Moulé en cône, enveloppé de papier bleu, il est aujourd'hui destiné aux pays arabes.

■ **Emplois.** Très rapidement assimilé, le sucre constitue le combustible nécessaire aux tissus de l'organisme, en particulier ceux des muscles et du cerveau ; le taux de glucose dans le sang doit rester constant (1 g par litre).

La consommation de sucre en France (34 kg par habitant et par an, contre 46,3 kg en Belgique, 37 kg au Canada et 40,8 en Suisse) se fait pour près de 60 % de manière indirecte avec les aliments industriels (biscuits, boissons aux fruits, chocolats, confiserie, crèmes glacées, desserts présucrés et yaourts).

Le sucre occupe une place importante dans l'alimentation, en raison de la diversité de ses fonctions. C'est d'abord un aliment hautement énergétique (400 Kcal pour 100 g), qui donne « un coup de fouet » instantané à l'organisme. C'est ensuite une friandise, une douceur ; c'est également un « condiment » qui intervient dans nombre de plats salés, car il exalte la saveur des autres aliments ; il intervient plus particulièrement pour le glaçage des oignons, carottes et

navets, ainsi que pour la caramélisation des sauces brunes. Il joue en outre une fonction importante de conservateur : pour les confitures, les fleurs cristallisées, les fruits confits ou glacés, les gelées et marmelades, et les pâtes de fruits.

Il est associé à de nombreuses boissons chaudes ou froides, dont il complète, renforce, améliore ou adoucit la saveur (café, chocolat, infusion, jus de fruits, sodas, thé) ; il joue le même rôle avec divers laitages, les salades de fruits, compotes et fruits rafraîchis.

Enfin, c'est l'un des ingrédients essentiels de la pâtisserie et des entremets de dessert : composant des pâtes de pâtisserie, des crèmes, élément du décor.

Il est indéniable que l'aliment sucré possède une forte valeur psychologique. Il fait l'objet d'une valorisation affective inconsciente, liée aux souvenirs d'enfance : bonbons en récompense, gâteaux du dimanche et des anniversaires, chocolats et marrons glacés de fin d'année, etc.

Il est en outre souvent un élément du rituel de l'hospitalité. Le dessert est, de tout temps et partout, le plat le plus riche de tendresse, préparé avec affection par la mère de famille. Baptêmes, anniversaires, fêtes et mariages, voire rites de mort (comme en Amérique du Sud), s'accompagnent toujours de gâteaux et de friandises.

Cuisson du sucre



1. *Pour vérifier la cuisson du sucre, en prélever un peu dans la casserole, en déposer sur le bout des doigts, puis tremper ceux-ci dans un bol d'eau glacée.*



2. *Le sucre est cuit « au filet » : quand on le tire entre le pouce et l'index, il file.*



3. *Le sucre est cuit « au petit boulé » : quand on le pose sur le bout des doigts, il forme une petite perle plate.*



4. *Le sucre est cuit « au grand boulé » : pressé entre les doigts, il forme une boule qui ne s'affaisse plus.*



5. *Le sucre est cuit « au petit cassé » : quand on le presse entre les doigts, il reste souple.*



6. *Le sucre est cuit « au grand cassé » : il se casse facilement entre les doigts.*

■ **Propriétés et cuisson.** Blanc, brillant, inodore et de saveur douce, le sucre est d'autant plus soluble dans l'eau que la température de celle-ci est élevée : un litre d'eau peut dissoudre deux kilos de sucre à 19 °C et près de cinq kilos à 100 °C ; en revanche, il est difficilement soluble dans l'alcool. Chauffé à sec, il commence à fondre vers 160 °C ; par refroidissement brusque, on obtient du sucre d'orge ; il devient caramel à partir de 170 °C et brûle vers 190 °C.

La cuisson du sucre se fait progressivement, dans un poêlon à fond épais, en cuivre non étamé (« casson ») ou en acier inoxydable, très propre et sans traces grasses. On choisit du sucre blanc raffiné (poudre ou, mieux, en morceaux), que l'on mouille à peine (300 g d'eau au maximum pour 1 kg de sucre). Le sucre raffiné étant le plus pur, il risque moins de cristalliser (« masser ») sous l'action d'une impureté ; pour plus de précautions, on ajoute 50 à 100 g de glucose (cristal ou liquide) par kilo de sucre, ou quelques gouttes de vinaigre ou de jus de citron. Il ne faut jamais remuer, mais simplement secouer le récipient.

La cuisson du sucre commence à feu doux, puis on augmente la température dès qu'il est dissous, en le surveillant constamment, car les différentes étapes, très proches les unes des autres, correspondent à des emplois particuliers. La mesure de la cuisson se fait soit manuellement (les caractéristiques physiques du sucre indiquant le point atteint), soit avec un pèse-sirop, qui évalue la densité, soit avec un thermomètre à cuisson du sucre, gradué jusqu'à 200 °C.

■ **Étapes de la cuisson.** Elles correspondent chacune à des utilisations particulières.

• **Nappé (100 °C).** Le sirop, absolument translucide, entre en ébullition ; quand on y trempe très vite une écumoire, il s'étend en nappe à sa surface. Emplois : baba, fruits au sirop, savarin.

• **Petit filé (103-105 °C).** Le sirop, plus épais, recueilli sur une cuillère, forme entre les doigts, qu'on a plongés dans de l'eau froide, puis rapidement dans le sirop de sucre, un filament très fin de 2 à 3 mm, qui se rompt facilement. Emplois : fruits confits, pâte d'amande.

• **Grand filé ou lissé (106-110 °C).** Le filet obtenu entre les doigts, plus résistant, atteint 5 mm. Emplois : crème au beurre, glaçage, recettes indiquant « sirop de sucre » sans autre précision.

• **Petit perlé (110-112 °C).** Le sirop se couvre en surface de bulles rondes ; recueilli sur une cuillère et pris entre les doigts, il forme un filet large et solide. Emplois : fondant, touron.

• **Grand perlé ou soufflé (113-115 °C).** Le filet de sucre étiré entre les doigts peut atteindre 2 cm ; s'il retombe en formant un fil tortillé (à 1 °C plus élevé), il est dit « en queue de cochon ». Quand on y plonge l'écumoire et que l'on souffle dessus, des bulles se forment de l'autre côté. Emplois : fruits déguisés, glaçage, marrons glacés, sirops pour confitures.

• **Petit boulé (116-125 °C).** Une goutte de sirop plongée dans l'eau froide forme une boule molle ; les bulles s'envolent de l'écumoire. Emplois : caramels mous, confitures et gelées, meringue italienne, nougat.

• **Grand boulé (126-135 °C).** La boule de sirop qui se forme dans l'eau froide est plus dure : des flocons neigeux s'échappent de l'écumoire. Emplois : caramel, confitures, décors en sucre, meringue italienne.

• **Petit cassé (136-140 °C).** La goutte de sirop durcit immédiatement dans l'eau froide, mais colle aux dents ; le sucre ne s'utilise pas à ce stade.

• **Grand cassé (145-155 °C).** La goutte de sirop plongée dans l'eau froide devient dure, cassante comme du verre, mais non collante ; le sucre se colore en jaune paille clair sur les bords de la casserole. Emplois : barbe à papa, bonbons de sucre cuit, décors de sucre filé, fleurs en sucre, sucre soufflé.

Préparer du sucre filé



1. *Cuire le sucre au filet, arrêter la cuisson et laisser épaissir le caramel. Plonger dedans deux fourchettes, en les tenant dos à dos ; tirer des fils et les déposer, en un va-et-vient rapide, sur un rouleau à pâtisserie.*



2. *Soulever délicatement les fils avec les doigts, assez rapidement, pour éviter qu'ils ne deviennent collants.*



3. *Enrouler ces cheveux d'ange sur eux-mêmes ou les déposer sur la pâtisserie de façon à former un voile.*

• Caramel clair (156-165 °C). Le sirop, qui ne contient presque plus d'eau, se transforme en sucre d'orge, puis en caramel ; d'abord jaune, il devient doré et brun. Emplois : aromatisation des entremets, bonbons et nougatine, caramélisation des moules, cheveux d'ange, crème caramel, glaçage, aromatisation des puddings.
• Caramel brun ou foncé (166-175 °C). Le sucre brunit et perd son pouvoir sucrant ; il faut sucrer les préparations à base de caramel plus ou moins foncé. Dernier stade de la cuisson avant la carbonisation, le caramel brun sert surtout à colorer sauces et bouillons.
■ **Façonnage.** Le sucre utilisé en pâtisserie peut être diversement façonné.
• Sucre filé. Cuit vers 155 °C et un peu refroidi, il est jeté à l'aide d'une fourchette, d'une certaine hauteur, au-dessus d'un rouleau à pâtisserie animé d'un mouvement de va-et-vient ; les filaments obtenus sont étendus sur un marbre, aplatis légèrement du plat d'un couteau pour obtenir des rubans, ou utilisés comme voile ; le sucre tiré peut aussi être satiné, coloré, etc.
• Sucre coulé. Cuit au cassé, éventuellement coloré, il est moulé dans des formes pour obtenir coupes, pompons, clochettes, etc.
• Sucre tourné (ou « massé »). Cuit pour lui faire perdre sa transparence, il est utilisé, entre autres, pour réaliser des fleurs.
• Sucre rocher. Cuit vers 125 °C et émulsionné avec de la glace royale, coloré ou non, il permet de réaliser les socles imitant l'architecture.
• Sucre soufflé. Cuit vers 145-150 °C, il est éventuellement coloré et soufflé comme du verre.

Le pâtissier réalise ainsi fleurs et feuilles en sucre tiré et coloré, rubans, nœuds et coques en sucre également tiré, fleurs en sucre tourné (laminé en plaques minces), rubans moirés (en bandes façonnées au-dessus d'une lampe à alcool et aplaties à la main sur une planche), corbeilles et paniers en sucre tressé (sucre filé en forme de cordelette, tressée et refroidie), sujets en sucre taillé, en sucre tassé ou foulé (humidifié et moulé, puis séché à l'étuve), aigrettes en sucre filé, etc. Les sucres colorés s'obtiennent avec du gros sucre semoule chauffé, puis mouillé avec des couleurs solubles à l'alcool.

Enfin, les sucres peuvent être aromatisés à l'aide de zeste d'agrume, de cannelle, d'anis, de girofle, de gingembre ou de pétales de fleurs séchés et pilés.

glace royale
Ajouter 175 g de sucre glace à 1 blanc d'œuf, avec 1 cuillerée à café de jus de citron, en remuant doucement, sans arrêt, de façon à obtenir un mélange assez consistant pour s'étaler sans couler ; cesser de travailler dès que la composition est homogène.

glace de sucre
Mélanger du sucre glace avec de l'eau ; l'aromatiser au café, au chocolat, à la liqueur, à la vanille, ou l'additionner de zeste d'orange, de mandarine ou de citron très finement râpé.

sucre de cannelle
Hacher 1 bâtonnet de cannelle avec 1 cuillerée de sucre semoule, puis piler le tout avec une seconde cuillerée de sucre semoule. Passer au tamis de soie. Piler de nouveau avec 1 cuillerée de sucre la cannelle qui n'a pas traversé le tamis.

sucre de fleur d'oranger
Faire sécher des fleurs d'oranger dans une étuve ou dans un four, de façon à obtenir 250 g de pétales secs. Leur ajouter 500 g de sucre semoule et bien piler au mortier, puis passer à travers un tamis très fin. Mettre ce sucre aromatisé dans un bocal, fermer hermétiquement et conserver au sec, à l'abri de la lumière.

sucre vanillé
Fendre 60 g de gousses de vanille et les hacher finement. Les piler au mortier avec 500 g de sucre en morceaux et passer au tamis de soie.

SUCRÉ Qualificatif désignant un aliment qui a la saveur du sucre. Le sucré est une des quatre saveurs fondamentales (avec l'acide, l'amer et le salé), qui est surtout perçue par le bout de la langue. Son goût de référence est celui du saccharose, que l'on extrait de la canne à sucre et de la betterave, mais il existe des centaines de substances naturellement sucrées (carotte, fruits, maïs, miel, etc.).

Quant aux édulcorants, qui « sucrent » certains produits alimentaires, ils n'ont pas les propriétés nutritionnelles du sucre, et notamment pas son contenu énergétique (voir ADDITIF ALIMENTAIRE).

SUCRE D'ORGE Bonbon de sucre cuit très ancien, fait, à l'origine, d'un mélange de sirop de sucre chaud et d'une décoction d'orge, qui le colorait. Remis à la mode après 1850, sous le second Empire, parce que Napoléon III l'appréciait, le sucre d'orge est devenu une spécialité de quelques villes d'eau (Cauterets, Évian, Plombières, Vichy, notamment).

C'est aujourd'hui un bonbon de sucre cuit sans orge, diversement parfumé, formé au pilulier en bâton rond ou découpé à la presse.

Le sucre d'orge de Tours est parfumé à la pomme ou à la cerise ; le sucre d'orge de Moret, de couleur ambrée, en forme de cœur marqué d'une croix a été créé en 1638 par les religieuses du couvent de Moret-sur-Loing (Seine-et-Marne) ; la recette, vendue après la Révolution française à un confiseur laïc de la ville, reste secrète. La bergamote de Nancy, le « granit » des Vosges et la pastille au miel de Saint-Benoît-sur-Loire (en forme de moinillon) sont également en sucre d'orge.

sucre d'orge à l'ancienne
Cuire 5 heures, sur feu doux, 250 g d'orge mondé mouillé de 5 litres d'eau. Passer cette gelée légère et blanche et la décanter. Ajouter 1 kg de sucre cuit au soufflé et cuire jusqu'au cassé, puis verser sur un marbre huilé. Dès que le sucre d'orge commence à refroidir, le détailler en bâtonnets et torsader ceux-ci.

SUCRE DE POMME Confiserie rouennaise créée vers le milieu du XVIe siècle. Le sucre de pomme s'obtenait autrefois avec une part de jus concentré de reinette cuite et trois parts de sirop de sucre cuit au grand cassé ; mais il devenait vite poisseux, opaque, puis mou. Aujourd'hui, on commence par cuire du sucre au grand cassé avec un peu de glucose, puis on lui ajoute de l'essence naturelle de pomme, avec quelques gouttes de jus de citron ; on obtient ainsi un sucre de pomme parfaitement transparent et de bonne conservation.

Il est traditionnellement présenté en bâtonnets, dans un étui gris et or sur fond blanc, créé en 1865 et décoré de la célèbre tour du Gros-Horloge de Rouen.

SUCRIER Récipient cylindrique ou oblong, souvent fermé par un couvercle, destiné à présenter à table le sucre en morceaux. Il fait parfois partie du service à thé ou à café et s'accompagne d'une pince à sucre. Les premiers modèles de sucrier, appelés « pots à sucre », sont apparus au XVIIIe siècle.

SUÈDE La cuisine suédoise est plus ouverte aux influences extérieures que celle de ses voisins et elle s'enorgueillit d'une tradition culinaire de cour, avec notamment la *slottsstek* (bœuf braisé à la royale, servi avec des airelles et des pommes de terre) ou le filet de bœuf Oskar (aux asperges et à la sauce béarnaise). Et, si le monumental buffet du smörgasbord (**voir** ce mot) demeure la fierté de toutes les maîtresses de maison, la cuisine familiale est plus simple et toujours très parfumée : aneth, marjolaine, raifort, thym accompagnent la plupart des plats.

■ **Plats principaux.** Ils se fondent souvent sur de riches mariages de goûts. Comme dans toute la Scandinavie, les produits de la mer sont à l'honneur en Suède, à commencer par le saumon (pudding au saumon) et le hareng. Le *surströmming*, un hareng de la Baltique salé et vieilli en conserve, a un goût aussi fort que son odeur ; il se consomme avec du pain d'orge, des oignons crus et de petites pommes de terre. L'écrevisse des rivières est très recherchée, et souvent cuite dans une eau parfumée à l'aneth.

Le bœuf et le porc sont les viandes les plus consommées. Là encore, les associations de saveurs sont étonnantes : ragoût de bœuf à la bière, bœuf à la Lindström (steak haché au jus de betterave, aux câpres et à l'oignon), épaule de porc aux airelles. La charcuterie est très variée : saucisses à frire, boudin et même soupe au sang.

Les nombreux élevages d'oies et de canards fournissent largement les tables, notamment au moment des fêtes (comme à la Saint-Martin, au mois de novembre), où l'on sert traditionnellement l'oie farcie aux pruneaux et aux pommes.

En Suède, la pomme de terre jouit d'une véritable vénération. Ses apprêts témoignent d'une grande inventivité : boulettes de pomme de terre farcies au porc ; pommes de terre coupées en deux et gorgées de crème fraîche, surmontées d'œufs de morue ; petites crêpes de pomme de terre à la ciboulette et au poivre ; *pytt i panna*, petits dés de pomme de terre et de viande sautés avec de l'oignon, persillés et servis avec un jaune d'œuf cru ; tentation de Janson, gratin de pommes de terre aux anchois et aux oignons.

■ **Fromages et desserts.** La Suède possède deux cents variétés de fromages de vache et de chèvre, parmi lesquels se distinguent le västerbotten, assez fort, et le kryddost, parfumé au cumin.

La pâtisserie est particulièrement riche et variée, souvent épicée avec safran et cardamome. Les fruits rouges (baies de sureau, cassis, myrtilles…) sont très appréciés et servent de base à de nombreux entremets, tout comme la pomme.

SUÉDOISE (À LA) Se dit de divers apprêts dont les éléments évoquent la cuisine scandinave. Les salades associent légumes, fruits, champignons, fromage et crustacés ou poissons. La mayonnaise « suédoise » est additionnée de raifort râpé et de marmelade de pomme sans sucre cuite au vin blanc. Le rôti de porc à la suédoise est farci de pruneaux dénoyautés et servi avec des pommes fruits, farcies comme lui.

▶ **Recettes** : ANCHOIS, SALADE.

SUER Cuire dans un corps gras, doucement, un ou plusieurs légumes, souvent taillés menu, pour leur faire perdre en partie ou complètement leur eau de végétation et concentrer leurs sucs dans la matière grasse. La modération de la chaleur permet d'éviter toute coloration, notamment pour les oignons ou les échalotes.

SUISSE La cuisine suisse reflète les grandes régions linguistiques du pays. Les cantons d'expression française connaissent les apprêts jurassiens et savoyards ; les cantons alémaniques partagent les traditions allemande et autrichienne, tandis que la cuisine tessinoise est proche de celle du nord de l'Italie. Quant aux Grisons, ils ont un répertoire assez original, et la Suisse centrale conserve d'antiques recettes à l'aigre-doux.

■ **Plats nationaux.** La charcuterie est sans aucun doute le dénominateur commun : assortiment de saucisses et saucissons, surtout fumés, viandes salées ou fumées et lard, qui garnissent la choucroute ou la potée.

La Suisse produit au moins cent cinquante fromages, dont certains restent de consommation locale. Les pâtes dures regroupent le gruyère, l'emmental, le sbrinz et les fromages « à rebibes » (**voir** ce mot) ; dans les pâtes mi-dures figurent le tilsit, le vacherin fribourgeois, l'appenzell et les fromages à raclette ; les pâtes molles sont dominées par le vacherin Mont-d'Or.

Le chocolat, lui, est la carte de visite culinaire du pays, et l'industrie chocolatière mérite sa réputation.

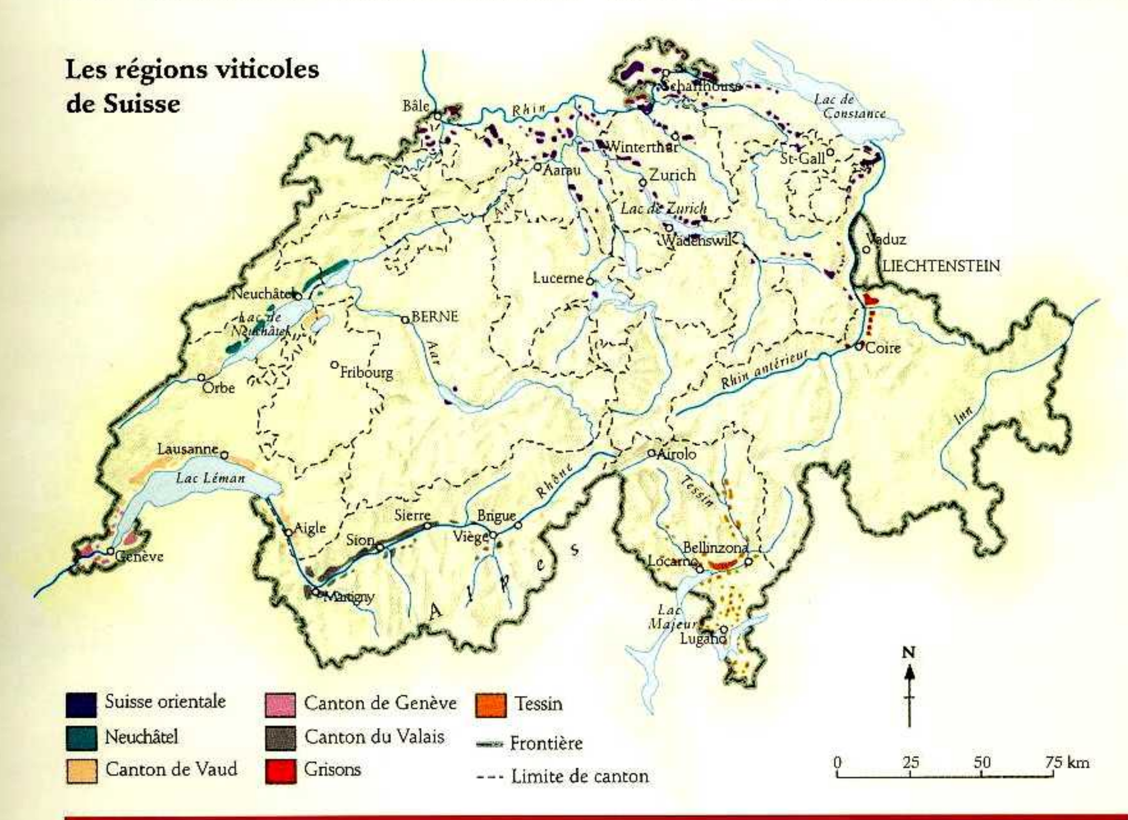
■ **Cuisines des cantons.** Il n'y a pas de gastronomie typiquement helvétique, mais des traditions culinaires aussi diverses que les cantons.

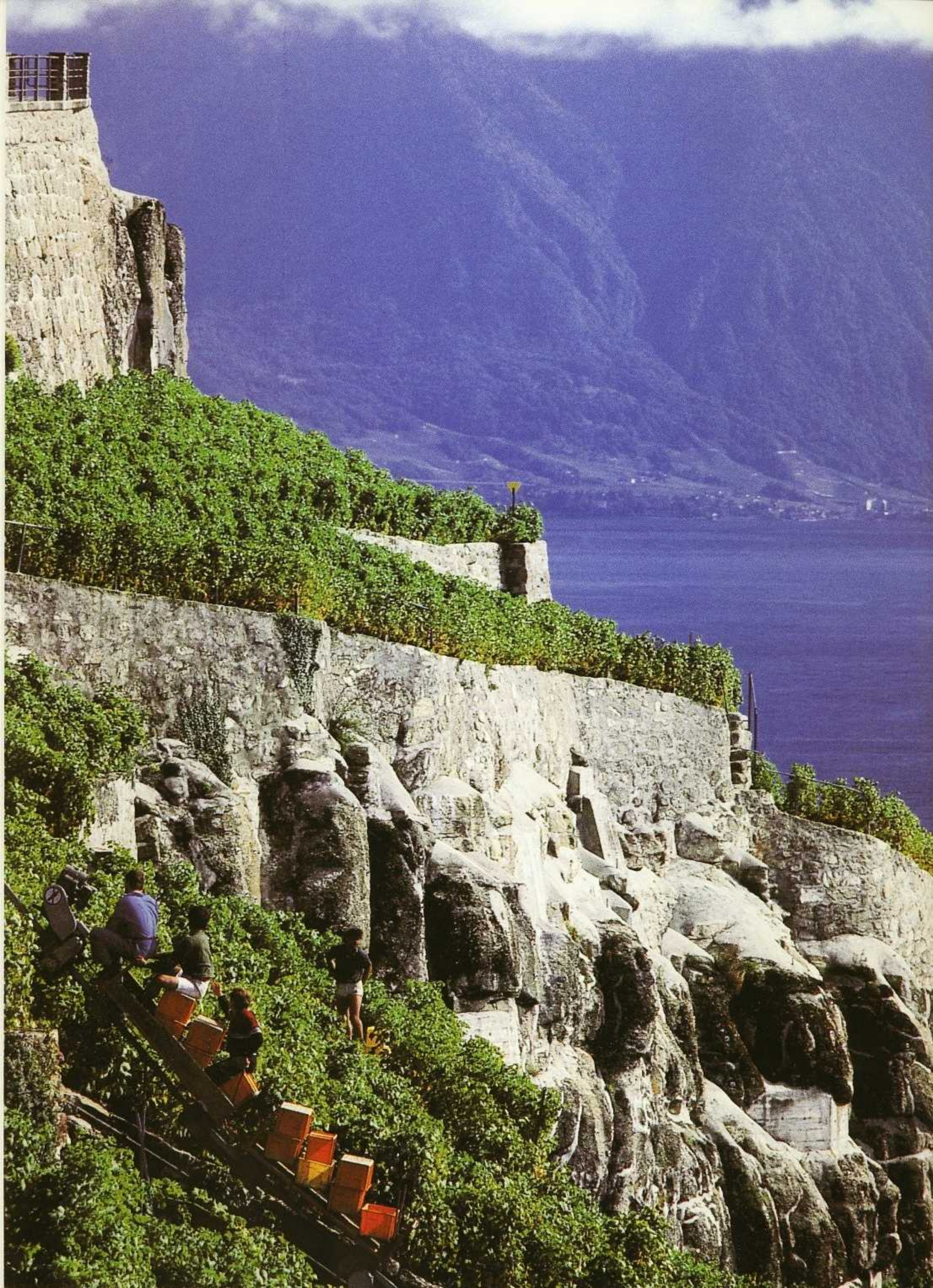
– Appenzell est connu pour son célèbre fromage, que l'on apprécie surtout sur des croûtons, mais aussi pour ses beignets de cabri et son gâteau épicé au miel.

– L'Argovie est le royaume des carottes ; elles permettent de préparer notamment le jarret de veau à l'argovienne (aux pruneaux, vin blanc et carottes) et la tourte sucrée aux carottes. On y crée aussi de délicieux biscuits à l'anis.

– Bâle se signale par les leckerlis aux épices et les *brünsli,* petits biscuits de Noël aux amandes, aux noisettes et au chocolat.
– Berne est connue pour sa *Bernerplatte,* assortiment de viandes et de charcuteries avec de la choucroute en hiver, des haricots verts en été, ainsi que pour ses rœstis ; on y retrouve les leckerlis, les meringues et la tresse, un pain apprécié dans tout le pays.
– Fribourg est célèbre pour la fondue au vacherin et à l'eau, servie tiède avec des pommes de terre, la « soupe de chalet » (légumes, herbes sauvages, pâtes, fromage, lait, crème et beurre) et la cuchaule (brioche au safran).
– Genève est la patrie de la longeole (saucisse fraîche au porc et à la couenne), des attriaux, des cardons à la moelle ou au gratin, des filets de perche frits ou meunière.
– Glaris a pour spécialités le boudin blanc de veau (servi avec de la purée, des pruneaux et une sauce à l'oignon), ainsi que le pain de poires.
– Les Grisons sont connus pour la viande séchée (bœuf salé, séché à l'air, puis pressé), les *capuns* (feuilles de bettes farcies), un ragoût de mouton aux pommes de terre, proche de l'irish stew, et la célèbre tourte aux noix de l'Engadine.
– Le Jura suisse conserve le rituel du « repas de la Saint-Martin d'Ajoie », en novembre ; les ménagères préparent alors la grelatte (aspic de pieds, de queue, de tête et d'oreilles de porc avec du jambonneau) et un pâté en croûte à la viande et aux poireaux. On y déguste aussi les truites sauvages, les potées de champignons, un ragoût de mouton au lait, les floutes aux pommes de terre, arrosées de beurre noisette, et diverses tartes.
– Lucerne est la patrie du *chügelipastete* (timbale au ris et à la viande de veau) et de la poêlée de pommes de terre, de poires séchées et de lard.
– Neuchâtel s'enorgueillit des tripes bouillies, du canard au vin rouge et de la soupe de poissons du lac.
– Saint-Gall possède de célèbres saucisses de veau ou de porc, fumées.
– Schaffhouse a créé une tarte à l'oignon renommée et un savoureux friand à la saucisse.
– Schwyz conserve la tradition de la soupe au fromage, mitonnée au pain rassis et au bouillon.
– Soleure propose un rôti de bœuf mariné au vin rouge et au vinaigre.
– Le Tessin connaît l'influence de l'Italie du Nord, avec la soupe aux tripes, le minestrone *ticinese* (aux légumes et aux haricots blancs), l'osso-buco, les raviolis et la *torta di pane* (gâteau à base de pain rassis).
– La Thurgovie prépare une tarte avec des pommes coupées en deux et enfoncées dans une pâte levée.
– L'Unterwald est attaché au *stunggis,* potée traditionnelle à base de porc, de légumes du jardin et de pommes de terre.
– Uri, avec son sbrinz, a créé la soupe au fromage et le rispor (mélange de poireaux, riz et sbrinz) qui accompagne le bœuf braisé « Bürglen » (au vin blanc et saindoux). On y déguste aussi une potée de mouton au chou très nourrissante.
– Le Valais est le royaume de la raclette et de la tourte aux pommes de terre, aux poireaux, au lard et au fromage. On y apprécie toujours le *sil,* autrefois dessert de mariage (pain de seigle émietté, mouillé au vin rouge, chauffé avec du sirop de sureau, des raisins secs et de la crème fraîche), et la « potée du cardinal

Les régions viticoles de Suisse





Schiner », faite de rôti, de jarret et de queue de bœuf, à laquelle on ajoute cailles, perdreaux et légumes, et servie avec une sauce liée de chapelure.
– Le canton de Vaud est riche d'autres spécialités, avec le papet (potée aux poireaux liée de pommes de terre écrasées), les saucisses au chou ou au foie et le saucisson fumé de Payerne, le pote de la Broye (groin de porc farci d'un filet mignon et braisé), ainsi que les malakoffs (croûtes au fromage soufflées) et les gâteaux au vin (blanc ou rouge).
– Zoug se distingue par ses petites truites saumonées, préparées au bleu ou meunière, ainsi que par sa délicieuse tourte au kirsch.
– Zurich est célèbre pour son *Geschnetzeltes* (émincé de veau déglacé au vin blanc et crémé) et ses brochettes de foie de veau et de lard à la sauge.

■ **Vins.** Les Suisses sont de grands amateurs de vin. Les vignobles du pays, installés sur des pentes escarpées, difficiles à travailler et aux prix de revient élevés, qui s'étendent dans la plupart des régions, fournissent essentiellement des vins blancs, issus pour la plupart du cépage chasselas.

Dans le canton du Valais, qui en est le principal producteur, il porte le nom de « fendant » – dont le rival est le johannisberg, obtenu à partir de sylvaner.

Dans le canton de Vaud, il est appelé « dorin » ; ici, la production de rouges à base de gamay et de pinot noir augmente chaque année, avec le dézaley doré, peut-être le meilleur vin du pays, et le féchy, plus léger.

Dans le canton de Genève, ce cépage est baptisé « perlin », et donne l'excellent mandement ; mais pinot et gamay y prospèrent aussi.

SUKIYAKI Plat typiquement japonais, de la famille des mets dits *nabemono* (cuits directement à table). Il date de l'époque où, la consommation de viande étant interdite, les paysans faisaient clandestinement griller en plein champ des oiseaux ou du gibier.

Le sukiyaki se compose généralement de fines tranches de bœuf, de légumes émincés, de vermicelle ou de petites nouilles et de tofu, sautés dans un poêlon sur un réchaud de table, puis trempés dans de l'œuf cru. Le porc, le poulet et le poisson s'apprêtent de la même façon.

Chaque convive se sert directement dans le poêlon, au fur et à mesure de la cuisson.

SULTANE (À LA) Se dit de divers apprêts caractérisés par la pistache, soit dans un beurre composé, pour terminer un velouté de volaille ou pour accompagner du poisson, soit hachée, soit comme parfum, pour une glace ou un entremets à base de fruit (abricot, poire, pêche).

La garniture sultane, pour suprêmes de volaille dressés sur une farce de volaille, est composée de petites tartelettes remplies de purée de truffe et piquées de demi-pistaches mondées.

◄
Suisse. Canton de Vaud.
C'est le temps des vendanges sur la corniche de Lavaux, au-dessus du lac Léman.

SUMAC Arbuste de la famille des térabinthacées, originaire de Turquie, dont les espèces, nombreuses, croissent dans les régions chaudes ou tempérées. Les corolles charnues de ses fleurs et ses petites baies, séchées et réduites en poudre de couleur pourpre, sont très présentes dans la cuisine de tous les pays du Moyen-Orient.

De goût acidulé, la poudre de sumac, additionnée d'eau, s'emploie comme le jus de citron, en particulier dans les apprêts de tomates et d'oignons, les farces de poulet, les marinades de poissons et les plats à base de lentilles.

SUNDAE Aux États-Unis, crème glacée aux fruits, nappée de marmelade ou de sirop, réservée, à l'origine, au repas familial du dimanche (*sunday* en anglais). À la fin du XIXe siècle, l'Amérique du Nord était assez puritaine, et la consommation des douceurs et des friandises était jugée avec sévérité.

Mais la vogue des crèmes glacées, mises à la mode par les premières sorbetières à manivelle, allait grandissant, et l'on en vint à surnommer *sundae* la glace traditionnelle que l'on pouvait servir le dimanche « sans offenser Dieu ».

Aujourd'hui, ice-creams et sundaes existent avec une très grande variété de parfums.

SUPRÊME Blanc de volaille ou filet de gibier cuit et, par extension, filet de poisson fin.

Les suprêmes de volaille ou de gibier sont cuits rapidement, à sec, ou pochés à très court mouillement. Ils peuvent aussi être rissolés au beurre ou panés à l'anglaise et se servent souvent avec des légumes frais, liés au beurre ou à la crème. La sauce d'accompagnement est blanche ou brune, selon la cuisson et la garniture.

Les suprêmes de poisson sont la plupart du temps pochés et présentés avec une garniture et une sauce au vin blanc, aux crevettes, Nantua, à l'américaine, à la normande.

Par extension, on appelle « suprêmes » des apprêts de mets raffinés.

Quant à la sauce suprême, c'est un velouté réduit additionné de fond de volaille et de crème fraîche, parfois complété d'essence de champignon et de jus de citron, qui accompagne les volailles pochées et poêlées.

suprêmes : préparation

Séparer l'avant de l'arrière d'une volaille vidée ; faire glisser la lame d'un couteau au-dessus des cuisses et sous les côtes et casser la colonne vertébrale d'un coup sec. Fendre la chair de part et d'autre du bréchet et l'en détacher complètement. Sectionner ensuite l'articulation de l'aile et la détacher de la carcasse, sans la séparer du blanc de la poitrine. Trancher enfin l'os de l'aile après la première articulation, pour éliminer l'aileron.

poularde au riz sauce suprême → POULARDE
sauce suprême → SAUCE

suprêmes de saumon de l'Atlantique → SAUMON

suprêmes de volaille à blanc
Saler et poivrer des suprêmes, les enduire de beurre clarifié, les disposer dans une cocotte beurrée et les arroser d'un peu de jus de citron. Couvrir la cocotte et cuire 15 min au four préchauffé à 220 °C. Égoutter les suprêmes, les dresser sur un plat et les garnir.

RECETTE DE JEAN-MICHEL BÉDIER

suprêmes de volaille au sauternes et au citron confit
« Choisir 4 suprêmes de poulet fermier. Raccourcir les ailes pour ne garder que le gros manchon. Enlever les peaux et les os. Les assaisonner et les cuire doucement, côté peau, au beurre et à l'huile sans qu'ils se chevauchent. Les retourner et poursuivre la cuisson à feu doux, à moitié couvert. Nettoyer 500 g de girolles et les faire suer dans une poêle, à couvert. Égoutter. Hacher 3 belles échalotes. Retirer les suprêmes, dégraisser, ajouter la moitié des échalotes et déglacer avec 2 dl de sauternes. Réduire de moitié, ajouter 3 dl de crème liquide UHT et une pincée de mignonnette. Faire réduire 2 min. Passer au chinois. Ajouter des zestes de citron confits, un peu de jus de citron, puis les suprêmes. Les réchauffer, sans laisser bouillir. Dorer au beurre le reste des échalotes et les girolles. Saler et poivrer. Disposer sur chaque assiette un suprême, l'entourer d'un mince cordon de girolles, et napper de sauce. Décorer de zestes de citron et de cerfeuil. »

SUR Qualificatif désignant un aliment qui a un goût acide, aigrelet, légèrement amer. Cette saveur crée en bouche une sensation souvent déplaisante.

SURATI Fromage frais indien de lait de bufflonne, parfois de lait de vache, à pâte molle, blanchâtre, de saveur aigrelette et salée. Très peu affiné et vendu dans son petit-lait, le surati est transporté jusqu'aux lieux de vente dans de grands récipients en terre cuite.

SUREAU Arbre de la famille des caprifoliacées, commun en Europe, dont les fleurs, très aromatiques, se préparent en beignets (comme les grappes d'acacia) et parfument confitures et vinaigres. Le sureau sert également à fabriquer diverses boissons fermentées, et ses jeunes pousses renferment une moelle délicate, qui s'apprête comme les asperges.

beignets de fleurs de sureau au miel → BEIGNET

moelle de sureau
Éplucher des pousses de sureau pour n'en conserver que la moelle, pour la sectionner en bâtonnets de 8 cm de long environ ; réunir ceux-ci en bottes comme des asperges, et les cuire de 10 à 15 min dans de l'eau bouillante salée. Bien les égoutter et les servir froids, à la vinaigrette et parsemés de fines herbes, ou chauds, à la crème, au jus ou arrosés de beurre fondu avec du jaune d'œuf haché.

SURESNES Vin produit sur la commune du même nom, en banlieue parisienne. Créé en 918 par les moines de l'abbaye de Saint-Germain-des-Prés, seigneurs de Suresnes, il était devenu à la fin du XIXe siècle léger, âpre et un peu laxatif, et avait perdu les qualités qu'on lui attribuait autrefois. Après la Seconde Guerre mondiale, le vignoble a été planté en cépages nobles, et il produit aujourd'hui chaque année quelque 4 000 bouteilles d'un excellent vin blanc.

SURGÉLATION Procédé de conservation au cours duquel l'abaissement de la température d'un aliment (déjà refroidi), rapide et poussé (jusqu'à - 50 °C), permet d'obtenir, au cœur du produit, une température inférieure à - 18 °C, sans cristallisation importante (voir congélation). La surgélation, pratiquée uniquement à l'échelon industriel, ne concerne que les produits à structure cellulaire fragile.
– La surgélation par contact (appliquée à des ingrédients peu épais et de forme régulière, comme les filets de poisson ou les paquets d'épinards) se fait entre des éléments métalliques dans lesquels circule un fluide à - 35 °C.
– La surgélation par air pulsé se pratique soit dans un tunnel statique, où circule de l'air très froid (jusqu'à - 50 °C, à la vitesse de 5 ou 6 m/s), soit dans un surgélateur à bande porteuse, où les aliments se déplacent en recevant de tous côtés de l'air glacial, soit dans un surgélateur continu à lit fluidisé, pour les aliments très petits qui sont portés dans l'appareil par un violent courant d'air à - 40 °C, dont ils sortent surgelés individuellement.
– La surgélation par immersion dans un liquide à très basse température concerne les produits de taille moyenne et irrégulière (volailles emballées sous film plastique, poissons ou crustacés entiers, par exemple).

Après la surgélation, la chaîne du froid ne doit pas être interrompue : jusqu'à son utilisation, le produit sera maintenu à - 18 °C.

SURGELÉ Se dit d'un produit dont la réglementation dit qu'il répondra à des normes définies.
– Il doit se trouver, au moment de la surgélation, dans un état de « première fraîcheur », et ne renfermer absolument aucun germe pathogène.
– Il doit subir un abaissement soudain et très rapide de température (voir SURGÉLATION).
– Il doit être maintenu, entre son traitement par le froid et sa vente, à une température inférieure ou égale à - 18 °C.

▶
Suprêmes de volaille au sauternes et au citron confit
Recette de Jean-Michel Bédier



– Il doit être conditionné dans un emballage ou un récipient à usage alimentaire absolument hermétique.
– Il doit porter une étiquette indiquant clairement le nom du producteur, la provenance, la date de surgélation, la date d'utilisation optimale, le poids net en grammes et le mode d'emploi.

■ **La chaîne du froid.** Le contrôle de sa qualité nécessite certaines précautions de la part de l'acheteur : la température des meubles de présentation (toujours munis d'un thermomètre) et le bon état des emballages seront optimaux ; les bacs de présentation seront remplis à moins de 10 cm du bord, au-delà desquels le froid n'est plus suffisant ; les produits ne présenteront ni traînées de glace, ni déchirures ; les légumes coupés et les aliments de petite taille surgelés individuellement sonneront comme des cailloux dans leur paquet.

Après l'achat, les produits seront transportés en sacs isothermes, dans les plus brefs délais, et entreposés dans un conservateur ménager ; sinon, ils ne se gardent que vingt-quatre heures dans un réfrigérateur ou trois jours dans un compartiment à glaçons.

■ **Emplois.** Un produit surgelé ne se recongèle jamais : c'est un principe absolu. Nombre de surgelés passent directement du congélateur au four classique ou à micro-ondes.

Certains d'entre eux, cependant, doivent obligatoirement être décongelés : fruits, jus de fruits, crevettes entières, pâtisseries et pâtons. Il faut alors les mettre dans la partie la moins froide du réfrigérateur, dans un four à air pulsé ou dans une enceinte à micro-ondes en position décongélation, et de préférence pas à la température ambiante.

Les produits frais ne contiennent pas forcément plus de vitamines que les surgelés. En revanche, la surgélation n'est pas une forme de stérilisation : le froid inhibe à peine la multiplication des microbes et, à -10 °C, certaines bactéries se développent encore. Il est donc capital que le produit à surgeler soit dans le plus parfait état de fraîcheur.

SURIMI Mot d'origine japonaise désignant une pâte souvent moulée en bâtonnets, constituée de protéines microfibrillaires de poisson et additionnée notamment de sucres et de sels synthétiques.

Le surimi apporte un goût de fruits de mer à certaines préparations.

SURPRISE (EN) Se dit de mets dont le dressage ou la composition implique une idée de déguisement, de dissimulation de la saveur ou de la consistance, dont la découverte, à la dégustation, doit provoquer la surprise. L'exemple le plus typique est celui de la classique omelette norvégienne, dite « en surprise », où une meringue passée au four chaud cache une couche de glace.

On dénomme généralement « en surprise » les fruits givrés, soufflés ou diversement garnis : orange, mandarine, melon, ananas, etc., sur lesquels on remet la calotte pour cacher l'intérieur ; les fruits déguisés sont aussi appelés ainsi.

▶ **Recettes** : ANANAS, CHARTREUSE, DÉLICE ET DÉLICIEUX.

SURTOUT Pièce d'orfèvrerie ou de porcelaine que l'on place en décor au centre de la table, à l'occasion d'un grand dîner. Le surtout a couramment la forme d'un plateau garni d'un miroir, sur lequel on dispose des candélabres, des corbeilles de fruits ou des vases de fleurs. L'usage des surtouts remonte au Moyen Âge, mais c'est notamment aux XVIIe, XVIIIe et XIXe siècles qu'ils ont connu le plus grand succès.

SUSHI MAKI Rouleaux japonais de riz à la vinaigrette, composés de poisson cru ou de légumes, enveloppés dans une feuille de nori et généralement servis avec des lamelles de gingembre.

SUZETTE Nom d'un apprêt de crêpes sucrées. L'appareil à crêpes et la sauce qui les garnit sont parfumés à la mandarine. Dans la formule donnée par Auguste Escoffier, seuls interviennent la mandarine et le curaçao (liqueur et jus de fruits dans la pâte, mais aussi dans le beurre et le sucre fondus, additionnés des zestes de mandarine, servant à masquer les crêpes).

▶ **Recette** : CRÊPE.

SYLLABUB Dessert anglais fait de crème fouettée, de vin aux épices, de citron et de sucre, dont la tradition remonte à Élisabeth Ire (1533 - 1603).

SYLVANER Cépage blanc très répandu en Allemagne, en Autriche et dans le Tyrol italien, et également cultivé au Chili et en Californie. En Alsace, dont il est un des cépages nobles, le sylvaner donne un vin très pâle, léger et désaltérant, mais peu parfumé ; les meilleurs sylvaners alsaciens sont ceux de la région de Barr.

SYLVILAGUS Rongeur d'Amérique du Nord, intermédiaire entre le lièvre et le lapin sauvage, avec lesquels il n'a pourtant pas de parenté proche et dont il se différencie par son aptitude à grimper aux arbres.

On tente actuellement d'acclimater cet animal en France pour commercialiser sa chair.

SYMPOSIUM Prolongement du dîner dans l'Antiquité grecque, à l'occasion duquel on servait du vin accompagné de fruits frais et secs, de fromages, de gâteaux salés, voire de cigales confites, pour entretenir le goût de boire.

Les femmes, à l'exception des esclaves, des danseuses et des courtisanes, étaient exclues du symposium, qui pouvait être l'occasion de conversations, voire de discussions philosophiques, comme dans *le Banquet* de Platon (IVe siècle av. J.-C.).

Plus souvent, il s'agissait de spectacles de musique, de danse ou de numéros d'adresse, tandis que les « symposiates », arrivés tardivement, se mêlaient aux dîneurs et vidaient avec eux nombre de coupes de vin.

SYRAH Cépage rouge des Côtes du Rhône, qui produit des raisins aux baies noir bleuté, à chair fondante et juteuse. Ceux-ci donnent des vins puissants, capiteux, tanniques, riches et fruités, qui gagnent à vieillir.

T

TABASCO Sauce de la cuisine américaine à base de piments rouges macérés dans du vinaigre d'alcool avec du sel, des épices et du sucre. Vendu en petites bouteilles, le tabasco relève les plats de viande, d'œufs et de haricots rouges, les sauces et certains cocktails.

TABBOULÉ Spécialité de la cuisine libanaise à base de boulghour (voir ce mot) mélangé avec des aromates, des tomates, de l'oignon, de la menthe, du persil et du citron. Servi en entrée froide, le tabboulé se mange traditionnellement à la main dans des feuilles de romaine.

TABIL Mélange d'épices de la cuisine arabe et maghrébine, fait de trois quarts de coriandre (fraîche ou sèche) pour un quart de carvi (frais ou sec), pilés avec de l'ail et du poivre rouge. Séché au soleil, moulu, le tabil se conserve à l'abri de l'humidité.

TABLE Meuble composé d'un plateau horizontal, porté par un ou plusieurs pieds, où l'on pose les mets et les ustensiles nécessaires aux repas.

■ **Histoire.** Au début du XVIIe siècle, l'utilité des objets de table l'emporte encore sur la recherche du décor. L'assiette classique, à large marli, est dite « en chapeau de cardinal » ; la fourchette n'a que deux dents et demeure rare ; le verre à boire commence à remplacer le gobelet de métal ; l'aiguière, objet très usuel, est en étain ; sur la table figurent aussi la timbale à tisane, boisson très courante, et le bougeoir en étain.

À la fin du XVIIe siècle, l'argenterie d'apparat est née ; l'assiette prend la forme qu'elle a aujourd'hui, « à contours » ; la fourchette possède quatre dents, mais le couteau n'est toujours pas apparié au couvert ; le verre à boire s'est généralisé. De nouveaux objets font leur apparition : la poudreuse pour le sucre, le coquetier et la salière.

Lors de la Régence (1715-1723) et du règne de Louis XV (1715-1774), l'argenterie est à son apogée ; le décor se complique. Les trois pièces du couvert s'unifient ; le flambeau devient candélabre à branches. L'assiette creuse fait son apparition ; le verre devient de plus en plus fin. La vogue du café et du chocolat fait apparaître la verseuse et les services de tasses.

À la charnière des XVIIIe et XIXe siècles, le décor à l'antique remplace le style rocaille. La lourde assiette d'argent ou d'étain a fait place à la porcelaine ; le métal argenté ou doré (le pomponne) a été inventé.

Dans la seconde moitié du XIXe siècle, sous Napoléon III, le délire décoratif atteint son apogée. À la fin du siècle s'instaure une réaction : le beau métier est remis à l'honneur et les formes s'épurent. Bientôt surviennent les deux grandes époques « art nouveau » et 1925, avec, entre autres, Van de Velde en 1900 et Puiforcat dans les années 1920, avant que n'apparaissent les styles Tiffany et scandinave.

Depuis, l'évolution s'est faite dans le sens de la simplification, et la gastronomie passe aujourd'hui avant l'extrême surcharge décorative de la table.

TABLE DE CUISSON Appareil de cuisson indépendant, en fonte émaillée, en acier inoxydable ou en vitrocéramique cerclée d'Inox, destiné à être encastré dans le plan de travail d'une cuisine. La table de cuisson est équipée de deux, trois ou quatre brûleurs à gaz ou plaques électriques, ou les deux.

– La table de cuisson en vitrocéramique n'a pas de foyer apparent, mais une surface lisse, faite d'un panneau de verre spécial, très résistant aux chocs et aux fortes variations de température. Les éléments chauffants sont disposés sous ce panneau, qui transmet la chaleur, par rayonnement, au fond des casseroles, dont les emplacements sont dessinés sur la table.

– La table à induction, dite aussi « à chaleur froide », possède une surface parfaitement plane, faite d'un matériau non conducteur de la chaleur (céramique, par exemple). Elle a pour élément actif un bobinage capable de créer un champ magnétique puissant lorsqu'il est parcouru par un courant alternatif (inducteur). Soumis à l'action de ce champ magnétique, le récipient subit un échauffement intense, rapide et uniforme.

TABLE À FLAMBER Petit chariot à plateau, équipé d'un ou de deux brûleurs, utilisé en restauration pour le flambage des mets servis à la table du client.

TABLE D'HÔTE Grande table commune où, autrefois, chacun prenait place, selon l'heure d'arrivée des diligences, pour manger les plats que préparaient tout le jour l'aubergiste et ses aides. La table d'hôte redevient à la mode dans les gîtes d'étape campagnards et les accueils à la ferme.

TABLIER DE SAPEUR Spécialité lyonnaise, faite de morceaux de gras-double taillés dans la partie appelée « nid d'abeille » ; passés dans de l'œuf battu, panés, ils sont poêlés ou grillés, et servis brûlants, avec un beurre d'escargot, une sauce gribiche ou tartare.

TABOUREAU Maître queux qui semble avoir vécu au début du XVIe siècle ; Taboureau est l'auteur d'un *Viandier* (voir TAILLEVENT). Son manuscrit, qui date des années 1550, contient des recettes qui remontent au XIVe siècle, ainsi que les « escriteaux » (c'est-à-dire les menus) des banquets offerts au roi de France par le comte d'Harcourt en 1396.

TACAUD Poisson côtier de la famille des gadidés, voisin de la morue, commun dans la Manche et le golfe de Gascogne. En forme de triangle allongé, avec un court barbillon à la mâchoire inférieure, cuivré sur le dos, argenté sur les flancs et le ventre, il mesure de 20 à 30 cm pour un poids de 200 g environ. Le tacaud, à la chair maigre fragile, doit être préparé et consommé rapidement. Il connaît les apprêts du merlan.

TÂCHE (LA) Grand cru AOC rouge de la Côte de Nuits. Produit sur la commune de Vosne-Romanée, ce vin charpenté, aux arômes puissants de fruits rouges mûrs sur une note de violette, est considéré par certains comme le meilleur de la commune (voir BOURGOGNE).

TACO Crêpe de maïs mexicaine fourrée d'une sauce épaisse ou de viande hachée assaisonnée de piment, de haricots noirs ou de purée d'avocat à l'oignon. La crêpe (tortilla), une fois farcie, est roulée et frite. Les tacos se dégustent en casse-croûte ou en entrée chaude.

TAFIA Eau-de-vie fabriquée avec les mélasses, les gros sirops et les débris de canne à sucre. C'est en fait un rhum de seconde qualité, fait dans la plupart des cas avec de la mélasse impure. On distribuait jadis le tafia aux marins dans des petites mesures de 6 cl, appelées « boujarons ».

TAGLIATELLES Pâtes italiennes aux œufs, originaires de l'Émilie-Romagne, en forme de rubans plats de petite largeur, de couleur blond doré ou verte (aux épinards). On sert surtout les tagliatelles avec une sauce à la viande (bœuf, porc et jambon fumé hachés avec carottes et céleri, oignon et fines herbes, muscade et crème fraîche). On en prépare en Italie des variantes, les *taglierini* (3 mm de large) ; à Rome, les tagliatelles se nomment *fettucine ;* ailleurs, coupées en tranches de 4 mm, elles se nomment *pappardelle.*

TAHITI La cuisine polynésienne, naturelle et simple, fait appel à une abondance de poissons et de fruits, au premier rang desquels figure celui de l'arbre à pain, qui se mange rôti, bouilli, grillé, moulu, en pâte (notamment dans le *popoï,* base locale de l'alimentation, que l'on agrémente à volonté de viande ou de poisson).

■ **Une nature généreuse.** La grande spécialité tahitienne est le poisson « cru » : coupé en dés, macéré dans du jus de citron vert, parsemé d'oignon haché et d'ail pilé, salé et poivré, il est servi arrosé de jus de coco. On apprête aussi le requin, comme aux Antilles, ainsi que les crevettes et les crabes de terre.

Le taro, l'igname, les épinards et les salades poussent en abondance, de même que l'ananas et la banane.

On apprécie par ailleurs les oiseaux sauvages rôtis, le canard et une variété de petit porc sauvage, rôti sur des pierres chaudes (un plat de fête appelé *ahi moha*).

Les grillades de porc sont cuites au four entre des couches de jeunes pousses d'épinard et de feuilles de bananier, parsemées d'ail haché et d'oignon émincé ; elles sont ensuite arrosées de jus de coco. Ce dernier, extrait de la pulpe de la noix râpée, constitue une boisson fraîche ou fermentée, très courante, au même titre que les jus de fruits.

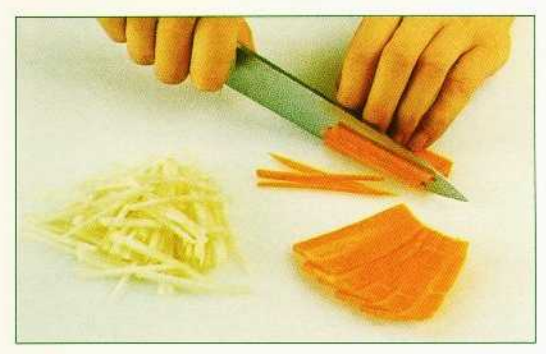
La pulpe de noix de coco permet aussi de préparer divers entremets (crème, confiture, meringue). La purée de papaye délayée avec de l'arrow-root, cuite comme une crème et parfumée à la vanille, fournit un dessert apprécié, comme l'est le *poe meia,* un entremets à la banane, servi poudré de sucre et arrosé de crème fraîche.

TAHITIENNE (À LA) Se dit de filets crus de poisson, détaillés en lamelles ou en petits dés, mis à mariner dans du jus de citron et de l'huile, avec du sel et du poivre, puis servis avec des quartiers de tomate ou de la pulpe de tomate, et poudrés de noix de coco râpée. Le poisson à la tahitienne peut aussi entrer dans la composition de salades avec de l'avocat, des quartiers de pamplemousse, une chiffonnade de laitue et des tomates, assaisonnées d'une mayonnaise au citron.

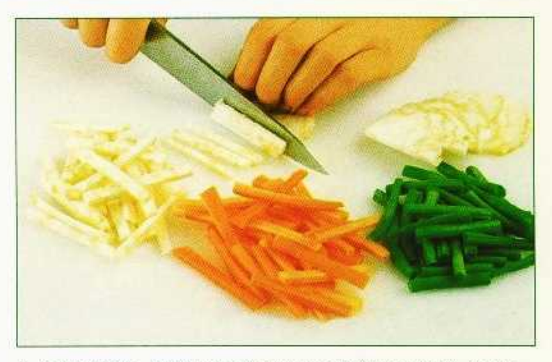
TAILLAGE DES LÉGUMES Technique culinaire de base qui s'effectue après l'épluchage ou le pelage des légumes, afin de leur donner une forme régulière facilitant leur cuisson et leur présentation.

Le taillage se fait généralement à la main, avec un couteau d'office, un couteau éplucheur ou une mandoline ; mais, pour de grandes quantités, on utilise aujourd'hui des appareils électriques.

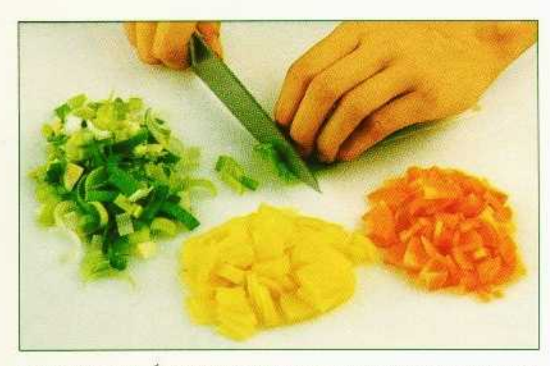
Tailler des légumes



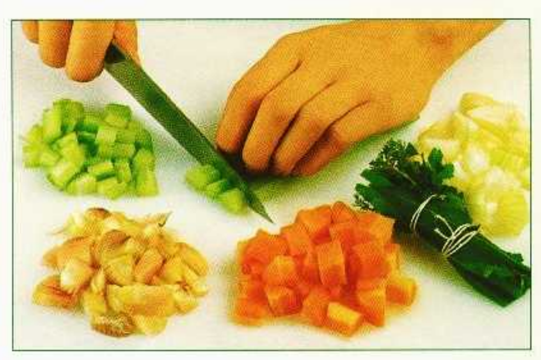
1. **Julienne.** *Découper les légumes en tranches très fines, puis les superposer et les tailler en filaments réguliers.*



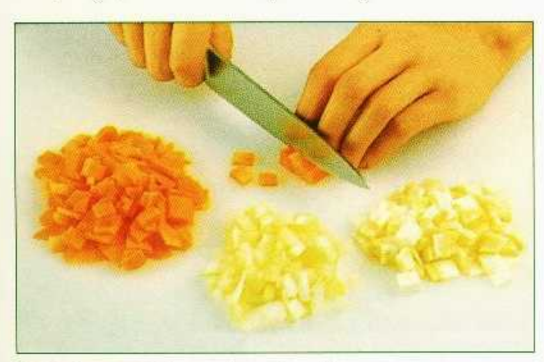
2. **Jardinière.** *Tailler les légumes en bâtonnets de 3 mm de section et de 4 cm de long.*



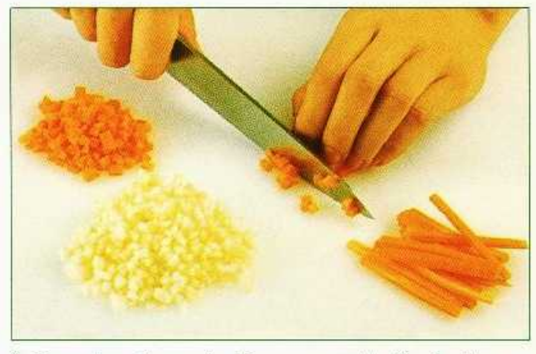
3. **Paysanne.** *Émincer les légumes, généralement destinés aux potages, en lamelles très fines et régulières.*



4. **Mirepoix.** *Détailler les légumes en petits cubes réguliers et leur joindre un bouquet garni.*



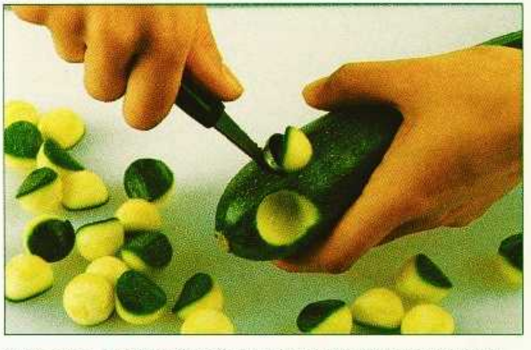
5. **Matignon.** *Préparer les mêmes légumes que pour la mirepoix, mais les émincer en fines lamelles.*



6. **Brunoise.** *Couper les légumes en petits dés réguliers, de taille variable en fonction de la recette.*



7. **Duxelles.** *Préparer un hachis de champignons de Paris, d'oignons et d'échalotes.*



8. **Boules.** *Prélever des boules dans des légumes à chair tendre à l'aide d'une cuillère à racine (ou parisienne).*

TAILLAULE Pâtisserie neuchâteloise (Suisse) en pâte levée, additionnée d'orangeat haché et de rhum. Cuite dans un moule rectangulaire, la taillaule est entaillée (d'où son nom) en fin de cuisson, à l'aide de ciseaux.

TAILLÉ Pâtisserie suisse romande, salée et légèrement feuilletée, à laquelle on ajoute des greubons (voir ce mot). Le taillé constitue un casse-croûte traditionnel et copieux.

TAILLEVENT (GUILLAUME TIREL, DIT) Cuisinier français (Pont-Audemer v. 1310 - v. 1395). Il est l'auteur de l'un des plus anciens livres de cuisine rédigés en français, *le Viandier*, dont on possède aujourd'hui quatre manuscrits ; cependant, il paraît difficile de tous les lui attribuer, puisque le premier, datant de la fin du XIIIe siècle, est antérieur à sa naissance.

Le Viandier aurait été composé à la demande de Charles V (1338-1380), soucieux de faire écrire sur diverses matières « savantes » par les spécialistes de son temps. Le titre complet du manuscrit dit « de la bibliothèque Mazarine » est : « Taillevent maistre queux du roy de France par cy enseigne a toutes gens pour apparoillier a maingier en cusyne de roy, duc, conte, marquis, barons, prelas et de tous aultres seigneurs, bourgois, merchans et gens d'ouneur. »

Taillevent traite donc de la grande cuisine médiévale et pas seulement de viandes. D'où l'intérêt de l'ouvrage, dans un premier temps, pour l'inventaire alimentaire du XIVe siècle : chapon et connil (lapin), sanglier, pluvier, cygne, paon, cigogne, héron, outarde, cormoran et tourterelle s'ajoutent aux animaux de boucherie et à la charcuterie (jambon et saucisses) ; lamproie, loche, anguille, brochet, carpe et autres poissons d'eau douce foisonnent, tandis que ceux de mer sont en nombre plus réduit (congre, chien de mer, maquereau, sole, hareng, morue, turbot, esturgeon, moules, huîtres, sans oublier la baleine) ; les légumes verts sont peu fréquents, à l'inverse des épices ; œufs, lait et fromages jouent un rôle notable.

De nombreuses copies du *Viandier* circulèrent parmi les seigneurs et les maîtres queux avant que l'imprimerie ne le popularise. L'auteur anonyme du *Ménagier de Paris* (1393) y fait de nombreux emprunts et Villon le cite après 1450 dans son *Testament*. L'influence de ce premier traité de cuisine se fit sentir jusqu'à la publication du *Cuisinier français* de La Varenne (1651), qui introduisit une nouvelle conception de l'art culinaire.

L'apport essentiel du *Viandier* réside dans la place accordée aux sauces épicées, aux potages et aux ragoûts, qui permettent d'apprêter aussi bien viandes, volailles et gibier que poissons de mer et de rivière. Par ailleurs, l'emploi du verjus est caractéristique, de même que les liaisons au pain. La fréquence des apprêts aigre-doux, spécifique de la cuisine médiévale, est générale à l'époque dans tous les pays d'Europe, tout comme celle des hypocras et des vins miellés ou herbés.

Les modes de cuisson sont essentiellement le rôti et le bouilli ; en outre, les apprêts farcis ou à base de hachis sont nombreux (pâtés, tourtes et flans). Enfin, une grande importance est attribuée aux plats de carême, à la cuisine des jours « maigres » ou « gras », selon les prescriptions de l'Église.

Au XIXe siècle, on a souvent dépeint la cuisine de Taillevent comme une succession de mets lourds, compliqués et trop richement épicés, alors que certaines recettes du *Viandier* sont des apprêts simples, proches de l'aïgo boulido provençal, du tourin périgourdin, de la bouilleture d'anguilles, du saupiquet, du hochepot, des pâtés de Pézenas, du pithiviers à la frangipane ou des poires au vin. Plusieurs formules sont tout à fait réalisables aujourd'hui : cretonnée de pois nouveaux, blanc-manger aux amandes, potage de cresson ou tarte bourbonnaise, par exemple.

La « nouvelle cuisine » a d'ailleurs puisé dans ce fonds pour remettre au goût du jour le pâté de saumon à l'oseille, le civet d'huîtres chaudes ou le jambon frais au poireau.

TAJINE Plat creux maghrébin en terre cuite vernissée, coiffé d'un couvercle conique parfaitement hermétique. Le tajine permet de cuire et de servir de nombreux mets à cuisson lente dans un mouillement aromatisé. Le mot désigne également le plat ainsi préparé, qui peut se composer de légumes, de poisson, de poulet, de viande et même de fruits.

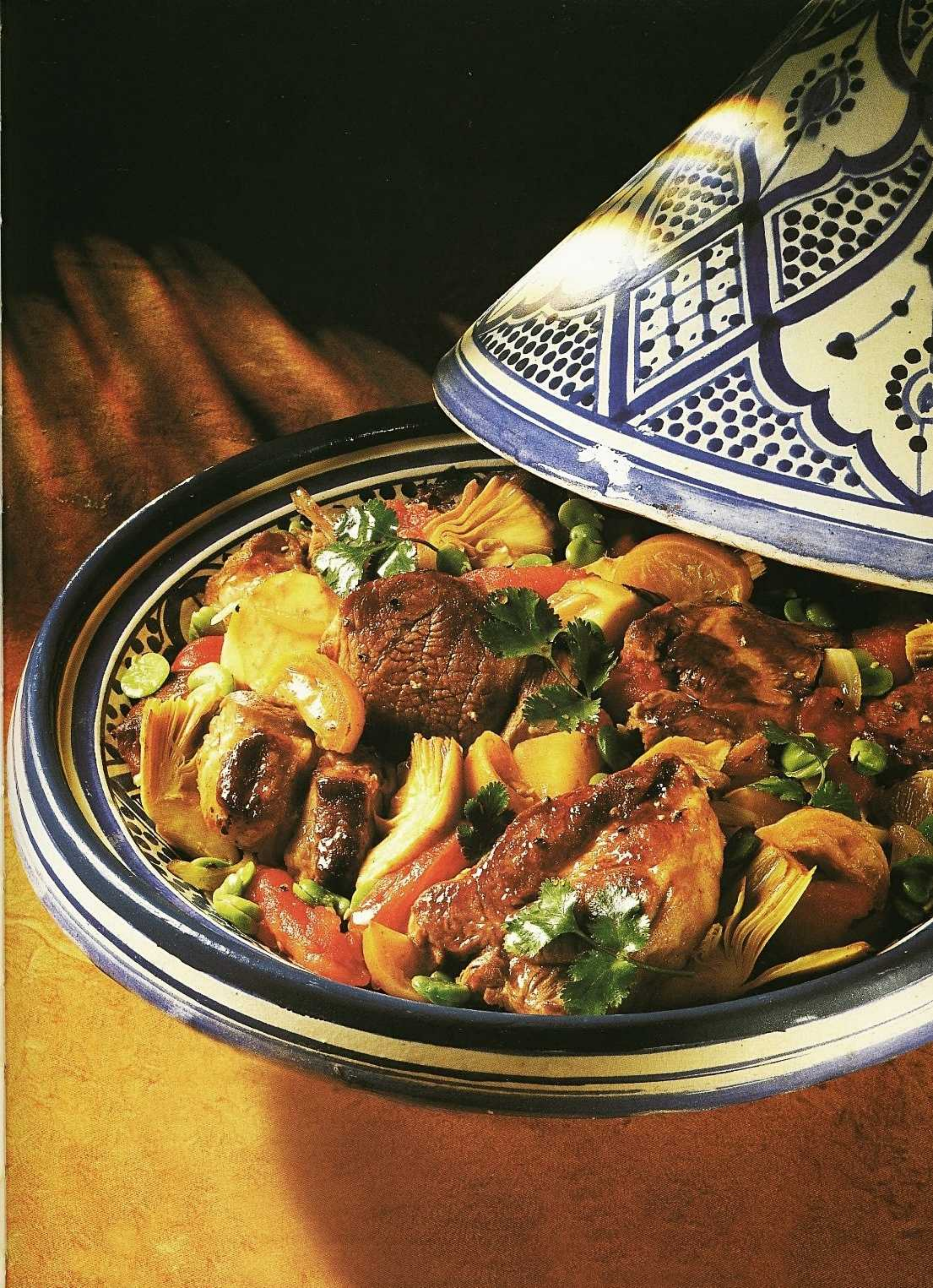
tajine d'agneau de printemps

Couper une épaule d'agneau désossée en morceaux. Peler et hacher 200 g d'oignons et 3 gousses d'ail. Chauffer 6 cuillerées à soupe d'huile d'olive dans un tajine. Y dorer les morceaux de viande avec les oignons. Laver 4 tomates et les couper en quartiers. Éplucher et laver 6 pommes de terre, les détailler en gros dés. Les mettre dans le tajine avec les tomates, 1 cuillerée à café de cannelle et 1 cuillerée à café de cumin. Saler, poivrer et arroser de 20 cl d'eau. Couvrir et laisser mijoter 1 heure. Éplucher et dérober 250 g de fèves. Couper 4 citrons confits en quatre. Ajouter fèves et citrons dans le tajine avec 4 cœurs d'artichaut coupés en deux. Poursuivre la cuisson 30 min. Laver, équeuter et ciseler 1 bouquet de coriandre fraîche. En parsemer le tajine au moment de servir.

tajine de bœuf aux cardons

Dorer dans un tajine, avec 4 cuillerées à soupe d'huile d'olive, 1 kg de bœuf coupé en morceaux avec 2 oignons émincés, 2 gousses d'ail hachées, 1/2 cuillerée à café de cumin, 1/2 cuillerée à café de gingembre, 2 pincées de pistils de safran, 1/2 cuillerée à café de poivre gris et 1 cuillerée à café de sel. Mouiller à hauteur d'eau et cuire doucement 30 min. Éplucher 1,5 kg de cardons, les couper en bâtonnets et les mettre à tremper dans l'eau citronnée pour éviter qu'ils ne noircissent. Les ajouter dans le tajine et laisser mijoter encore 30 min, puis verser un jus de citron et poursuivre la cuisson 10 min.

▶ *Tajine d'agneau de printemps*



TALEGGIO Fromage italien AOC de lait de vache (48 % de matières grasses), à pâte pressée non cuite et à croûte lavée, mince et rosée (voir tableau des fromages étrangers page 498). Originaire de la province de Bergame, le taleggio se présente sous la forme d'un pavé de 20 cm de côté et de 5 cm d'épaisseur, sous papier métallisé, pesant 2 kg environ. Il a une odeur affirmée et une saveur fruitée.

TALLEYRAND-PÉRIGORD (CHARLES MAURICE DE) Homme politique français (Paris 1754 - *id.* 1838). Cet amphitryon fastueux et connaisseur entretenait une table considérée comme l'une des premières d'Europe. Il eut d'ailleurs à son service le célèbre pâtissier Avice et Antonin Carême, dont il fit la fortune.

Avec son chef de cuisine Bouchée, qui sortait de la maison du prince de Condé, Talleyrand (pour qui le déjeuner ne comptait guère) mit au point des dîners qui firent date. Il découpait lui-même viandes et volailles, et servait ses invités selon leur rang. À ses yeux, néanmoins, l'art culinaire n'était pas simple plaisir de gourmet, mais aussi et surtout un allié précieux du prestige des gouvernements et de leur diplomatie.

Son nom a été donné, en cuisine classique, à de nombreuses préparations : côtes ou ris de veau, tournedos, grosses pièces de bœuf ou de veau et volailles, garnis de macaronis beurrés et fromagés, présentés avec une julienne de truffe et des dés de foie gras, et accompagnés de sauce Périgueux. On a baptisé aussi « Talleyrand » divers apprêts tels que des filets d'anchois farcis en paupiette, une omelette au cari fourrée de ris de veau ou encore des croquettes de semoule farcies d'un salpicon de volaille, de langue écarlate, de truffe et de champignons, saucés de demi-glace. La sauce Talleyrand a les emplois de la sauce Périgueux.

Quant au talleyrand, c'est un gâteau fait de pâte à savarin additionnée d'ananas haché, siropé, puis abricoté et décoré de morceaux d'ananas.

TALMOUSE Petite pâtisserie salée au fromage blanc, dont la tradition remonte au Moyen Âge. À la fin du XIVe siècle, *le Viandier* et *le Ménagier de Paris* en donnent déjà la recette : « Faites de fins fromages par morceaux carrés, menus comme fèves, et parmi le fromage soient détrempés œufs largement, et mêlé tout ensemble, et la croûte détrempée d'œufs et de beurre. » Menon, en 1742, recommande de foncer des moules d'un feuilletage débordant, que l'on garnit d'une béchamel au fromage blanc, avant de rabattre les coins de pâte en tricorne. *Le Cuisinier gascon* (XVIIIe siècle) préconise des abaisses de feuilletage, garnies de fromage à la crème manié avec des œufs, puis « troussées, dorées et cuites au four ». *Le Cuisinier des cuisiniers* (1882) donne comme variante : pâte à beignets soufflés mêlée de fromage blanc bien égoutté, divisée en petites masses, dorées et gonflées au four.

Aujourd'hui, la talmouse peut être une tartelette en pâte feuilletée ou en pâte à foncer, garnie de pâte à choux additionnée d'une béchamel épaisse et fromagée, avec deux lanières de pâte en croisillon par-dessus : c'est la talmouse dite « pont-neuf », dorée à l'œuf et cuite à four chaud.

La seconde famille de talmouses, dites « en tricorne », relève d'une recette plus ancienne : ce sont des morceaux de feuilletage, qui sont dorés à l'œuf, garnis d'une béchamel liée aux jaunes d'œuf et fromagée, éventuellement additionnée d'autres ingrédients, puis façonnés en tricorne ou en couronne en rabattant les bords, et enfin cuits à four chaud. Ces deux types de talmouses se servent en hors-d'œuvre chaud.

On prépare aussi en pâtisserie sucrée des talmouses à la frangipane : tartelettes ou barquettes en feuilletage garnies d'un mélange de crème pâtissière et de crème frangipane, recouvert de sucre en grains ou d'amandes effilées, puis cuites à four moyen et poudrées de sucre glace.

talmouses à l'ancienne

Abaisser de la pâte feuilletée sur une épaisseur de 5 mm et la découper en carrés de 10 cm de côté. Dorer ceux-ci au jaune d'œuf et déposer au centre de chaque carré 1 grosse cuillerée à soupe d'appareil à soufflé au fromage, puis quelques très petits dés de gruyère ; relever les angles du carré pour enfermer la garniture. Déposer les talmouses sur une plaque à pâtisserie beurrée, et cuire 12 min au four préchauffé à 200 °C.

TALON Partie musculaire du bœuf correspondant aux régions supérieures du cou et de l'épaule (voir planche de la découpe du bœuf pages 128 et 129). Le premier talon se situe soit sur la basse-côte, soit sur le paleron, selon la technique de levée de l'épaule. Ces morceaux sont destinés aux préparations à cuisson lente. Comme ils sont relativement maigres, on leur associe des pièces moelleuses ou gélatineuses ; on peut également les larder et les barder quand ils sont utilisés en braisé.

On appelle aussi talon l'extrémité d'un morceau de viande après que sa majeure partie a été détaillée (talon de romsteck, talon de jambon).

TAMALES Apprêt très ancien de la cuisine mexicaine, utilisant une gaine d'épi de maïs ou une feuille de bananier comme papillote pour cuire, généralement à la vapeur, un hachis de viande pimenté, disposé sur une couche de bouillie de maïs au saindoux. Les tamales sont servis chauds en entrée ; la farce peut contenir des olives hachées ou des petits poissons.

TAMARILLO Fruit d'un arbre de la famille des solanacées, originaire du Pérou (voir planche des fruits exotiques pages 502 et 503). Les tamarillos sont regroupés par grappes de trente ; il faut les peler avant de déguster leur pulpe juteuse.

TAMARIN Fruit du tamarinier, arbre de la famille des césalpiniacées, sans doute originaire d'Afrique orientale (voir planche des fruits exotiques pages 502 et 503). Le tamarin, connu aux Antilles, en Inde, en Afrique et en Asie du Sud-Est, se présente en une gousse brune de 10 à 15 cm de long sur 2 cm de large, contenant une pulpe à la fois acidulée et sucrée, semée de quelques

graines dures. Il est surtout utilisé pour préparer confitures, sorbets, chutneys, boissons et condiments. En Inde, sa pulpe séchée, ingrédient important des mélanges d'épices, intervient aussi dans les salades, les bouillons et les purées de légumes secs ; le jus de tamarin frais assaisonne les crudités. En Chine, on agrémente certains potages aigres-doux de tamarin confit.

TAMIÉ Fromage savoyard de lait cru de vache (50 % de matières grasses), à pâte pressée non cuite et à croûte lavée, lisse et claire (voir tableau des fromages français page 496). Fabriqué par les trappistes de l'abbaye de Tamié, il se présente sous la forme d'un disque de 12 à 13 cm de diamètre et de 4 ou 5 cm d'épaisseur, pesant 500 g environ. Le tamié a une saveur lactique assez prononcée.

TAMIER Herbe vivace de la famille des dioscoréacées, commune en Europe, également appelée « herbe aux femmes battues » et « vigne noire », dont les tubercules, assez volumineux, bruns à pulpe blanche, sont comestibles. En revanche, ses baies rouges et luisantes sont vénéneuses.

TAMIS Ustensile formé de deux cercles de bois s'emboîtant l'un dans l'autre, en tenant tendue soit une toile de soie, de crin ou de Nylon, soit une toile métallique étamée, à mailles plus ou moins serrées. Les tamis textiles permettent de tamiser la farine ou le sucre glace, afin d'éliminer les grumeaux et d'obtenir une poudre fine et régulière. Les tamis métalliques sont employés pour passer une farce, une purée de fruit, une marmelade, un légume cuit, un appareil pâteux, un beurre composé, etc., pour leur donner une texture fine ou, le cas échéant, réduire en purée des éléments cuits (épinards, pommes de terre) ou crus (fraises). On se sert généralement d'un pilon de bois pour fouler la préparation à travers le tamis.

TAMPONNER Passer doucement à la surface d'une préparation chaude, prête à l'emploi – une sauce, un potage ou une crème –, un morceau de beurre qui, en fondant, la recouvre d'une fine pellicule grasse, évitant ainsi la formation d'une peau. On peut aussi parsemer le mets de noisettes de beurre.

TANAISIE Plante de la famille des composées, commune en Europe, à tiges hautes et à fleurs jaune d'or, à l'odeur aromatique. De saveur amère, les feuilles faisaient partie au Moyen Âge de la pharmacopée ; elles sont encore employées comme condiment, surtout en Europe du Nord et en Angleterre (courts-bouillons, farces, marinades, pâtés, tourtes, parfois pâtisseries).

TANCHE Poisson de la famille des cyprinidés, vivant dans les étangs et les cours d'eau tranquilles. Longue de 15 à 30 cm, de forme trapue, la tanche présente un barbillon de chaque côté de la bouche. Ses minuscules écailles, vert olive à brun rougeâtre, sont recouvertes d'un mucus épais. Lorsqu'elle est pêchée en eau claire, sa chair est délicate, d'autant plus qu'elle ne renferme pas trop d'arêtes ; mais la tanche aime aussi les endroits vaseux, et son goût s'en ressent. Elle est souvent un des ingrédients des matelotes ; on peut aussi la faire frire ou la poêler à la meunière.

TANDOORI Apprêt du poulet dans la cuisine indienne, notamment au Pendjab et au Pakistan, qui est mariné, puis grillé dans un four spécial cylindrique en terre cuite, le *tandour*. Les morceaux de volaille, sans peau, sont enduits de yaourt additionné de piment en poudre, de curcuma, de gingembre, d'épices, d'oignon et d'ail hachés. Après avoir macéré une nuit, ils sont poudrés de safran et cuits sur un lit de braises jusqu'à ce que la chair soit tendre, mais croustillante en surface. On sert le *murghi tanduri* (« poulet au tandour ») avec des salades : oignons et tomates au jus de tamarin et à la coriandre, concombre au yaourt et au cumin, chou râpé au poivre et au jus de citron. On cuit également dans le *tandour* du poisson et des galettes.

TANGELO Agrume issu de l'hybridation du mandarinier (tangerine) et du pomelo. Il se pèle aussi facilement que la mandarine. De forme irrégulière, le tangelo (mot américain) est plus gros et plus acidulé qu'une orange, mais il connaît les mêmes emplois (fruit de table, salade de fruits et surtout jus).

TANGERINE Nom générique de diverses variétés de mandarines à épiderme rouge. Plus petite que l'orange, mais plus douce, avec un jus très sucré, la tangerine (du nom de la ville de Tanger) s'épluche aussi facilement qu'une mandarine. Ses emplois sont ceux de l'orange.

TANGO Boisson à base de bière blonde à laquelle on ajoute un trait de sirop de grenadine. Le tango devient « monaco » quand on le prépare avec du panaché, et « valse » si on utilise du sirop de menthe.

TANGOR Agrume issu de l'hybridation du mandarinier (tangerine) et de l'oranger. Il existe diverses variétés de fruits moyens à gros, à peau orangée ou rouge, et à chair juteuse avec des pépins.

TANIN Substance, appartenant à la catégorie des polyphénols, contenue dans plusieurs organes végétaux (écorce de chêne, noix), ainsi que dans la peau, les pépins et la rafle du raisin. Dissous dans l'alcool qui se forme au cours de la fermentation, le tanin est l'un des principaux composants du vin rouge. Il est particulièrement abondant dans les vins de Bordeaux, ce qui explique la lenteur de leur vieillissement. Lorsqu'il est en excès, il rend le vin astringent et provoque la formation d'un dépôt dans les bouteilles.

TANT-POUR-TANT Mélange en proportions égales de sucre semoule et d'amandes en poudre, utilisé par les professionnels de la pâtisserie et de la confiserie pour la confection de pâtes à biscuit, de crèmes aux amandes, de coques à petit-four, etc.

TAPAS Assortiment espagnol de hors-d'œuvre ou d'amuse-gueule servis pour accompagner le xérès, le manzanilla ou le vin local. L'habitude de grignoter des

tapas à l'heure de l'apéritif est très répandue. Ces assortiments tiennent même parfois lieu de repas, tant ils sont variés et abondants. Ils peuvent rassembler des cubes de jambon, des poivrons rouges, des haricots blancs à la vinaigrette, des petites omelettes garnies (ou tortilla), des fruits de mer, des rognons sautés, du chorizo, des crevettes grillées, des olives noires marinées, des rissoles au thon, du chou-fleur à la vinaigrette, des *boquerones* (anchois frais) au vinaigre, des calmars « dans leur encre » ou frits, des poivrons farcis et même des escargots à la sauce piquante, des pieds de porc à la tomate ou des morceaux de poulet fricassés aux champignons.

TAPENADE Condiment provençal, à base d'olives, auquel on ajoute parfois des anchois ou des miettes de thon, de la moutarde, de l'ail, du thym ou du laurier. La tapenade accompagne les crudités, se tartine sur des tranches de pain grillées et peut garnir des œufs durs (on y mêle alors le jaune) ; elle peut aussi accompagner une viande ou un poisson grillé.

tapenade

Faire dessaler 100 g d'anchois, éplucher 4 gousses d'ail et dénoyauter 350 g d'olives noires. Lever les filets des poissons. Passer à la moulinette 100 g de miettes de thon à l'huile égouttées, les filets d'anchois, 100 g de câpres, le jus de 1 citron, les olives dénoyautées et l'ail ; passer la préparation au tamis très fin, puis mettre la purée dans un mortier et la piler en ajoutant peu à peu 1/4 de litre d'huile d'olive et le jus de 1 gros citron, jusqu'à ce qu'elle soit épaisse et lisse.

tarte à l'envers de lapereau à la tapenade → TARTE

TAPIOCA Fécule fabriquée à partir de l'amidon extrait des racines du manioc, qui est hydraté, cuit, puis broyé. Utilisé essentiellement pour préparer des potages et des entremets, le tapioca apporte 360 Kcal pour 100 g ; très digeste, il est pauvre en sels minéraux et en vitamines. Le véritable tapioca vient de Guyane, du Brésil ou des Antilles. D'autres, préparés avec des fécules diverses, portent la mention « tapioca indigène » ou « tapioca exotique ».

tapioca au lait

Faire bouillir 1 litre de lait avec 1 pincée de sel, 2 cuillerées à soupe de sucre, et, à volonté, 1 gousse de vanille ou 1/2 cuillerée à café d'eau de fleur d'oranger. Y verser en pluie 80 g de tapioca, mélanger et cuire 10 min en remuant régulièrement. Retirer la gousse de vanille. Servir cette crème bouillante ou complètement refroidie.

TARAMA Spécialité grecque, servie traditionnellement parmi les mézès ou en hors-d'œuvre. Cette pâte lisse et onctueuse de couleur rose pâle est faite d'œufs de morue (poutargue) écrasés avec de la mie de pain trempée d'eau et de jus de citron, un peu de vinaigre, du sel et du poivre, puis émulsionnés avec de l'huile d'olive jusqu'à consistance assez ferme.

TARO Nom polynésien d'une plante vivace de la famille des aracées, dont les nombreuses variétés sont cultivées pour leur gros rhyzome tubéreux dans toutes les régions tropicales (voir planche des légumes exotiques page 615) ; le taro est originaire de l'Inde (où il s'appelle *katchu*). On l'a baptisé « chou-chine » ou « chou caraïbe » à la Martinique, « malanga » à Cuba et à Haïti, « songe » à la Réunion, « madère » à la Guadeloupe, etc. Pouvant atteindre 40 cm de long, recouvert d'une peau lisse, le taro est blanc, violacé, rouge ou jaunâtre. On utilise ses feuilles, mais surtout sa pulpe. Le tubercule, une fois brossé et épluché, s'apprête comme la pomme de terre (il est moins aqueux et deux fois plus énergétique) : détaillé et cuit à l'eau (salade, purée), frit ou gratiné. En Chine, on cuit le taro à la vapeur pour préparer des boulettes farcies de viande, puis frites ; au Japon, il intervient dans les potées de légumes. On en fait aussi des entremets sucrés ; à Haïti, la pulpe râpée crue sert à préparer des acras.

TARTARE Se dit d'une sauce et d'un apprêt de viande crue. La sauce tartare est une mayonnaise au jaune d'œuf dur, additionnée d'oignon et de ciboulette, qui accompagne les poissons froids, l'anguille, le pied de veau, les huîtres, mais aussi les pommes pont-neuf.

Le steak tartare se prépare avec de la viande de bœuf hachée (de cheval, selon les puristes), servie crue avec un jaune d'œuf et des condiments ; en Belgique, cet apprêt porte le nom de « filet américain ».

Enfin, on appelle « à la tartare » divers apprêts froids ou chauds, toujours très relevés : paupiettes d'anchois au beurre de raifort, œufs cuits au miroir sur un hachis de bœuf au paprika, etc.

pieds de veau à la tartare → PIED
sauce tartare → SAUCE
steak tartare → BŒUF

RECETTE DE JACQUES LE DIVELLEC

tartare de thon

« Enlevez la peau de 600 g de filets de thon et toutes les arêtes. Coupez le poisson au couteau en tout petits dés. Épluchez 2 échalotes grises et hachez-les finement. Ciselez de la coriandre et de la ciboulette pour en avoir 1 cuillerée à soupe. Mélangez tous les ingrédients, assaisonnez de sel, de poivre et d'un jus de citron, puis incorporez 4 cuillerées à soupe d'huile d'olive. Mettez au réfrigérateur, ainsi que les assiettes de service. Avec deux cuillères à soupe, moulez des quenelles de thon et disposez-les sur les assiettes. Parsemez de pluches de cerfeuil et décorez au centre d'un bouquet de mâche ou de frisée. Servez bien froid, accompagné de pain de campagne grillé. »

TARTE Apprêt de pâtisserie ou de cuisine, souvent rond et assez plat, fait d'une croûte de pâte garnie, avant ou après cuisson, d'ingrédients salés ou sucrés.
– Les tartes salées se servent en entrée chaude : ce sont les « flans de cuisine », quiche, tarte à l'oignon, au fromage, pissaladière, flamiche, goyère, voire pizza.
– Les tartes sucrées, garnies généralement de fruits, mais parfois d'une crème parfumée, d'un appareil à base de fromage blanc, de riz, de chocolat, etc., constituent les apprêts les plus courants et les plus variés de la pâtisserie. Si les fruits (fraises et framboises, notamment) doivent rester crus, la croûte est d'abord cuite et ensuite garnie ; on peut également cuire le fond à moitié seulement (à blanc), lorsque la croûte doit recevoir une garniture liquide. Enfin, certaines tartes cuisent directement sur la tôle du four, sans moule : ce sont des tartes-galettes, garnies de fruits en lamelles très minces, poudrées de sucre.

Les tartes cuites avec leur garniture utilisent surtout la pâte brisée, parfois la pâte feuilletée ; celles cuites à blanc et garnies ensuite sont faites de pâte sablée ou brisée (voir PÂTES DE PÂTISSERIE). Il existe aussi des tartes « renversées », dont le modèle est la tarte Tatin, des tartes dites « alsaciennes », qui sont décorées de bandelettes de pâte en croisillons disposés sur la garniture, comme la Linzertorte autrichienne, des tartes dites « à l'anglaise », préparées dans un moule spécial, assez profond, le *pie dish* (plat à pie), que l'on recouvre, après l'avoir garni de fruits, d'une abaisse de pâte.

■ **Spécialités régionales.** Depuis le Moyen Âge, et dans toutes les provinces, la tarte a connu d'innombrables recettes. La « tarte bourbonnaise » du *Viandier* (« fin fromage détrempé de crème et moyeux » sur une croûte « pétrie d'œufs ») est toujours une spécialité du Bourbonnais, sous le nom de « gouéron ». Les tartes d'Alsace sont réputées pour la variété de leur garniture de fruits ; les plus courantes se font avec de la pâte à pain, celles des jours de fête sont en pâte fine. Dans le Nord et l'Est, on prépare traditionnellement des tartes au fromage frais, apprêt que l'on retrouve en Corse. Un simple appareil d'œufs battus, de sucre, de lait et de crème garnit parfois le fond : c'est la tarte « au goumeau » de Franche-Comté ou la tarte « en quemeu » chaumontaise. Dans le Nord et en Suisse, on prépare des tartes au riz ou au sucre, et au Canada, au sirop d'érable. Dans l'Ouest, ce sont les tartes aux pommes et aux poires qui dominent.

En Allemagne et en Autriche, le mot *Torte* ne signifie pas exclusivement « tarte », mais « gâteau » ; les tartes y sont fréquemment préparées aux pommes, aux cerises ou aux prunes, ainsi qu'aux fruits mélangés, et souvent garnies de crème fouettée. Il faut encore citer le vatrouchka russe, la tarte aux noix de pecan, typiquement américaine, et la tarte suisse au vin.

TARTES SALÉES

tarte cauchoise
Préparer une pâte brisée. En garnir une tourtière et la cuire à blanc. Étuver au beurre 750 g d'oignons finement émincés. Battre 1 œuf entier, le mélanger avec 2 dl de crème épaisse, du sel, du poivre et un peu de muscade râpée ; faire épaissir le mélange sur feu très doux, sans ébullition, puis l'ajouter aux oignons. Garnir la tarte de restes de poulet, de veau froid ou de jambon finement émincés. Verser dessus le mélange aux oignons. Parsemer de noisettes de beurre et cuire de 15 à 20 min dans le four préchauffé à 210 °C.

RECETTE D'ÉLISABETH BOURGEOIS-BAIQUE,
LE MAS TOURTERON, À GORDES

tarte à l'envers de lapereau à la tapenade
« Ébouillanter 2 tomates, les peler, les épépiner et les concasser. Éplucher et hacher 1 échalote ; la faire revenir dans une casserole avec de l'huile d'olive. Ajouter ensuite les tomates, 1 gousse d'ail écrasée, du thym frais et quelques feuilles de basilic ciselées. Couvrir et laisser compoter 10 min. Couper 4 aubergines longues en rondelles de 3 mm d'épaisseur et les dorer à la poêle dans de l'huile d'olive. Saler et poivrer ; égoutter sur du papier absorbant. Peler 5 tomates mûres mais fermes et les couper en rondelles. Réserver. Mélanger 150 g de tapenade avec la tomate concassée. Hacher 2 échalotes, les fondre à la poêle dans de l'huile d'olive, puis ajouter 3 râbles de lapereau coupés en morceaux, avec foies et rognons ; les saisir rapidement de tous les côtés et réserver. Huiler un moule à manqué de 18 cm de diamètre. Émincer les râbles. Disposer dans le moule les rondelles d'aubergine et de tomate et les morceaux de lapereau, comme pour une tarte aux pommes. Recouvrir d'une fine couche de tapenade tomatée. Étaler 200 g de pâte feuilletée en un disque plus grand que le moule. Le poser au-dessus de la préparation, rentrer les bords et piquer la pâte. Mettre 10 min au froid. Cuire 15 min au four préchauffé à 200 °C. Démouler sur un grand plat de service, comme une tarte Tatin. Poêler les foies et les rognons, les émincer, puis les dresser en éventail au centre de la tarte. Décorer avec un bouquet de basilic. »

tarte au fromage blanc
Mélanger 500 g de fromage blanc bien égoutté avec 5 cuillerées à soupe de farine et autant de crème fraîche, 2 œufs, du sel et très peu de poivre. Verser cet appareil sur un fond de tarte en pâte brisée, parsemer de noisettes de beurre et cuire 45 min au four préchauffé à 200 °C. Servir froid.

tarte à l'oignon
Préparer 400 g de pâte brisée ou de pâte à foncer non sucrée, en garnir une tourtière beurrée de 28 cm de diamètre et cuire à blanc. Confectionner une purée Soubise avec 1 kg d'oignons. Garnir la croûte de cette purée, parsemer de chapelure fraîche, puis de petites noisettes de beurre, et faire gratiner 15 min environ dans le four préchauffé à 250 °C.

RECETTE DE JOËL ROBUCHON

tarte aux pommes de terre

« Préparez d'abord une pâte brisée avec 300 g de farine, 100 g de beurre, 1 jaune d'œuf, 1/2 verre d'eau et 1 pincée de sel de mer. Mettez-la en boule et laissez-la reposer 1 heure au réfrigérateur. Abaissez-la sur 5 mm d'épaisseur. Pliez-la en trois, à 2 reprises, pour qu'elle devienne souple et lisse. Beurrez une tourtière et foncez-la de pâte brisée. Réservez au frais. Pelez et émincez 2 oignons moyens. Blanchissez 150 g de lardons de poitrine. Pelez et coupez 1 kg de pommes de terre à chair ferme (BF 15 ou rattes) en petits dés. Dans une sauteuse, faites-les revenir 8 min dans 80 g de saindoux. Ajoutez les lardons et les oignons, salez, poivrez, et faites sauter plusieurs fois. Retirez du feu et couvrez. À part, mélangez 1 verre de crème fraîche et 2 jaunes d'œuf. Incorporez cette préparation aux pommes de terre avec 2 cuillerées à soupe de civette ciselée. Versez le tout dans une tourtière et cuire 20 min dans le four préchauffé à 180 °C, jusqu'à ce que la surface de la tarte soit gratinée. »

TARTES SUCRÉES

RECETTE DE LUCIEN VANEL

petites tartes au muscat

« Dans une pâte sablée très fine, détailler quatre abaisses de 18 cm de diamètre et en foncer des moules. Piquer le fond, laisser reposer, puis faire cuire à blanc 15 min au four. Garnir les fonds d'un appareil fait avec un quart de litre de jus de raisin muscat noir, 100 g de crème fraîche, 100 g de beurre fondu, 2 jaunes d'œuf, 2 œufs entiers et 25 g de sucre ; cuire 20 min au four à 130 °C. »

tarte aux abricots

Préparer 350 g de pâte brisée et la laisser reposer 2 heures au frais. L'abaisser sur 4 mm, en garnir une tourtière de 24 cm de diamètre, beurrée et farinée ; piquer le fond à la fourchette. Dénoyauter 750 g d'abricots bien mûrs et disposer les oreillons sur le fond de tarte, partie bombée contre la pâte. Les poudrer de 5 cuillerées à soupe de sucre semoule. Cuire 40 min au four préchauffé à 210 °C. Démouler sur une grille. Abricoter le dessus avec 3 cuillerées à soupe de marmelade d'abricot tamisée et réduite. Servir froid.

tarte alsacienne

Battre 1 œuf entier avec 250 g de sucre semoule, puis ajouter 125 g de beurre fondu ; mélanger intimement ; incorporer peu à peu 250 g de farine tamisée, puis 250 g de poudre d'amande. Bien pétrir le tout, en ajoutant, le cas échéant, 1 ou 2 cuillerées à soupe d'eau. Abaisser les 3/4 de cette pâte sur 1 cm d'épaisseur en formant un disque et placer celui-ci sur une tôle à pâtisserie beurrée. Abaisser le reste de la pâte très finement et y découper des rubans étroits ; entourer le disque de pâte avec l'un des rubans et disposer les autres en croisillons sur le disque. Garnir chaque creux avec de la confiture (framboise, quetsche ou abricot) et cuire 20 min au four préchauffé à 200 °C. Servir tiède ou froid.

tarte aux cerises à l'allemande (Kirschkuchen)

Préparer du feuilletage à six tours et l'abaisser sur 5 mm d'épaisseur. En foncer une tourtière légèrement mouillée au centre. Humecter les bords de la pâte et les replier pour former une bordure. Piquer le fond à la fourchette, parsemer d'un peu de sucre semoule et d'une pincée de cannelle en poudre. Disposer sur la pâte des cerises dénoyautées et cuire 30 min dans le four préchauffé à 200 °C. Laisser refroidir, puis napper tout le dessus d'une bonne couche de marmelade de cerise. Tamiser très finement de la mie de pain, la faire blondir au four et en parsemer toute la tarte.

RECETTE DE CHRISTIAN CONSTANT, CHOCOLATIER

tarte au chocolat

« Préparer une pâte sablée au chocolat avec 125 g de beurre, 50 g de sucre glace, 50 g de poudre d'amande, 1 œuf entier, 180 g de farine et 20 g de cacao en poudre, tamisés. Laisser reposer 2 heures au frais. Abaisser la pâte et la disposer dans un moule. La cuire dans le four préchauffé à 180 °C et laisser refroidir. Faire bouillir 250 g de crème liquide avec 100 g de sirop de glucose. La verser sur 200 g de chocolat en tablette 80 % et 50 g de pure pâte de cacao, concassés, bien mélanger et ajouter 50 g de beurre. Laisser refroidir, mais pas épaissir. Parsemer le fond de pâte de 25 g d'amandes hachées et grillées et verser la ganache par-dessus. »

RECETTE DE GEORGES BLANC

tarte au chocolat

« Faire fondre doucement au bain-marie 100 g de chocolat à croquer et autant de beurre fin. Mélanger dans une terrine 50 g de farine, 100 g de sucre semoule et 3 œufs. Incorporer le chocolat fondu et travailler l'appareil à la spatule de bois pendant 10 min. Lorsque le mélange est bien lisse et forme le ruban, le verser dans un moule à tarte beurré, l'enfourner à 200 °C et faire cuire pendant 20 min. Démouler sur une grille et laisser refroidir. Faire fondre, au bain-marie, 80 g de chocolat amer avec 10 g de beurre. Ajouter 80 g de crème fleurette bouillante pour obtenir une pâte lisse. À l'aide d'une spatule métallique, masquer le dessus de la tarte de cette crème. Laisser durcir légèrement. Quadriller au couteau et poudrer de cacao amer. »

▶ *Tarte aux myrtilles à l'alsacienne*
Recette voir page 1030.



RECETTE D'OLYMPE VERSINI

tarte au citron

« Faire cuire à blanc, mais incomplètement, un fond de tarte en pâte brisée. Mélanger 3 œufs, 100 g de sucre, 80 g de beurre fondu, le jus de 5 citrons et leur zeste râpé. Fouetter le tout et verser sur le fond de tarte. Cuire au four préchauffé à 290 °C pendant 10 à 15 min. On peut procéder de même avec 3 oranges ou 7 mandarines. »

tarte aux fraises

Trier, laver et équeuter 1 kg de fraises ; les mettre dans une terrine avec le jus de 1 citron et 50 g de sucre semoule. Préparer une pâte avec 300 g de farine, 150 g de beurre ramolli, 1 pincée de sel et 2 cuillerées à soupe d'eau. La rouler en boule et la laisser reposer 2 heures au frais. L'abaisser et en foncer un moule à tarte beurré et fariné de 28 cm de diamètre ; piquer le fond avec une fourchette, cuire à blanc et laisser refroidir. Y répartir les fraises. Napper la tarte avec 4 cuillerées à soupe de gelée de groseille fondue avec le jus de macération des fraises.

tarte aux groseilles à maquereau à l'allemande (Stachelbeerkuchen)

Nettoyer des groseilles à maquereau bien mûres. Cuire à blanc un fond de tarte en pâte feuilletée. Chauffer les groseilles avec un poids égal de sucre cuit au cassé : quand le sucre est liquéfié, égoutter les fruits et faire réduire le jus jusqu'à ce qu'il prenne en gelée. Remettre les groseilles dans ce sirop, donner un bouillon, puis verser dans une jatte pour laisser refroidir. Garnir la tarte et la masquer de crème fouettée.

tarte au me'gin à la mode de Metz

Préparer un fond de tarte en pâte brisée. Mélanger 200 g de fromage blanc bien égoutté (dit « fremgin » ou « me'gin »), 1 ou 2 dl de crème fraîche, 3 œufs battus en omelette, 2 ou 3 cuillerées de sucre semoule et 1 pincée de sel puis, à volonté, 1 sachet de sucre vanillé ou de la vanille liquide. Garnir le fond avec cet appareil et cuire 35 min au four préchauffé à 200 °C.

tarte meringuée au citron

Beurrer une tourtière de 24 à 26 cm de diamètre et la garnir de 350 g de pâte brisée. Préchauffer le four à 200 °C et cuire le fond de tarte 10 min à blanc. Faire bouillir 3,5 dl d'eau. Mettre dans une casserole 65 g de farine, 65 g de fécule de maïs et 250 g de sucre en poudre et les arroser peu à peu avec l'eau bouillante, en fouettant. Porter à ébullition, puis retirer du feu et laisser refroidir légèrement. Laver et éponger 2 ou 3 citrons. Râper les zestes et presser la pulpe. Ajouter les zestes râpés, le jus, 4 jaunes d'œuf et 30 g de beurre à la préparation précédente, et cuire 15 min au bain-marie, en fouettant. Verser le tout dans le fond de tarte, cuire 10 min, four moyen, puis laisser refroidir. Ajouter une pincée de sel à 4 blancs d'œuf et les battre en neige ferme en y incorporant 125 g de sucre en poudre et 20 g de sucre glace. Étaler cette meringue sur la tarte et dorer 10 min au four. Servir tiède ou froid.

tarte aux myrtilles à l'alsacienne

Préparer une pâte brisée avec 200 g de farine, 100 g de beurre coupé en morceaux, 1 pincée de sel, 1 cuillerée à soupe de sucre en poudre et 3 cuillerées à soupe d'eau froide ; la rouler en boule et la laisser reposer 2 heures. Trier, laver et éponger 300 g de myrtilles fraîches. Mélanger 100 g de sucre avec 25 cl d'eau ; cuire ce sirop 5 min et y plonger 5 min les myrtilles. Remettre sur feu doux et cuire 8 min jusqu'à ce que les fruits aient absorbé le sirop. Abaisser la pâte, beurrer un moule à tarte de 22 cm de diamètre, le garnir de pâte et recouvrir le fond d'un papier sulfurisé beurré ; cuire à blanc 12 min au four préchauffé à 200 °C, retirer le papier et cuire encore 6 ou 7 min. Laisser tiédir, démouler et faire refroidir. Garnir avec les myrtilles. Délayer 2 cuillerées à soupe de marmelade d'abricot avec 1 cuillerée à café d'eau, faire tiédir sur feu doux, tamiser et napper les fruits. Laisser refroidir et mettre au frais. (Voir photographie page 1029.)

tarte aux noix de pecan

Préparer une pâte sablée et en foncer un moule rond. La garnir d'un mélange de beurre, de farine, de sucre, de sirop de canne, et recouvrir de noix de pecan entières. Cuire 45 min au four préchauffé à 200 °C.

tarte aux poires Bourdaloue → POIRE

RECETTE DE BERNARD LOISEAU

tarte aux pommes légère et chaude

« Fariner un plan de travail et un rouleau à pâtisserie. Abaisser 200 g de pâte feuilletée sur 2 mm d'épaisseur. Beurrer grassement 2 moules à tarte à fond amovible de 18 cm de diamètre. Découper dans le feuilletage deux disques d'un diamètre de 2 cm inférieur à celui des moules. Les mettre dans les moules, les piquer à la fourchette et les réserver au frais. Peler 6 pommes golden. Les couper en deux et les évider. Les détailler en très fines lamelles. Les disposer sur les fonds de tarte en cercles concentriques. Les saupoudrer de 40 g de sucre cristallisé et les parsemer de 50 g de beurre en parcelles. Cuire 25 min au four préchauffé à 270 °C. Décoller les tartes avec une spatule et servir aussitôt. »

tarte au raisin frais

Préparer une pâte à tarte avec 250 g de farine, 1 grosse pincée de sel, 100 g de sucre semoule, 1 jaune d'œuf, 1/2 verre d'eau et 125 g de beurre ramolli. La rouler en boule et la mettre 1 heure au frais. Laver et égrener 500 g de raisin blanc. Mélanger dans une terrine 3 œufs avec 100 g de sucre semoule et 2,5 dl de crème fraîche ; battre le mélange au fouet et l'arroser peu à peu avec 2,5 dl de lait, puis ajouter 1 dl de kirsch. Abaisser la pâte et en garnir un moule à tarte de 24 cm de diamètre ; piquer le fond à la fourchette, ranger les grains de raisin dessus et cuire 10 min au four préchauffé à 200 °C. Ajouter la crème sur la tarte et poursuivre la cuisson de 25 à 30 min. Laisser refroidir, démouler et poudrer de sucre glace.

tarte au riz

Couper en petits dés 200 g de fruits confits et les faire macérer dans 2 cuillerées à soupe de rhum. Préparer une pâte sucrée avec 250 g de farine, 125 g de sucre semoule, 1 œuf, 1 pincée de sel et 125 g de beurre ramolli. Rouler la pâte en boule et la réserver au frais. Faire bouillir 4 dl de lait avec 1 gousse de vanille. Laver 100 g de riz rond, le verser dans le lait bouillant, ajouter 1 pincée de sel et 75 g de sucre semoule, puis cuire 25 min, à couvert et sur feu très doux. Lorsque le riz est cuit, le laisser tiédir légèrement, puis ajouter 1 œuf battu, en remuant énergiquement ; incorporer ensuite 2 cuillerées à soupe de crème fraîche et les fruits confits, avec leur rhum de macération. Abaisser la pâte, en garnir une tourtière, piquer le fond, verser la garniture. Arroser de 50 g de beurre fondu et répartir 5 morceaux de sucre concassés. Cuire 30 min au four préchauffé à 200 °C. Servir tiède ou froid.

RECETTE DE CHRISTIAN CONSTANT, CHOCOLATIER

tarte Sonia Rykiel

« Préparer une pâte sablée avec 100 g de beurre, 50 g de sucre glace, 50 g d'amandes effilées, 200 g de farine et 1 œuf entier. La laisser reposer 15 min, puis en foncer un moule. Cuire à blanc 25 min au four préchauffé à 180 °C. Porter à ébullition 250 g de crème fleurette, la verser sur 250 g de chocolat supérieur à 80 % concassé, bien mélanger et ajouter 50 g de beurre. Laisser refroidir, mais pas épaissir. Verser sur le fond sablé et mettre 2 heures au froid. Découper 6 bananes en rondelles pas trop fines et les disposer en les faisant se chevaucher de l'extérieur vers l'intérieur. Lustrer de nappage abricot transparent et servir aussitôt. »

tarte suisse au vin

Fraiser 350 g de farine avec 180 g de beurre ramolli et ajouter 1 dl d'eau additionnée de 4 g de sel. Travailler rapidement la pâte ; former une boule et la laisser reposer 2 heures. L'abaisser et en foncer un moule à tarte beurré. Mélanger 15 g de fécule avec 220 g de sucre et 1 bonne pincée de cannelle. En recouvrir le fond de pâte. Mouiller avec 1,5 dl de vin blanc. Cuire 20 min au four préchauffé à 240 °C. Sortir la tarte, la poudrer de sucre semoule, la parsemer de noisettes de beurre, et poursuivre la cuisson 15 min. Servir tiède.

RECETTE DE BRUNO DELIGNE, *FAUCHON*, *LE TRENTE*, À PARIS

tarte Tatin

« Éplucher 8 à 10 pommes golden, enlever le cœur et les couper en 6 ou 8 quartiers. Ôter les extrémités et réserver ces pointes. Enduire le fond et les bords d'un sautoir en cuivre de 22 cm de diamètre et 6 cm de hauteur avec un mélange de 300 g de beurre et 200 g de sucre. Poser une première couche de pommes sur la tranche, arrondi vers le fond et extrémité coupée contre le bord du sautoir. Boucher les trous avec les pointes de pomme. Mettre une deuxième couche, en obstruant bien les trous, puis une troisième, qui dépassera légèrement du bord du sautoir, mais qui diminuera à la cuisson. Mettre à cuire sur le gaz sans remuer. Lorsque le mélange beurre-sucre déborde sur les côtés du sautoir et prend une couleur blonde, retirer du feu et laisser reposer 8 heures environ. Le lendemain, poser sur le mélange un disque de feuilletage piqué de 3 mm. Cuire 15 à 18 min au four préchauffé à 180 °C. Laisser refroidir. Avant de servir, réchauffer très légèrement la tarte. Accompagner de crème fraîche et de glace à la vanille. » (Voir photographie page 1033.)

RECETTE DES FRÈRES LAMPRÉIA

tartes à la rhubarbe

« Préchauffer le four à 200 °C. Abaisser 250 g de pâte feuilletée et la cuire 20 min au four entre deux plaques. La tailler en rectangles de 12 x 8 cm. Les saupoudrer de 100 g de cassonade et faire dorer sous la salamandre. Éplucher 500 g de rhubarbe et la tailler en morceaux de la longueur des rectangles de pâte. Les cuire au four à 150 °C, ajouter un peu d'eau et 25 g de sucre, et poursuivre la cuisson sous une feuille d'aluminium. Les égoutter. Préparer un caramel brun avec 100 g de sucre en poudre et de l'eau. Ajouter 50 g de beurre : le caramel doit devenir bien nappant. Placer les morceaux de rhubarbe sur la pâte feuilletée et passer 1 min au four tiède. Napper à la poche à douille de la crème bien froide, dans le sens de la longueur. Puis verser en filaments, dans l'autre sens, le caramel tiède. Servir aussitôt. »

RECETTE DU RESTAURANT *MICHEL CHABRAN*, À PONT-DE-L'ISÈRE

trois tatins à l'ananas frais au coulis de kiwi

« Couper 3 gros ananas frais en quartiers, puis en tranches de 4 mm d'épaisseur. Avec 135 g de sucre semoule et 5 cl d'eau froide, préparer un caramel bien coloré. Le verser au fond de 18 moules à tatin. Laisser refroidir, puis remplir de morceaux d'ananas, en les tassant bien. Disposer dessus une noisette de beurre et 1 pincée de sucre. Cuire au four préchauffé à 210 °C. Aux trois quarts de la cuisson, sortir les moules et disposer dessus une abaisse de feuilletage du même diamètre. Poursuivre la cuisson. Éplucher 6 kiwis et en écraser soigneusement la chair. Passer cette purée au tamis et lui ajouter 1 jus de citron. Démouler les petites tatins quand elles sont froides. Verser le coulis de kiwis au centre des assiettes, puis poser autour trois tatins. Disposer quelques fruits frais et mettre une quenelle de sorbet à l'ananas au centre. Décorer d'un bouquet de menthe fraîche. »

TARTE AU SUCRE Disque de pâte briochée recouvert avant cuisson de sucre ou de vergeoise, de noisettes de beurre et d'œuf battu. Cette spécialité du nord de la France se mange tiède.

TARTELETTE Petite pâtisserie individuelle ronde ou ovale, en pâte brisée, feuilletée ou sablée, servie soit en dessert, avec une garniture sucrée, soit en petite entrée chaude, avec une garniture salée (les mêmes que pour les tartes). Les tartelettes ont parfois la taille d'une bouchée : ce sont alors des petits-fours frais (aux fruits) ou des amuse-gueule chauds (pizza ou quiche miniature, par exemple).

tartelettes Agnès Sorel

Masquer des croûtes à tartelette d'une couche de purée de volaille à la crème, enrichie ou non de truffes hachées. Border de petites rondelles de blanc de volaille et de langue écarlate (bœuf). Placer sur chaque tartelette une tête de champignon cuite à blanc. Passer au four. Napper chaque champignon de sauce crème.

tartelettes au café ou au chocolat

Foncer de pâte sablée des moules à tartelette beurrés. Piquer le fond à la fourchette et faire cuire à blanc 10 min environ. Laisser refroidir. Garnir alors les croûtes, les unes de crème au beurre au café, en plaçant 1/2 noix au centre de chaque tartelette, les autres de crème Chantilly au chocolat parfumée au rhum, à l'aide d'une poche à douille.

tartelettes au millet

Mettre dans une terrine 200 g de farine de petit mil, 400 g de sucre en poudre et 8 œufs battus en omelette. Bien travailler le tout, y ajouter 1 grosse pincée de sel et le zeste finement haché de 2 citrons. Mouiller de 1,5 litre de lait bouillant et bien mélanger. Verser cette composition dans des petits moules ronds unis, beurrés, et cuire de 25 à 30 min dans le four préchauffé à 220 °C.

RECETTE DE RAYMOND OLIVER

tartelettes aux noix et au miel

« Foncer de pâte brisée des moules à tartelette beurrés. Les poudrer de noix pilées et disposer sur le dessus des bandelettes de même pâte en croisillons. Badigeonner ces bandelettes d'œuf battu. Faire cuire à four chaud 15 min environ. Napper le dessus des tartelettes de miel d'acacia. »

TARTINE Tranche de pain recouverte d'une substance facile à étaler. La tartine accompagne aussi bien le petit déjeuner, avec de la confiture, que le déjeuner et le dîner, au moment de l'entrée ou du fromage.

Le *Dictionnaire de l'Académie des gastronomes* signale l'existence du mot « fripe », qui, dans l'Ouest, désigne particulièrement ce qui peut s'étaler sur du pain. Et Balzac, dans *le Lys dans la vallée*, considère les rillettes de Tours comme « la meilleure des fripes ».

TARTINER Étaler sur une tranche de pain un produit ou une préparation en pommade ou de consistance pâteuse. L'opération se réalise avec un couteau à lame arrondie ou une spatule souple.

Par extension, on tartine également de farce toutes sortes d'éléments plats, ainsi que les parois intérieures d'un moule à dariole ou à charlotte.

TARTRE Dépôt salin que le vin laisse à l'intérieur des tonneaux et des cuves, après le soutirage. Ce sous-produit du vin est constitué surtout de bitartrate de potassium ; à l'état purifié, il donne la crème de tartre, utilisée notamment comme levure chimique.

L'acide tartrique, lui, présent en plus forte proportion dans le raisin que dans les autres fruits, fournit la moitié de l'acidité totale du vin ; c'est le plus important de ses acides fixes (avec les acides malique et citrique). Quand le moût n'est pas assez acide, ce qui donnerait un vin « plat », on peut lui ajouter de l'acide tartrique. En revanche, s'il l'est trop, le vin sera astringent, voire dur. L'acidité contribue aussi à la conservation du vin et agit sur sa stabilité et sa couleur.

TASSE Récipient individuel de forme très variable, muni d'une anse, servant à consommer un liquide ; le mot désigne aussi son contenu. Au XVe siècle, la tasse était un ustensile très courant, servant à toutes les boissons chaudes ou froides. À la campagne, on buvait dans des tasses en bois, unies ou gravées. Jusqu'à la Révolution française, le vin était servi au cabaret dans des tasses de grosse faïence.

À partir du XVIIIe siècle, les services en faïence et en porcelaine connurent une grande diffusion, mais on créait aussi des tasses individuelles, comme la trembleuse (dont la base prend place sur une sous-tasse) ou la tasse à moustaches, avec un rebord intérieur permettant de boire sans mouiller cet ornement pileux.

On distingue aujourd'hui les tasses à déjeuner, à thé, à café et à moka ; on trouve des tasses à chocolat, à bouillon et à tisane ; quant à la tasse à consommé, large et basse, elle est munie de deux petites anses.

TÂTE-VIN Petit récipient rond et plat en étain, en argent ou en métal argenté, muni d'une anse surmontée d'un appui pour le pouce, dans lequel on verse un vin pour l'examiner avant de le goûter, lors d'une dégustation. La forme du tâte-vin, ou taste-vin (que l'on appelle aussi « coupole » ou simplement « tasse », notamment en Bourgogne), varie selon la région.

TATIN Nom donné à une tarte aux pommes cuite « à l'envers », sous un couvercle de pâte, mais servie « à l'endroit », c'est-à-dire croûte dessous et fruits dessus. Cette succulente pâtisserie, qui allie le goût du caramel à la saveur des pommes cuites au beurre sous une croûte dorée et croustillante, fit la réputation des sœurs Tatin, qui tenaient, au début du XXe siècle, un hôtel-restaurant à Lamotte-Beuvron.

▶
Tarte Tatin
Recette voir page 1031.



Néanmoins, la tarte « renversée », aux pommes ou aux poires, est une ancienne spécialité solognote, que l'on retrouve dans tout l'Orléanais. Ayant acquis ses lettres de noblesse avec les sœurs Tatin, elle fut servie à Paris pour la première fois au *Maxim's*, où elle demeure une spécialité.

▶ **Recette** : TARTE.

TAUPE Poisson de la famille des requins, appelé aussi « touille ». Pouvant atteindre 3,70 mètres, la taupe vit généralement entre deux eaux. Elle est pêchée toute l'année, mais surtout de mai à septembre, lors de sa migration vers la côte, par les pêcheurs de l'île d'Yeu. Vendue, sous le nom de « veau de mer », en longe ou en tranches comme le thon, elle s'apprête comme lui.

TAVEL Vin AOC rosé, bouqueté et savoureux, sans doute le plus réputé de la région, récolté sur la rive droite du Rhône, en face d'Avignon (voir LANGUEDOC).

TAVERNE Brasserie ou restaurant dont le décor à l'ancienne est souvent en accord avec certaines cuisines régionales, alsacienne notamment. Autrefois, c'était un établissement où l'on ne débitait que du vin, à la différence du cabaret, qui fournissait aussi le couvert. En 1698, il fut permis aux taverniers de servir des viandes, à condition que celles-ci aient été préparées ailleurs, chez les rôtisseurs et charcutiers ; dix ans plus tard, ils obtenaient le droit de les faire cuire eux-mêmes, mais il leur était toujours interdit de cuisiner des ragoûts, privilège des traiteurs.

Au XVe siècle, on trouvait des tavernes partout, mais surtout rue Saint-Jacques et rue de la Harpe, sur la rive gauche, rue Saint-Martin et rue Saint-Denis, sur la rive droite, ainsi que dans le quartier des Halles et près de la place de Grève. La plus célèbre des tavernes était alors la *Pomme de pin*, en face du Palais, suivie du *Grand Godet*, en place de Grève, et des *Quatre Fils Aymon*, rue de la Juiverie. On y servait des vins généralement d'assez médiocre qualité, mais aussi parfois les vins d'Argenteuil, de Chaillot et de Suresnes, qui étaient les grands crus de l'époque, avec le vin de l'Auxerrois et le « vin d'amont » (de Bourgogne, d'Auvergne ou du Val de Loire), très estimés, qui arrivaient par bateaux dans la capitale. Mais c'était là affaire de riches.

TAVERNE ANGLAISE Nom porté par plusieurs restaurants de Paris, en raison du renom attaché, dès la fin du XVIIIe siècle, à la restauration telle qu'elle était pratiquée en Angleterre, et pour les plats que l'on y servait, appréciés par un public anglophile. La première *Taverne anglaise*, également appelée *Grande Taverne de Londres*, fut celle qu'ouvrit Beauvilliers au Palais-Royal en 1782, avant de fonder un autre établissement sous son propre nom. Il y eut également une *Taverne anglaise* rue Taranne, à Saint-Germain-des-Prés, dont la table d'hôte était dressée dès six heures et quart. L'Anglais Lucas commença, lui aussi, par ouvrir une *Taverne anglaise*, où l'on servait du Yorkshire pudding et du rosbif froid, avant qu'elle ne devienne le restaurant *Lucas*, puis *Lucas-Carton*. Après 1870, rue de Richelieu, s'ouvrit une quatrième *Taverne anglaise*, qui attira les amateurs de viande saignante, de côtes de bœuf et de tartes à la rhubarbe.

T-BONE Tranche d'aloyau non désossée (voir planche de la découpe du bœuf pages 128 et 129). Le T-bone comporte une partie du filet et du faux-filet.

TCHOULEND Sorte de ragoût de la cuisine juive, à base de bœuf, cuit à l'étouffée. La prescription du sabbat interdisant d'allumer du feu depuis le coucher du soleil, le vendredi, jusqu'au lendemain à la même heure, des plats à cuisson lente sont placés dans le four le vendredi soir. Les longues heures de mijotage donnent à ces mets une saveur remarquable.

TELFAIRIA Plante de la famille des cucurbitacées, cultivée à la Réunion. Le telfairia, ou joliffie, contient de nombreuses graines plates qui renferment des amandes très appréciées. On en extrait aussi une huile jaune clair, de bonne qualité alimentaire.

TELLIER (CHARLES) Ingénieur français (Amiens 1828 - Paris 1913). Celui que le physicien Jacques d'Arsonval devait surnommer, en 1908, « le père du froid » mit au point la première machine frigorifique industrielle dès 1856, puis la première installation de production régulière de glace à usage alimentaire en 1876. La même année, l'expérience réussie de transport de viandes conservées grâce à ses procédés de refroidissement, par le vapeur *Frigorifique*, aménagé spécialement, entre Rouen et Buenos Aires, fut la première victoire de l'industrie du froid alimentaire.

TEMPRANILLO Cépage rouge espagnol, surtout cultivé dans la région de production des riojas rouges classiques, dans la composition desquels il entre généralement pour 70 %. Le tempranillo est connu dans d'autres régions sous les noms de « aragonez », « cencibel », « ojo de liebre », « tinto fino » ou encore « ull de liebre ». C'est aussi un important cépage argentin.

TEMPURA Beignet de crevette typiquement japonais, dont la pâte est préparée avec de la farine de froment, de l'eau et des œufs. Le tempura s'accompagne traditionnellement d'une sauce légèrement sucrée et d'une purée de radis blanc saupoudrée de gingembre.

TENDE-DE-TRANCHE Morceau du bœuf correspondant à la région interne de la cuisse (voir planche de la découpe du bœuf pages 128 et 129). Le tende-de-tranche est une masse musculaire de laquelle on peut détacher la poire, le merlan, le dessus-de-tranche, destinés à être détaillés en biftecks ou en morceaux pour brochettes et fondue. Dans la partie épaisse, on prépare des rosbifs, qui sont généralement lardés.

TENDRE Qualificatif désignant généralement une viande qui se cisaille facilement avec les dents. Le mot s'applique aussi aux légumes faciles à couper et à mâcher. Quant à un vin dit « tendre », il manque un peu d'acidité et se gardera probablement peu.

TENDRET (LUCIEN) Avocat et gastronome français (Belley 1825 - *id.* 1896). Compatriote et lointain parent d'Anthelme Brillat-Savarin (1755-1826), érudit et portant aux choses de la table une attention passionnée, il publia, en 1892, *la Table au pays de Brillat-Savarin*, où il consigna, entre autres, la recette du célèbre poulet Célestine, spécialité lyonnaise, ainsi que celles des trois fameux pâtés en croûte de Belley : l'oreiller de la Belle Aurore, la toque du président Adolphe Clerc et le chapeau de monseigneur Gabriel Cortois de Quincey, riches en gibier, en volaille, en truffes et en foie gras. On lui doit cet aphorisme : « La gourmandise recherche toutes les courtoisies et toutes les élégances. Elle est la seule passion ne laissant après elle ni remords, ni chagrin, ni souffrance. » Ce gastronome a sans doute servi de modèle à Marcel Rouff pour son personnage de Dodin-Bouffant (1924).

TENDRON Morceau correspondant à la partie moyenne de la poitrine du bœuf et du veau, situé entre la poitrine proprement dite et le flanchet (voir planches de la découpe du bœuf pages 128 et 129 et de la découpe du veau page 1083). C'est un morceau entrelardé et moelleux.

Le tendron de bœuf est surtout utilisé en pot-au-feu, mais aussi pour d'autres préparations à cuisson lente.

Le tendron de veau, débarrassé de l'extrémité des os des côtes et découpé en petits morceaux réguliers, entre dans la préparation de la blanquette, du sauté ou du veau Marengo.

Il peut aussi être découpé en tranches qui, poêlées ou braisées, prennent alors le nom de « côtes parisiennes » ; celles-ci sont garnies de pâtes fraîches, de risotto, d'épinards en branches au beurre ou de carottes braisées.

▶ **Recette** : VEAU.

TEQUILA Eau-de-vie mexicaine portant le nom d'une localité de l'État de Jalisco. La tequila est obtenue par distillation après fermentation de la sève de l'agave. La pulpe est étuvée, broyée et mise à fermenter avec du sucre et des levures.

Une première distillation donne le mescal, qui titre 20 % Vol. ; la seconde fournit la tequila, qui avoisine 40 % Vol. Selon la tradition, on sert la tequila dans un verre haut et fin, avec une soucoupe contenant des rondelles de citron vert et du sel, afin de réunir des arômes contrastés. Le buveur met du sel sur sa main gauche, dans le creux formé entre le pouce et l'index, en lèche un peu, boit une lampée d'alcool, puis suce la rondelle de citron.

La tequila entre aussi dans la composition d'un cocktail mexicain très populaire, la margarita, fait de tequila (ou de mescal), de jus de citron vert et de curaçao blanc, servi dans un verre givré de sel. La tequila Sunrise est faite de tequila, de jus d'orange et de sirop de grenadine.

TERRAIL (CLAUDE) Restaurateur français (1917). Son père André, à la tête de *la Tour d'Argent* (fondée en 1582), avait mis en scène le rituel du canard au sang, élaboré par Frédéric, le célèbre maître d'hôtel, dès 1914. Après des études poussées, Claude poursuit l'œuvre paternelle. Son restaurant reste la figure de proue de la grande cuisine parisienne, visité par toutes les célébrités ; ses caves uniques renferment quatre cent mille bouteilles.

TERRE CUITE Matériau utilisé pour des ustensiles de préparation, de cuisson ou de service. Bien que mauvaise conductrice de la chaleur, la terre cuite convient pour les cuissons au four (ou dans les braises). La terre vernissée est parfaite pour les longs mijotages à température douce (sur feu nu, il faut intercaler un diffuseur). Mais les brusques changements de température provoquent des craquelures.

TERRINE Récipient rectangulaire, ovale ou rond, à bords droits et assez hauts, muni d'oreilles ou de poignées et fermé par un couvercle s'emboîtant dans un rebord intérieur. Par extension, la préparation qu'elle contient porte également le nom de « terrine ».

On appelle aussi « terrine » un ustensile à débarrasser ou de préparation, de forme tronconique, en grès, à bords très évasés, parfois muni d'un bec verseur, que l'on utilise pour mettre du lait ou de la crème, travailler une farce, préparer une pâte plus ou moins liquide, faire tremper ou dégorger un aliment, etc.

Enfin, la terrine peut être un simple ustensile de service, dans lequel on présente des filets de harengs marinés, des champignons à la grecque, etc.

■ **Préparation.** En cuisine, les terrines sont nombreuses et variées. Souvent à base de viandes mélangées, mais aussi de poisson, de fruits de mer, voire de légumes, elles sont servies en entrée froide, accompagnées de cornichons, d'oignons au vinaigre, de cerises ou de grains de raisin à l'aigre-doux, parfois avec une sauce pour les terrines de poisson ou de légumes (qui peuvent aussi se servir tièdes) ; ces deux dernières se préparent généralement avec des ingrédients cuits et pris en gelée, ou réduits en mousse et cuits au bain-marie.

La plupart des terrines de viande contiennent une certaine quantité de chair de porc (gras et maigre), parfois de veau, mêlée à celle de l'élément qui donnera son nom à l'apprêt. Les ingrédients sont utilisés en proportions variables et détaillés différemment. L'assaisonnement joue toujours un rôle important, tout comme la macération éventuelle des éléments dans un alcool. Ce sont souvent des apprêts d'automne, saison du gibier, agrémentés de champignons, de fruits secs (noix, amandes), d'aromates (thym, laurier, baies de genièvre), etc.

Les terrines, que l'on fait cuire à couvert dans le four, au bain-marie, sont souvent des mets rustiques, mais certaines sont des plats de haute gastronomie, telles la terrine de Nérac (perdreau rouge, foies de volaille, jambon et truffes), les terrines de foie d'oie, de chevreuil, de lapin de garenne ou de grives au genièvre. Aujourd'hui, les chefs privilégient les terrines de poisson et de crustacés : terrines d'écrevisse aux petits légumes, de rascasse, de rouget ou de lotte, de brochet, etc.

On prépare également des terrines d'entremets à base de fruits pris en gelée, que l'on sert avec de la crème fraîche ou une sauce aux fruits.

cèpes en terrine → CÈPE
marinade crue pour éléments de pâté et de terrine → MARINADE
pâté d'alouette en terrine → PÂTÉ

RECETTE DU RESTAURANT
LE GRAND VÉFOUR, À PARIS

persillé de beaufort et artichaut, œuf poché à la moutarde

« Chemiser une terrine de 30 x 10 cm avec 40 tranches fines de pancetta. Écraser 500 g de beaufort et l'incorporer à un appareil composé de 25 cl de lait, 6 jaunes d'œuf, 25 cl de crème et 1 dl de crépy. Disposer au fond de la terrine 1/3 de la préparation, 3 fonds d'artichaut cuits, tasser légèrement. Disposer encore 1/3 de la préparation, 3 fonds d'artichaut, et terminer par le reste de la préparation. Couvrir d'une feuille d'aluminium. Cuire 1 h 15 au bain-marie dans le four préchauffé à 160 °C. Réserver au frais 12 heures au moins. Chauffer 3 dl de fond de veau et ajouter 40 g de moutarde. Pocher 10 œufs à l'eau frémissante. Disposer dans chaque assiette, tapissée de pourpier ou de mâche, une tranche de terrine et 1 œuf poché tiède, et napper de sauce moutarde. »

rillettes de lapereau en terrine cuit au parme → RILLETTES

RECETTE DE JEAN-CLAUDE VRINAT
ET CLAUDE DELIGNE

terrine de brochet sauce Nantua

« Lever les filets d'un brochet de 1,5 kg et en retirer la peau. Couper en lanières étroites, puis en cubes, les parties ventrales du poisson. Préparer une frangipane en délayant 100 g de farine, 40 g de beurre et 3 jaunes d'œuf avec 2 dl de lait chaud ; bien travailler sur le feu, à la spatule de bois. Étaler alors la frangipane sur une tôle beurrée et la laisser refroidir. Nettoyer et émincer 100 g de champignons de Paris et hacher 4 ou 5 belles échalotes. Colorer au beurre, dans une poêle, les dés de brochet, puis y mettre les champignons ; les faire dorer. Ajouter les échalotes, sans les laisser colorer ; avec une écumoire, retirer tous les éléments et déglacer la poêle avec 1 dl de bon vin blanc sec ; rajouter les éléments retirés et 20 g de persil haché ; ôter du feu. Piler ou hacher très finement le reste de la chair du brochet ; la saler et la poivrer largement. Ajouter la frangipane refroidie, en petits morceaux, puis 3 blancs d'œuf non battus ; bien malaxer le tout, puis le passer deux fois au hachoir. Ajouter alors 3,5 dl de crème épaisse et travailler la préparation ; ajouter le mélange dés de brochet-champignons, etc. Préchauffer le four à 175 °C. Beurrer une terrine à pâté et y tasser la préparation. Couvrir et mettre dans un bain-marie. Faire démarrer l'ébullition sur le feu, puis enfourner le tout et cuire doucement 1 h 30 environ. Présenter la terrine dans son récipient de cuisson avec une sauce Nantua. »

terrine de caneton

Désosser un canard de 1,250 kg, sans entailler les filets ; détailler ceux-ci en bandelettes, ainsi que 300 g de lard gras. Mettre ces viandes dans un plat creux avec du sel, du poivre, 1/2 cuillerée à café de quatre-épices, 4 cuillerées à soupe de cognac, 1 feuille de laurier ciselée et 1 petite branche de thym frais effeuillée. Bien remuer et laisser mariner 24 heures au frais. Mettre dans le réfrigérateur le reste du canard. Faire tremper à l'eau froide une crépine de porc, puis l'essorer et l'éponger. Préparer une duxelles avec 250 g de champignons de Paris, 2 ou 3 échalotes, du sel et du poivre. Hacher 350 g de poitrine fraîche de porc, 1 oignon, la chair du canard qui n'a pas été détaillée et le zeste blanchi de 1 orange. Mélanger la duxelles et le hachis dans un saladier avec 2 œufs, du sel et du poivre ; bien travailler le mélange, en y ajoutant l'alcool de la marinade. Tapisser la terrine avec la crépine ; disposer la moitié de la farce en couche régulière ; recouvrir avec les bandelettes de canard et de lard, en les alternant ; masquer avec le reste de la farce. Rabattre la crépine sur le contenu de la terrine et couper l'excédent. Déposer sur le dessus 1 feuille de laurier et 2 petites branches de thym frais, puis mettre le couvercle en place. Placer la terrine dans un bain-marie. Porter à ébullition sur le feu, puis cuire 1 h 30 au four préchauffé à 180 °C. Laisser tiédir. Ôter le couvercle et disposer une planchette surmontée d'un poids ; faire refroidir.

RECETTE DE JEAN ET PIERRE TROISGROS

terrine de lapin de clapier

« Dépouiller et désosser un lapin. Détailler en lanières le râble, les filets mignons, les parties les plus charnues des cuisses et 100 g de jambon cru. Laisser mariner avec 3 cl de cognac, 3 g de poivre et 3 g d'épices mélangées. Faire raidir dans du lard gras râpé le foie, puis les chairs de lapin restantes. Les laisser refroidir et les hacher avec 400 g de chair de porc. Assaisonner avec 15 g de sel et 4 g de poivre, et travailler fortement. Chemiser une terrine de bandes très fines de lard gras et appliquer sur le fond et les côtés une couche de farce. Aligner les lanières de lapin et de jambon, et alterner farce et garniture pour terminer avec une couche de farce. Recouvrir d'une bande de lard. Déposer au-dessus 1 brindille de thym et 1 feuille de laurier. Cuire 1 h 45 au moins au bain-marie dans le four préchauffé à 200 °C. Sortir la terrine et la mettre sous presse. Réserver 24 heures au frais. »

▶
Terrine de veau en gelée aux petits légumes printaniers
Recette voir page 1038.



RECETTE DE JEAN ET PIERRE TROISGROS

terrine de légumes aux truffes « Olympe »

« Cuire séparément à grande eau salée 250 g de haricots verts, 300 g de petits pois et 300 g de carottes nouvelles entières. Bien laver 60 g de truffes. Suer 6 fonds d'artichaut au beurre, les mouiller à hauteur d'eau et cuire 20 min sur feu doux. Mettre au réfrigérateur le bol d'un mélangeur et 250 g de chair de porc, 12 cl d'huile d'arachide, 1 jus de citron et 1 blanc d'œuf. Mixer la viande avec le blanc, incorporer peu à peu le jus de citron, l'huile et 1 cuillerée de jus de truffe. Barder de 8 fines tranches de lard fumé une terrine de 22 x 12 x 6 cm, puis la monter en alignant carottes, artichauts, truffes, haricots verts et petits pois, en séparant chaque couche par un lit de farce. Cuire 30 min au bain-marie dans le four préchauffé à 150 °C. Réserver 8 heures au frais et servir accompagné d'un coulis de tomate crue assaisonné à l'huile d'olive et au vinaigre de vin. »

RECETTE DE JEAN-PAUL LACOMBE

terrine de poireaux et fromage de chèvre frais

« Laver et ficeler en botte 1,3 kg de poireaux et les cuire à l'eau bouillante salée. Les couper à la longueur de la terrine jusqu'au vert. Les rafraîchir rapidement à l'eau glacée et les laisser égoutter 2 heures sous presse. Monder 200 g de tomates et les tailler en petits dés. Les assaisonner d'huile d'olive et de ciboulette et de cerfeuil, ciselés. Chauffer 50 cl de bouillon tout prêt et y faire fondre 10 feuilles de gélatine préalablement trempées dans l'eau froide. Laisser refroidir. Chemiser la terrine de film alimentaire. Tapisser le fond d'un peu de gelée, et les côtés, de poireaux, blanc et vert intercalés. Mettre une première couche de tomate, et placer au centre 5 petits chèvres frais. Continuer avec une couche de gelée, une couche de tomates, et remplir le moule avec le reste des poireaux et de la gelée. Presser pour enlever l'excédent de liquide. Laisser 24 heures au réfrigérateur. Démouler la terrine sur une planche et la découper. Napper les tranches de vinaigrette. Parsemer de quelques dés de tomate fraîche, de pluches de cerfeuil et de ciboulette ciselée. »

RECETTE DE GÉRARD BESSON

terrine de queue de bœuf en gelée d'estragon

« Dégraisser et parer 1 queue de bœuf de 1,5 kg ; la couper en trois. La faire mariner 24 heures, avec 2 belles carottes, 1 oignon, 1/2 botte d'estragon, dans 1 litre de vin rouge à base de syrah. Dans une marmite haute, mettre la queue de bœuf, 1/2 pied de veau, la marinade bouillie et filtrée ; mouiller d'eau à hauteur, saler et porter à ébullition. Dépouiller régulièrement pendant 5 min, et ajouter 1 bouquet garni avec des queues d'estragon, 1 petite branche de céleri, 3 blancs de poireau, 1 gousse d'ail, 150 g de haricots verts, 1 botte d'oignons nouveaux. Laisser mijoter 1 h 30, en retirant les légumes au fur et à mesure de leur cuisson. Sortir la queue et la désosser. Filtrer la cuisson, la réduire de moitié, ajouter 10 cl de porto rouge et 6 feuilles de gélatine préalablement trempées dans l'eau froide. Filtrer de nouveau. Disposer des légumes dans le fond d'une terrine, arroser de gelée, puis ranger des morceaux de viande ; recommencer l'opération et terminer par de la viande et de la gelée ; parsemer de pluches d'estragon. Mettre 6 heures au réfrigérateur avant de servir. »

RECETTE DE JEAN ET PAUL MINCHELLI

terrine de sardines crues

« Étêtez et écaillez 24 sardines moyennes très fraîches, essuyez la peau, levez les filets, essuyez la chair intérieure avec du papier absorbant et retirez avec le plat d'un couteau le maximum d'arêtes. Zestez une orange non traitée. Coupez-la en tout petits morceaux avec 1/2 feuille de laurier. Émincez 4 oignons nouveaux. Versez 8 cl d'huile d'olive dans une terrine et ajoutez quelques gouttes de cognac, 4 clous de girofle, 1/3 des oignons, le zeste d'orange et un peu de poivre du moulin. Rangez tête-bêche les filets de sardine. Disposez une autre couche de la même façon et terminez par les mêmes ingrédients. Réservez au frais 1 ou 2 heures. Servez avec du pain grillé beurré. »

terrine de veau en gelée aux petits légumes printaniers

Écosser 40 g de petits pois et les cuire à grande eau salée ; les rafraîchir sous l'eau froide pour leur garder leur couleur. Gratter et émincer 250 g de carottes nouvelles et les cuire à grande eau salée. Couper en rondelles 4 petites courgettes, lavées mais pas épluchées, et les cuire à grande eau salée. Pocher dans un court-bouillon bien relevé 500 g de noix de veau, jusqu'à ce qu'elle soit très tendre. Laisser refroidir. Détailler une moitié de la viande en bandelettes régulières et un peu épaisses et l'autre moitié en cubes ou en rectangles. Préparer une gelée avec le court-bouillon de cuisson filtré. Tapisser abondamment de feuilles d'aneth le fond d'un moule à flan rectangulaire étaler au-dessus une couche des différents légumes, puis disposer, en les alternant, morceaux de veau et légumes, jusqu'à ce que la terrine soit presque pleine. Poivrer au fur et à mesure. Parsemer de quelques feuilles d'aneth. Bien tasser le tout. Couler dans la terrine la gelée refroidie, mais non prise. Laisser quelques heures au réfrigérateur, démouler et servir très frais. (Voir photographie page 1037).

TÊTE Abat des animaux de boucherie, dont certaines parties sont particulièrement appréciées (voir tableau des abats page 10).
– La tête des gros bovins, dépouillée et écornée, fournit les joues, maigres et très savoureuses, la langue et la cervelle. Le museau de bœuf est traité en salaison, cuit et consommé à la vinaigrette.
– La tête de veau comporte le cuir, comestible après échaudage et épilage, la langue et la cervelle. Elle peut être cuite entière, par moitié, ou désossée et roulée. Elle a toujours tenu une place importante dans la cuisine ancienne et connaît de très nombreux apprêts, chauds ou froids. On la cuisine aussi farcie, gratinée, en fritots ; elle donne lieu à l'apprêt traditionnel « en tortue », qui en faisait jadis un plat de grand prestige. C'est encore un mets apprécié dans certaines régions, notamment dans le Centre et le Sud-Ouest.
– La tête de mouton ou d'agneau est rôtie entière dans certaines régions d'Afrique et d'Europe orientale, ainsi qu'en France et dans la cuisine maghrébine. Elle fournit aussi la cervelle, les joues et la langue, ces deux dernières ne formant qu'une seule pièce.
– La tête de porc donne lieu à de nombreux apprêts de charcuterie, notamment le fromage de tête (ou pâté de tête), comportant ou non la langue et les oreilles : elle est traitée en salaison, cuite, désossée, coupée en morceaux réguliers qui sont mis en boule et pressés. La tête persillée, coupée en plus gros morceaux, est additionnée de persil, d'ail et d'échalote. La roulade de tête de porc a été préalablement désossée et salée, puis garnie d'une farce.

tête fromagée de Péribonka → PORC

RECETTE DE JOËL ROBUCHON

tête de porc mijotée Île-de-France

« Mettre 1 tête de porc flambée coupée en deux dans une marmite d'eau froide, avec les oreilles et la langue, ajouter une poignée de sel et porter à ébullition. La maintenir 3 min, en écumant. Rafraîchir les viandes à l'eau froide et égoutter. Laver et éplucher 3 carottes, 3 oignons moyens, 5 échalotes, 2 gros verts de poireau, 2 branches de céleri et 2 gousses d'ail. Garder celles-ci entières et couper tous les autres légumes en grosse mirepoix. Détailler 100 g de racine de gingembre en fines rouelles. Dans un grand rondeau, chauffer 1 dl d'huile. Faire suer la tête de porc, les oreilles et la langue, puis y dorer les légumes ; verser 100 g de concentré de tomate, baisser un peu le feu, et ajouter 1 bouquet garni, 2 feuilles de sauge et 1 branche de romarin. Terminer avec 2 cuillerées à soupe pleines de coriandre en poudre, 1 cuillerée à soupe pleine de macis en poudre, 2 cuillerées à soupe rases de poivre blanc en grains, 3 cuillerées à soupe de graines de genièvre et 2 cuillerées à soupe pleines de graines de coriandre. Mouiller de 4 litres de fond blanc de volaille. Porter à ébullition sur le feu, puis cuire 3 heures au four préchauffé à 280 °C, en arrosant souvent. Dans un sautoir, mettre 12 carottes nouvelles pelées et leurs fanes avec 1 noix de beurre et 1 pincée de sucre et de sel. Couvrir d'eau et cuire jusqu'à ce qu'elles soient tendres. Les glacer et les réserver. Procéder de la même façon avec 12 navets nouveaux pelés et leurs fanes, 12 oignons nouveaux pelés et leurs fanes, ainsi que 12 morceaux de céleri-branche de la taille des carottes. Cuire à l'eau bouillante salée, séparément, 2 fonds d'artichaut poivrade, 12 asperges vertes pelées, 100 g de pois gourmands effilés et 100 g de haricots verts extrafins effilés. Blanchir 100 g de fèves écossées, retirer leur peau, les cuire à l'eau et les rafraîchir. Faire sauter au beurre 100 g de petites girolles bien lavées, assaisonner, ajouter 1 échalote ciselée et suée au beurre, et cuire vivement 1 min. Sortir les viandes et désosser la tête à l'aide d'une petite cuillère. Enlever la peau qui recouvre l'intérieur du palais ; peler la langue. Couper les demi-têtes en morceaux, la langue en tranches et les oreilles en lanières. Rassembler toutes les chairs. Passer le fond de cuisson, le faire un peu réduire 15 min, en le dépouillant. Ajouter 30 g de truffe hachée, puis monter avec 50 g de beurre. Incorporer cette sauce aux viandes. Mettre celles-ci dans un plat et disposer dessus les légumes. »

tête de veau farcie

Cuire au blanc une tête de veau coupée en deux ; lever avec un emporte-pièce rond de 6 à 8 cm de diamètre des disques de chair dans les parties maigres. À l'aide d'une poche à douille, garnir ces rondelles de farce de veau à la panade et à la crème, additionnée de duxelles sèche, d'œufs durs hachés et de persil ciselé. Mettre les rondelles dans un plat à gratin beurré et mouiller d'un peu de fond blanc ; poudrer de chapelure, arroser de beurre fondu et faire gratiner à chaleur douce, en posant le plat au-dessus d'une plaque à moitié remplie d'eau chaude. Servir à part une sauce piquante, poivrade, tartare, ravigote ou béarnaise.

tête de veau à l'occitane

Détailler une demi-tête de veau bien dégorgée en 8 morceaux réguliers et les cuire dans un blanc, avec la langue. Pocher la demi-cervelle dans un court-bouillon aromatisé. Mettre dans un plat creux allant au four 3 cuillerées à soupe d'oignon haché, doucement fondu au beurre et additionné, en fin de cuisson, d'une pointe d'ail. Disposer dessus les morceaux de tête de veau, ainsi que la langue et la cervelle escalopées. Garnir d'olives noires non dénoyautées, de 2 tomates (pelées, épépinées, concassées et sautées à l'huile) et de 2 œufs durs, détaillés en rondelles épaisses. Saler et poivrer. Verser sur la tête de veau 6 cuillerées d'huile d'olive et le jus de 1/2 citron ; parsemer de persil ciselé. Chauffer au bain-marie, en couvrant. Au moment de servir, arroser la tête de veau garnie avec la sauce de cuisson.

RECETTE DU RESTAURANT *LE JARDIN DE PERLEFLEURS*, À BORMES-LES-MIMOSAS

tête de veau à la provençale

« Nettoyer 1 langue de veau et la couper en grosses rouelles. Détailler 1 tête de veau désossée en gros cubes. Faire tremper la viande 1 heure dans l'eau froide, en la changeant plusieurs fois. Dans un rondeau, mettre la langue, la tête, 200 g de petit salé, 7 gousses d'ail, 1 belle pincée de persil, du poivre, 1 cuillerée à café bombée de gros sel, 4 piments langues d'oiseau coupés en lanières, 5 feuilles de laurier, 3 gros oignons et 3 blancs de poireau, émincés très finement, un peu de noix de muscade, 6 clous de girofle, 15 cm d'écorce d'orange séchée et 10 tomates bien mûres concassées. Verser 75 cl de vin blanc de Provence et 10 cl de vermouth. Porter à ébullition, mouiller d'eau à hauteur, et cuire 2 heures. Rectifier l'assaisonnement. Avant de servir, retirer l'écorce d'orange et les feuilles de laurier. »

tête de veau en tortue

Cuire au blanc 1 tête de veau et, à part, la langue et les ris. Couper en morceaux toutes ces viandes et les tenir au chaud dans leur cuisson. Préparer une sauce tortue. Faire suer au beurre, sans les laisser colorer, 250 g de champignons coupés en dés ; dénoyauter 150 g d'olives vertes, les blanchir 3 ou 4 min, les couper en dés ; couper aussi en dés 7 ou 8 cornichons. Passer la sauce et lui ajouter les cornichons, les olives et les champignons. Faire réchauffer le tout, rectifier l'assaisonnement en ajoutant une pincée de poivre de Cayenne. Retirer de leur cuisson les morceaux de tête, de cervelle et de langue ; les napper de la sauce. Garnir de petites quenelles de farce de veau et de croûtons frits au beurre.

TÊTE MARBRÉE Tête de porc saumurée, cuite, coupée en dés, roulée en rectangle et recouverte de gelée.

TÊTE-DE-MOINE Fromage suisse (canton de Berne) de lait de vache (51 % de matières grasses), à pâte pressée non cuite et à croûte lavée, jaune brunâtre, un peu visqueuse (voir tableau des fromages étrangers page 499). La tête-de-moine se présente sous la forme d'un cylindre aussi large que haut de 10 à 12 cm. Elle a une saveur franche et affirmée. Sa pâte mi-dure se déguste en copeaux, les rebibes ou fleurons, réalisés à l'aide d'une girole (voir ce mot).

TÊTE DE NÈGRE Pâtisserie individuelle en forme de boule, faite de deux meringues hémisphériques, collées par une couche de crème au beurre au chocolat ; cette boule est masquée de la même crème, puis recouverte de chocolat granulé ou, plus rarement, de noix de coco râpée.

On appelle aussi « tête de nègre » un gâteau de riz moulé en dôme, entièrement nappé de sauce au chocolat et entouré d'une couronne de crème fouettée.

Enfin, dans les articles de confiserie fantaisie, la tête de nègre (ou baiser de nègre) est une bouchée en pâte de sucre très aérée, dressée sur une gaufrette et enrobée de chocolat.

TÊTE PRESSÉE Préparation de viande de porc froide réalisée avec une demi-tête, deux pieds et une oreille. Après cuisson au court-bouillon, la viande est détachée, mise dans un plat creux et recouverte de bouillon réduit et passé au tamis fin. La pâte pressée est enfin renversée sur un plat et servie en tranches.

TÉTINE Mamelle d'un animal et, plus spécialement, pis de vache. La tétine de cet animal est commercialisée précuite. Coupée en tranches, elle est poêlée avec de l'ail et du persil ; on peut aussi la faire braiser, piquée de lard fin ; on la sert avec des champignons ou du riz. Son rôle gastronomique est aujourd'hui assez réduit. Il n'en était pas de même jadis. Au Moyen Âge, on appréciait la tétine de vache au verjus, tandis que la tétine de génisse constituait un élément de farce assez courant.

TÉTRAGONE Plante de la famille des aizoacées, à tiges rampantes et ramifiées. Également appelée « épinard d'été » ou « épinard de la Nouvelle-Zélande », la tétragone est cultivée pour ses petites feuilles allongées, vert plus ou moins foncé, épaisses et de saveur douce, mais acidulée. Elle est disponible en avril-mai et de juillet à octobre, quand l'épinard souffre de la sécheresse. Moins riche en fer et en acide oxalique que ce dernier, elle se prépare de la même façon.

TÉTRAS Nom de diverses variétés de perdrix que l'on chasse au Canada. On connaît surtout, dans l'ouest du pays, le tétras sombre et le tétras à queue fine, et, sur tout le territoire, le tétras du Canada, ou tétras des savanes. La chair rouge de ces oiseaux se consomme soit saignante, soit longuement mijotée.

TFINA Ragoût à longue cuisson de la cuisine arabe, fait de poitrine de bœuf, de pied de veau, de pois chiches (ou de haricots blancs), de pommes de terre épluchées et d'œufs entiers dans leur coquille, disposés en couches avec de l'huile d'olive, de l'ail, du paprika et du miel. La tfina doit mijoter plusieurs heures. On sert traditionnellement les viandes d'un côté, les légumes et les œufs de l'autre. Dans la tfina au blé, sans œufs, on remplace les pommes de terre par du blé ou de l'orge perlé : c'est le plat de sabbat typique de la cuisine juive algérienne. On prépare aussi des tfinas aux épinards ou au vermicelle.

THAÏLANDE La cuisine thaïlandaise, comme celle de nombreux autres pays asiatiques, se caractérise essentiellement par des repas composés de plusieurs mets servis en même temps.

▶
Thaïlande. Légumes à Chiangmai.
Ce marchand propose brocolis à jets verts et jets jaunes, choux verts, choux chinois...



無疆保黎民

Soupes variées, plats de viande, de volaille ou de poisson, préalablement découpés, légumes, riz ou vermicelles et fruits sont disposés ensemble sur la table. Ces préparations sont toutes fortement épicées et aromatisées et se consomment avec des sauces dont la plus courante est le *nam pla*, à base de poissons fermentés.

■ **Saveurs des assaisonnements.** La soupe est très appréciée par les Thaïlandais ; simple bouillon le matin, elle peut aussi être beaucoup plus complète (soupe aux crevettes et aux boulettes de porc ou soupe de nouilles au bœuf). L'abondance de légumes et de fruits (ananas, aubergine, céleri, champignon, chou, concombre, papaye, pastèque, petite banane verte, soja, noix de coco, dont on utilise le lait, pour les cuissons, aussi bien que la pulpe...) permet de réaliser de multiples salades, souvent assaisonnées de *namprik phao* – un mélange d'ail, d'oignon et de piment haché –, et des apprêts pour accompagner les viandes (bœuf, porc), la volaille (poulet surtout), les poissons et crustacés.

La saveur toute particulière de cette cuisine tient à l'assaisonnement. Ainsi, les morceaux de poulet macèrent avant cuisson dans des marinades à base d'ail, d'oignon, de tamarin, de citron vert, ou de curcuma, de coriandre, etc. (poulet au basilic, poulet aux trois sauces). Le poisson est préparé à la vapeur dans des feuilles de bananier avec du gingembre, de la citronnelle, de la noix de coco.

Les desserts font appel aux produits locaux : riz gluant aux bananes cuit dans des feuilles de bananier, crème de noix de coco ou flan au tapioca, avec noix de coco et ananas.

THÉ Légère collation – généralement composée de pâtisseries – prise avec du thé, et servie surtout dans l'après-midi (voir SALON DE THÉ). Par extension, on appelle « thé » la réunion à laquelle cette collation donne lieu. Les Britanniques sont passés maîtres dans l'art du *five o'clock tea*, mais ils pratiquent également le *high tea* (ou *meat tea*), surtout dans le Nord, à la campagne, où le repas du soir est remplacé par du thé servi avec de la viande froide, du poisson, des salades, des terrines et des fruits, ainsi que des petits pains beurrés, des toasts, des galettes, etc.

La mode du thé de dix-sept heures, citadin et surtout féminin, fut lancée par la duchesse de Bedford vers 1830 et s'accompagna rapidement de règles de savoir-vivre très pointilleuses.

Un thé anglais comporte parfois des petits canapés salés, mais surtout des scones, des muffins, des crumpets, des buns, des cakes, du gingerbread, du shortbread, avec des confitures, des marmelades, du lemon curd, etc.

Sur le continent, le thé fut adopté par anglomanie à la fin du XIXᵉ siècle, surtout en ville. On le pratiqua également comme une sorte de buffet, lors des bals et des soirées.

THÉ (BOISSON) Infusion, breuvage le plus consommé dans le monde après l'eau, préparée avec les feuilles séchées du théier, arbrisseau asiatique à feuillage persistant, de la famille des ternstrœmiacées.

Il existe deux variétés principales de théier, celui de la Chine et celui de l'Inde, avec d'innombrables « crus », appelés « jardins ». Le climat, le terrain, l'altitude et l'orientation influent sur ceux-ci, c'est-à-dire sur la qualité, la couleur, le parfum et le goût du thé ; les meilleurs produits sont cultivés vers 2 000 mètres d'altitude et cueillis au printemps.

Autrefois exclusivement localisée en Chine, la culture du thé s'est étendue au Japon, à l'Inde, puis à d'autres pays d'Asie, au Moyen-Orient et à la Russie. La boisson ne fut introduite en Europe qu'au XVIIᵉ siècle, par les Hollandais, qui la firent découvrir aux Français et aux Anglais, qui en ont fait leur breuvage « national ». Après avoir été surtout considéré comme un remède, le thé devint peu à peu une boisson à la mode, d'abord aristocratique puis mondialement consommée. En Chine et surtout au Japon, avec la cérémonie du thé *(kaiseki)*, la civilisation du thé a marqué la vie sociale, l'art, la religion et la philosophie.

■ **Production.** Aujourd'hui, les principaux producteurs de thé sont, dans l'ordre, l'Inde, Sri Lanka, la Chine, le Japon, l'Indonésie, l'Afrique de l'Est, l'Amérique latine et la Russie. La cueillette du thé s'effectue toute l'année, sauf en altitude. Le théier sauvage peut atteindre 10 m de haut, mais les plants cultivés sont maintenus à 1,20 m du sol, formant des « tables de cueillette ». On prélève le bourgeon terminal de chaque tige (dit *pekoe*, du chinois *pa ko*, « duvet »), puis les feuilles qui suivent, en plus ou moins grande quantité selon la qualité recherchée ; plus les feuilles sont fines et jeunes, meilleur sera le thé.

Par ordre de qualité décroissant, on distingue généralement l'*orange pekoe* (la pointe du bourgeon est jaune-orangé), le *pekoe* (feuilles plus courtes et sans bourgeon), le *pekoe souchong* (feuilles encore plus courtes, plus grossières et plus âgées) et le *souchong* (feuilles plus âgées encore, roulées en boules) ; les feuilles brisées naturellement sont vendues sous les mêmes noms, précédés de la mention *broken*.

On trouve dans le commerce des mélanges classiques de thés non parfumés de plusieurs provenances, dits *blended*. On a également commercialisé, outre les thés en sachet (de papier ou de mousseline), des poudres de thé instantanées, lyophilisées, déthéinées ou parfumées. Selon le séchage auquel le thé est soumis, on distingue essentiellement le thé vert, non fermenté, torréfié directement après la cueillette, donnant un thé fort et âcre, mais une infusion assez claire, et le thé noir, de loin le plus courant, fermenté et desséché. Le *oolong* est une qualité intermédiaire.

■ **Thé vert.** Ce thé est une spécialité de la Chine et du Japon ; soumis à un chauffage brutal des feuilles, il est très apprécié par les Chinois et les musulmans (auxquels le thé fermenté est interdit). On distingue notamment trois sortes de thé vert.

– Le *gunpowder* (« poudre à canon »), appelé *chao chen* en Chine, a des feuilles roulées qui ressemblent à de petits grains (avec la variété *tychen*, « grosse poudre à canon » ou « thé impérial », aux grains plus gros).
– Le thé marocain à la menthe est très rafraîchissant.
– Le thé japonais, appelé *shincha*, donne une infusion très colorée.

■ **Thé noir.** Il subit cinq opérations : le flétrissage (la feuille est déshydratée et assouplie), le roulage (les cellules de la feuille sont brisées pour libérer et mélanger les composants), la fermentation humide (deux à trois heures à 27 °C), la dessiccation (vingt minutes à 90 °C) et le tri selon les grades de qualité.

– Les thés de Ceylan donnent des infusions assez fortes, au goût franc et simple, à boire à toute heure. Les meilleures variétés regroupent l'*orange pekoe finest* (grandes feuilles très parfumées, au goût fin, donnant une boisson ambrée, qui se sert de préférence l'après-midi, sans lait), le *flowery pekoe* (feuilles roulées se développant bien à l'infusion, donnant un thé corsé, chaud au palais, bien accordé avec le citron), le *uva highland* (« grand cru » à déguster sans lait, fourni par de grandes feuilles), le *broken orange pekoe fine* (thé corsé, à boire de préférence au petit déjeuner, avec du lait) et le *high grown* (thé coloré, très parfumé, excellent le matin).

– Les thés des Indes sont particulièrement parfumés ; les plus prestigieux sont le *darjeeling* (fruité, avec un arrière-goût de miel, se mariant bien avec la pâtisserie, et dont la saveur varie selon le « jardin », *selimbong, sington, jungpana,* etc.), l'*assam* (corsé et chaud au palais, que l'on peut relever avec un peu de lait, fourni par des petites feuilles brisées, à pointe dorée) et le *bengale,* à grandes feuilles, donnant un thé léger, à goût d'amande, délicieux au petit déjeuner.

– Les thés de Chine comprennent le *yunnan,* ou « moka des thés », stimulant et corsé, avec un goût un peu chocolaté (feuilles à pointe dorée), le caravane, parfumé, faible en théine, conseillé pour le soir, le *keemun,* aux propriétés digestives, le grand mandarin, au jasmin, qui accompagne bien la cuisine orientale.

– Les thés de Chine fumés comportent l'*imperial souchong* (feuilles jeunes et tendres, mêlées de fleurs de jasmin), conseillé pour l'après-midi, le *lapsang souchong* (belles feuilles larges, mêlées de « pointes blanches »), plus fumé que le précédent et le *tarry souchong* (feuilles larges), au goût fumé très accentué.

■ **Oolong.** Ce thé de Taïwan est fait de feuilles semi-fermentées ; sa qualité varie selon la saison (le plus réputé étant celui de l'été). Il est très apprécié aux États-Unis, où il est classé en huit qualités (du *choicest* au *common*). Le meilleur *(grand oolong fancy),* caractérisé par ses belles feuilles entières, donne une infusion au goût de châtaigne prononcé qui se déguste de préférence sans lait ; d'autres variétés ont un goût de miel.

■ **Thés parfumés.** Ils sont aromatisés aux fleurs ou aux fruits ; le plus célèbre, le *earl grey,* fut mis au point au XIXe siècle par un Anglais, le comte Grey, qui imagina

Thé d'Assam (nord-est de l'Inde)
Cette boîte à thé en étain de la fin du XIXe siècle s'accompagne d'une « pelle » en écorce de cerisier.
▼



d'ajouter de l'extrait de bergamote à un thé noir de Chine non fumé. Le thé de Géorgie, lui, est aromatisé aux agrumes et aux fleurs ; l'abricot, la cannelle, la framboise, le fruit de la Passion, le gingembre, la mûre, la noix de coco, le pamplemousse, la pomme, la vanille, etc., donnent divers thés parfumés.

■ **Diététique.** Boisson sans calorie et sans sodium, le thé est connu depuis l'Antiquité pour ses qualités : il stimule le système nerveux par sa caféine (ou théine) ; il facilite la digestion par ses tanins astringents, active la circulation sanguine, soutient le cœur (grâce à la théophylline) et exerce une action diurétique ; il est riche en manganèse, en iode et en cuivre.

On le conserve dans une boîte métallique, à l'abri de la lumière et de l'humidité, mais pas plus de dix-huit mois (jusqu'à trois ans pour les thés de Chine). Le thé acheté au poids est toujours préférable aux sachets.

On donne parfois le nom de « thé » à d'autres infusions, tels le thé des jésuites ou du Paraguay qui n'est autre que le maté, le thé de Saint-Germain, ou thé de santé (purgatif), le thé suisse (vulnéraire, que l'on applique sur les blessures) et même le « thé de bœuf » *(beef tea)*, bouillon de bœuf haché.

■ **Préparation classique.** Lorsqu'elle ne relève pas d'un rite particulier, d'une philosophie ou d'une tradition, la préparation du thé obéit à quelques règles simples.
– L'eau doit être aussi peu calcaire que possible, non ferrugineuse (elle précipiterait les tanins dans la tasse) et non javellisée ; en l'absence d'eau de source, les connaisseurs choisissent une eau minérale légère et ne l'utilisent jamais déjà chaude.
– La théière est d'abord ébouillantée, pour qu'elle soit humide et chaude au moment où l'on y met les feuilles, à raison de 1 cuillerée à café de thé par tasse, plus une « pour la théière » ; meilleur est le thé, moins il en faut.
– L'eau est versée juste frémissante (à 95 °C) sur les feuilles ; il faut éviter les gros bouillons.
– La durée d'infusion est de trois à cinq minutes, selon qu'il s'agit de thé à feuilles entières ou de *broken* ; au-delà, on ne gagne plus d'arôme, mais les tanins se diffusent et rendent l'infusion plus âcre et plus foncée.
– Les feuilles sont retirées et l'infusion est remuée dans la théière avec une cuillère.

■ **Préparations originales.** Selon les pays, la consommation du thé obéit à des traditions très différentes.
– Le thé à la russe, assez foncé et fort, est versé dans des verres ; on le boit parfois en plaçant un morceau de sucre dans sa bouche et en filtrant l'infusion à travers celui-ci ; pouvant être préparée à tout moment avec la réserve d'eau bouillante du samovar, cette boisson est offerte traditionnellement à tout visiteur.
– Le thé à la chinoise est servi dans des petites tasses sans anse, en porcelaine fine ; on le préfère nature, parfois aromatisé à la bergamote ou au jasmin, et on en boit toute la journée, sauf pendant les repas.
– Le thé à la vietnamienne se déguste dans des tasses à couvercle qui conservent l'arôme et la chaleur.
– Le thé à l'arabe, infusé avec de la menthe et très sucré, se boit dans de petits verres.
– Le thé à la japonaise est l'objet d'un véritable cérémonial, réglé dans ses moindres détails et exigeant des années d'expérience.

agneau aux pruneaux, au thé et aux amandes → AGNEAU

casbah algérienne

Préparer le thé avec 1 cuillerée à soupe de thé vert, 1 cuillerée à soupe de feuilles de menthe et 75 cl d'eau. Faire infuser longuement de 100 à 150 g de sucre en pain, morceau par morceau. Laisser fondre. L'infusion, très rafraîchissante, doit être forte et très sucrée. Servir brûlant et, si possible, glisser 1 feuille de menthe fraîche dans chaque verre au moment de servir.

sorbet au thé → SORBET

thé chinois

Chauffer 1 litre d'eau dans une bouilloire émaillée jusqu'à ce qu'elle fasse de gros bouillons. En verser alors un verre dans une théière (en terre cuite ou en porcelaine) ; secouer celle-ci pour l'ébouillanter, puis jeter l'eau. Y mettre 2 cuillerées à café de thé noir, puis la remplir d'eau bouillante. Couvrir. Après 2 min, verser le thé dans une grande tasse pour faire ressortir la fragrance, puis reverser celle-ci immédiatement dans la théière. Laisser infuser encore 2 min, puis servir.

thé glacé

Préparer une infusion de thé vert en y ajoutant les feuilles détachées d'un bouquet de menthe fraîche. Passer le thé, le verser dans une carafe, le sucrer légèrement, le laisser refroidir, puis le mettre à glacer 1 heure au moins dans le réfrigérateur. Servir très froid, en ajoutant au dernier moment 4 cuillerées à soupe de rhum par litre de thé.

thé indien au lait aux épices

Dans une casserole, verser 1/2 litre de lait, y plonger 1 morceau de cannelle, 2 clous de girofle et 2 gousses de cardamome écrasés et éventuellement 1 morceau de gingembre frais épluché et haché. Porter à ébullition, ajouter 1 cuillerée à soupe et demie de feuilles de thé et suffisamment de sucre en poudre. Faire bouillir 1 ou 2 min, couvrir, éteindre le feu et laisser infuser 7 à 8 min au moins. Passer la boisson et servir très chaud.

thé à la menthe

Verser 4 dl d'eau bouillante sur 2 cuillerées à dessert de thé vert et de feuilles de menthe mélangés. Ajouter aussitôt 1 cuillerée à café de sucre en poudre ou davantage, car ce thé se boit très sucré. Laisser infuser de 2 à 3 min, puis filtrer et servir brûlant.

THÉIÈRE Récipient ventru, muni d'un bec verseur et d'une anse ou d'une poignée, servant à préparer une infusion de thé et à la servir. Selon sa taille, la théière convient pour une infusion individuelle ou pour plusieurs tasses.

Le matériau est variable : porcelaine, faïence, terre, métal, etc. Les spécialistes conseillent la théière de terre rouge, non vernissée intérieurement, supérieure

au métal, souvent trop mince (sauf le métal anglais), et à la porcelaine, élégante et assortie aux tasses et au service, mais qui ne se « culotte » pas. Une théière fait en effet un meilleur thé si elle a beaucoup servi sans jamais être récurée, mais simplement rincée à l'eau froide. Lorsqu'elle est neuve, il est conseillé de la laisser plusieurs jours emplie de thé fort. Une théière possède généralement un goulot verseur fin et allongé ; elle a toujours un couvercle.

Une innovation est apparue au XIXe siècle : un fin treillage, ou une paroi percée de petits trous, est placé intérieurement, à la base du goulot, pour retenir les feuilles ; néanmoins, celles-ci sont si petites qu'une passoire est souvent nécessaire.

Certains modèles disposent également d'une passoire interne, qui s'adapte à l'ouverture de la théière ; on y place les feuilles de thé avant de verser l'eau.

THERMIDOR Nom d'un apprêt du homard, créé selon certains en janvier 1894 chez *Maire*, célèbre restaurateur du boulevard Saint-Denis, à Paris, le soir de la première de *Thermidor*, drame de Victorien Sardou ; d'autres l'attribuent à Léopold Mourier, du *Café de Paris*, où le chef Tony Girod, son assistant et successeur, en fixa la recette actuelle : cubes ou escalopes de chair servis dans les demi-carapaces, mélangés de sauce Bercy (ou crème) moutardée, poudrés de fromage râpé et gratinés, ou masqués de sauce Mornay et glacés à la salamandre. On leur ajoute parfois des petits champignons, voire de la truffe.

L'appellation concerne aussi, par extension, un apprêt de la sole, pochée au vin blanc et au fumet de poisson, avec échalote et persil, saucée de la cuisson réduite montée au beurre et moutardée.

▶ **Recette** : HOMARD.

THERMOMÈTRE Instrument servant à mesurer la température d'un solide, d'un liquide ou d'une enceinte. La graduation est faite en degrés Celsius, suivant une échelle variable selon l'emploi envisagé. La plupart des thermomètres utilisés en cuisine sont faits d'un tube de verre, renfermant un liquide qui se dilate plus ou moins suivant la température.

Les plus utilisés sont le thermomètre de cuisson, gradué de 0 à 120 °C, et le thermomètre à sucre, gradué de 80 à 100 °C.

La sonde est un thermomètre gradué de 0 ou de + 30 °C à 100 ou 120 °C, que l'on plante au cœur d'un jambon, d'un pâté ou d'une viande pour mesurer la température à cœur ; le thermomètre à viande congelée est gradué de - 30 à + 30 °C. Il existe aussi, pour les rôtis, des thermomètres bilames, constitués de métaux ayant des coefficients de dilatation différents.

THON Nom donné à plusieurs grands poissons de mer, de la famille des scombridés, voisins par l'aspect et la forme. Le thon était déjà très apprécié dans l'Antiquité. Les Phéniciens le salaient et le fumaient. Au milieu du IVe siècle avant J.-C., Archestrate recommandait, semble-t-il, le grand thon de Samos et celui de Sicile, marinés. Au Moyen Âge, on appréciait le thon toujours préparé de cette façon (la tonnine se composait de thon vidé, dépecé, rôti ou frit dans l'huile d'olive, puis salé et très épicé) ; à la fin du XVIIe siècle, les « marchands épiciers » faisaient encore commerce de thon mariné.

À partir du XIXe siècle, la pêche du thon gagna peu à peu l'Atlantique. Depuis 1947, les pêcheurs bretons partent jusqu'au large de l'Afrique. Le thon frais est un poisson gras (13 % de lipides et 225 Kcal pour 100 g) ; c'est une bonne source de protéines, de phosphore, d'iode, de fer et de vitamines A, B et D.

■ **Espèces.** Le terme « thon » est aujourd'hui réservé, en France, à cinq espèces de poissons (voir tableau).

– L'albacore, rarement vendu frais, est essentiellement destiné à la conserverie.

– Le germon, ou thon blanc, est lui aussi surtout destiné à la conserverie ; il était autrefois beaucoup plus abondant qu'aujourd'hui. Sa chair blanche, particulièrement savoureuse, ressemble à celle du veau et se cuisine comme elle. Le thon blanc breton, vendu frais, se cuisine braisé, après marinade, ou grillé, en tranches.

– La bonite ou listao a une chair rouge, et pas très ferme. On l'utilise surtout pour les préparations bas de gamme à base de thon.

– Le « thon obèse », ou patudo, se consomme surtout frais, mais il n'a pas la saveur délicate du thon blanc.

– Le thon rouge est presque toujours vendu frais ; ses apprêts sont surtout inspirés de la cuisine basque, sicilienne ou provençale : débité en tranches, mariné, puis braisé ou cuit en daube.

Caractéristiques des différentes variétés de thons

variétés	provenance	époque	poids	aspect
albacore ou yellowfin	Atlantique	toute l'année	10-60 kg	jaune citron, fusiforme, tête petite, dos bleu foncé, chair rose clair
bonite ou listao	Atlantique	juill.-août	5-20 kg	petit, blanc, dos rayé
germon ou thon blanc	golfe de Gascogne, Atlantique, Pacifique, océan Indien	mai-oct.	4-10 kg	dos bleu foncé, ventre blanc argenté, chair blanche, tendre
thon rouge ou bluefin	Atlantique, Méditerranée, Terre-Neuve	mai-sept.	140-250 kg	grand, pectorale courte, chair rouge
thon obèse ou patudo	Atlantique	toute l'année	80-90 kg	très gros, jusqu'à 2 m et 300 kg

– D'autres poissons sont rapprochés des vrais thons : la pélamide, ou bonite à dos rayé, qui se cuisine en darnes comme le thon germon, sans avoir sa finesse et son goût ; la melva, petit poisson des mers chaudes, au dos bleu sombre et à la chair blanche, qui est préparée fumée ; la thonine, ou bonite à ventre tacheté, à chair brune, qui est utilisée en conserverie, mais n'a pas droit à l'appellation « thon ».

■ **Pêche.** Dès le IIe siècle av. J.-C., les Grecs connaissaient les périples des thons, poissons migrateurs se déplaçant en bancs serrés ; des procédés de pêche très anciens ont d'ailleurs longtemps subsisté, notamment en Sicile et en Yougoslavie.

En Provence, à la fin du XIXe siècle, l'approche des bancs de thon était encore annoncée à coups de trompe par des guetteurs ; à la veille de la Première Guerre mondiale, la petite pêche, restée artisanale, se limitait à la Méditerranée, alors que la pêche au germon, modernisée vers 1850, prospérait dans le golfe de Gascogne.

Le premier thonier conçu pour la pêche à destination des conserveries fut construit en 1906. Dès 1930, quelques armateurs de Saint-Jean-de-Luz s'équipèrent de bateaux à cales réfrigérées.

Aujourd'hui, la pêche est industrialisée et scientifique : marquages pour mieux connaître les migrations, repérage des bancs par hélicoptère, voire par satellite.

■ **Conserves.** En France, le thon est surtout consommé sous forme de conserves, dont les préparations variées permettent de réaliser des salades composées, de préparer des légumes farcis (avocats, poivrons, tomates) et des hors-d'œuvre divers.

Le thon en conserve se présente soit entier (le « bloc » est en fait constitué de morceaux généralement serrés les uns contre les autres), soit en miettes (petites brisures), soit en filets (petits morceaux allongés, levés sur le ventre et appelés « ventrèche »).

– Le thon au naturel, toujours entier, est d'abord débité en tranches ; celles-ci sont divisées en morceaux, qui sont désarêtés, parés, lavés, passés en saumure, cuits par stérilisation, puis recouverts d'une eau légèrement salée.

– Le thon à l'huile a été étêté et équeuté, cuit au court-bouillon ou à l'étuvée, séché, puis découpé, désarêté et dépouillé ; blocs, miettes (65 % au moins) ou filets sont mis en boîte et recouverts d'huile (la composition de celle-ci est alors précisée).

– Le thon à la tomate a été cuit, séché, mis en boîte entier, en filets ou en miettes (50 % de celles-ci au moins) avec une sauce contenant au moins 8 % d'extrait sec de tomate et 10 % d'huile.

– Le thon à la marinade, et parfois aux aromates, a été préparé comme le thon à l'huile, recouvert de sauce vinaigrée aromatisée, et mis en boîte entier, en filets ou en miettes (75 % de celles-ci au moins).

– Le thon à la ravigote ou aux achards se compose généralement de filets à l'huile d'olive aromatisée ou additionnée de condiments.

– Le hors-d'œuvre de thon est préparé avec des thons de qualité très variable, une sauce condimentaire, des légumes émincés, etc.

RECETTE DE JO THOREL,
L'AUBERGE BRETONNE, À LA ROCHE-BERNARD

rouelle de thon aux épices et aux carottes

« Dorer au beurre dans une cocotte une rouelle de thon de 1 kg. L'entourer de 6 tomates émondées et coupées en quartiers, de 10 petits oignons nouveaux pelés et de 1 kg de carottes nouvelles épluchées et taillées en rondelles. Mouiller avec 50 cl de bouillon de volaille et assaisonner avec 10 g de racine de gingembre frais, 1 pincée de muscade râpée, 1/2 cuillerée à café de cannelle en poudre, 4 stigmates de safran, 1/2 cuillerée à café de cumin en poudre et du sel. Couvrir, porter à ébullition et laisser mijoter 1 heure. Servir très chaud. »

tartare de thon → TARTARE

thon en daube à la provençale

Piquer de filets d'anchois une rouelle de thon rouge. La laisser mariner 1 heure avec huile d'olive, jus de citron, sel et poivre. La dorer à l'huile d'olive. Ajouter 1 oignon haché revenu à l'huile, 2 grosses tomates pelées, épépinées et concassées, 1 petite gousse d'ail écrasée et 1 bouquet garni. Cuire 15 min à couvert, mouiller de 1,5 dl de vin blanc et poursuivre la cuisson 40 min au four, en arrosant souvent. Égoutter la rouelle et la dresser dans un plat rond. La napper de son fond de cuisson réduit.

tomates farcies froides au thon → TOMATE
vitello tonnato → VEAU

THYM Plante vivace et aromatique de la famille des labiacées, à petites feuilles vert grisâtre (voir planche des herbes aromatiques page 561).

Il en existe deux variétés principales, l'une méridionale (le thym sauvage, surnommé « farigoule » ou encore « serpolet »), l'autre dite « thym d'hiver », ou « thym allemand » *(Thymus vulgaris)*, plus haute, à feuilles plus larges, à saveur plus amère.

Le thym citron *(T. citriodorus)*, lui, aromatise agréablement diverses préparations, mais il ne supporte pas la cuisson.

■ **Emplois.** Le thym contient une huile essentielle, le thymol, à l'odeur très parfumée et aux propriétés antiseptiques. Le thym est l'un des aromates de base de la cuisine. Seul ou dans le bouquet garni, frais ou séché, il intervient dans le pot-au-feu, la potée, le cassoulet, le civet, la daube, la sauce meurette, le bœuf bourguignon, les poissons au four, etc. Il peut relever, surtout s'il est frais, des œufs brouillés, des salades, un coulis de tomate ou des lentilles. Il sert aussi à préparer des infusions et certaines liqueurs de ménage.

▶ **Recettes** : CROÛTON, NAGE, SOLE.

▶
Thon en daube à la provençale



TIÉ BOU DIÉNÉ Plat national sénégalais, fait de tronçons ou de darnes de poisson maigre (capitaine, colin, congre, dorade ou merlu), éventuellement farcis d'oignon haché avec du persil et du piment ; dorés à l'huile d'arachide, les morceaux de poisson sont mis à mijoter sur un lit de légumes (aubergine, chou émincé, navet, oignon, patate douce, tomate), préalablement sautés à l'huile, puis relevés de piment, de poivre et éventuellement de tamarin, et additionnés de poisson séché et, parfois, de jète (coquillage marin). Le tié bou diéné est servi avec du riz cuit à la vapeur et accompagné à part de la sauce de cuisson.

TILLEUL Arbre aux feuilles luisantes, de la famille des tiliacées, dont les fleurs très odorantes sont utilisées, séchées, pour préparer des infusions calmantes et antispasmodiques, parfois pour parfumer des crèmes, des glaces et des entremets, plus rarement comme aromate en cuisine. Les fleurs de tilleul les plus aromatiques proviennent de la Drôme, où l'on fabriquait jadis un ratafia de tilleul. Le miel de tilleul a un arôme et un parfum prononcés.

TILSIT Fromage suisse de lait de vache (45 % de matières grasses) des cantons de Saint-Gall et de Thurgovie, à pâte pressée non cuite et à croûte brossée (voir tableau des fromages étrangers page 499). Le tilsit se présente sous la forme d'une petite meule de 35 cm de diamètre et de 7 à 8 cm d'épaisseur, pesant de 4 à 5 kg ; affiné plus de quatre mois, il s'emploie comme le parmesan. Il a une saveur très fruitée, avec une forte odeur de cave.

TIMBALE Sorte de croustade servie en entrée chaude, faite d'une croûte ronde, cuite à blanc, garnie d'une préparation liée d'une sauce. La croûte est souvent historiée, décorée de motifs découpés à l'emporte-pièce ; les garnitures sont celles des vol-au-vent et des bouchées.

On appelle aussi « timbales » des petits apprêts moulés en dariole, faits de salpicons divers, de légumes, de risotto, etc., servis en entrée ou présentés en garniture.

Enfin, la timbale peut également être un entremets, une grande croûte cuite à blanc, garnie d'abricots pochés à la frangipane, de fruits divers, de cerises à la chantilly, etc., ou une petite croûte individuelle garnie de glace, de crème, de fruits, etc.

croûte à timbale garnie → CROÛTE

TIMBALES SALÉES

petites timbales d'entrée

Tapisser régulièrement d'une couche de farce fine de volaille ou de poisson, de riz au gras, de brunoise de légumes, etc., épaisse de 1/2 cm, des moules à dariole beurrés, soit décorés de détails de truffe, de langue écarlate ou de maigre de jambon, soit parsemés de truffe ou de langue hachée. Emplir le milieu d'un salpicon refroidi ou d'une garniture à barquette. Recouvrir d'une couche de farce semblable à celle qui tapisse les moules et cuire de 15 à 18 min au four, au bain-marie. Laisser reposer quelques instants avant de démouler. Dresser à même le plat ou sur des croûtons ronds de pain de mie frits ou des fonds d'artichaut. Servir avec une sauce accordée à l'élément principal.

petites timbales à la piémontaise

Beurrer des moules à dariole et les tapisser d'un salpicon de langue écarlate. Les garnir d'un risotto au safran additionné d'une julienne très fine de truffe blanche. Cuire de 10 à 15 min au four, puis laisser reposer 5 min avant de démouler. Servir en garniture de cailles ou de brochettes de petits oiseaux rôtis.

timbale de pâtes à la bolognaise

Préparer une timbale de pâtes avec des coquillettes, des champignons sautés avec un hachis d'ail et d'échalotes, du persil haché, de très petits dés de jambon passés rapidement dans du beurre chaud et, éventuellement, un peu de truffe blanche râpée. Ajouter de la sauce bolognaise et réchauffer le tout. Servir avec du parmesan râpé, ou gratiné.

timbale de queues d'écrevisse Nantua

Préparer une croûte de timbale de forme basse, avec couvercle en feuilles imitées. Faire sauter au beurre 60 écrevisses moyennes, avec 2 cuillerées de mirepoix cuite à l'avance. Dès qu'elles sont bien rouges, les couvrir et les tenir 10 min sur le côté du feu, en les faisant sauter de temps en temps. Décortiquer les queues ; les mettre dans une petite casserole avec 20 petites quenelles en farce de merlan au beurre d'écrevisse, 15 petits champignons cannelés, cuits bien blancs, et 100 g de lames de truffe. Ajouter quelques gouttes de cuisson des champignons et réserver au chaud. Piler très finement débris et carcasses d'écrevisse ; les passer au tamis fin. Mélanger cette purée avec 4 dl de sauce crème et passer à l'étamine. Chauffer cette préparation sans la laisser bouillir ; la monter hors du feu avec 100 g de beurre fin et l'incorporer à la garniture. Juste au moment de servir, verser celle-ci dans la croûte de timbale ; décorer le dessus d'une couronne de lames de truffe bien noire. Fermer la timbale avec son couvercle et la dresser sur une serviette pliée.

timbale de sandre aux écrevisses et mousseline de potiron

Cuire 500 g d'écrevisses 5 min au court-bouillon, les décortiquer, jeter les carcasses ; réserver. Éplucher 200 g de pommes de terre et 400 g de potiron ; les cuire 30 min à l'eau salée, les égoutter, les passer au moulin à légumes, puis dessécher cette purée en remuant avec une spatule. Laver 1,5 kg de poireaux et les couper en fine julienne. En faire frire le quart dans de l'huile très chaude (180 °C) ; égoutter sur du papier absorbant. Cuire le reste à l'eau bouillante en gardant les poireaux croquants, les rafraîchir, les faire suer au beurre et ajouter 15 cl de crème épaisse, du sel et du poivre du moulin. Laisser compoter 10 min. Dans le bol d'un robot ménager, hacher à vitesse moyenne 400 g de chair de sandre. Sans arrêter l'appareil, incor-

porer du sel, du poivre, 2 blancs d'œuf et 35 cl de crème liquide stérilisée. Beurrer des timbales de 9 cm de diamètre, en tapisser le tour et les parois de mousse de sandre, garnir l'intérieur de queues d'écrevisse et de mousseline de potiron, et combler avec de la mousse de sandre. Cuire 30 min, au bain-marie, dans le four préchauffé à 150 °C. Dresser sur des assiettes, décorer d'un lit de poireaux à la crème et d'un dôme de poireaux frits surmonté de pluches de cerfeuil.

RECETTE ANCIENNE

timbales Agnès Sorel

« Beurrer une douzaine de moules à dariole. Les sabler intérieurement, une moitié avec des truffes hachées, l'autre moitié avec de la langue écarlate cuite (bœuf), également hachée. Préparer la valeur de 500 g d'une farce de volaille à la crème ; la finir avec quelques cuillerées de purée Soubise : l'ensemble doit être épais. Tapisser de cette farce le fond et la paroi des moules. Emplir le vide laissé dans la farce avec un salpicon composé de volaille et de truffes, lié de sauce madère réduite. Fermer l'ouverture des moules avec une couche de farce crue. Ranger les moules dans une sauteuse. Faire cuire au bain-marie de 12 à 15 minutes. Au moment de servir, démouler les timbales, les dresser sur un plat. Présenter en saucière le reste de la sauce madère. »

TIMBALES SUCRÉES

timbale Brillat-Savarin

Cuire de la pâte à brioche dans un moule à charlotte et l'évider en timbale en laissant une épaisseur de pâte de 1 cm dans le fond et sur les parois. Préparer d'une part une crème pâtissière additionnée de macarons écrasés et, d'autre part, des quartiers de poires cuits dans un sirop vanillé. Ajouter du kirsch à de la marmelade d'abricot et faire fondre celle-ci ; en badigeonner l'intérieur de la timbale et mettre quelques minutes au four. Emplir la timbale de couches alternées de crème pâtissière et de poires, en terminant par des poires. Décorer de fruits confits et faire tiédir à l'entrée du four. Accompagner d'une sauce à l'abricot.

RECETTE DU RESTAURANT *LASSERRE*, À PARIS

timbales Élysée Lasserre

« Préparer 4 coupelles en pâte (genre « pâte à croquignoles »), en mélangeant intimement 50 g de farine, 100 g de sucre glace, 40 g de blancs d'œuf et 15 g de beurre en pommade ; parfumer à la vanille. Abaisser cette pâte en disques très minces sur une plaque beurrée et farinée. Les cuire de 6 à 8 min au four préchauffé à 250 °C. Mouler à chaud ces disques de pâte sur un fond de bol ou une louche pour leur donner une forme de coupelle. Garnir le fond de chaque coupelle d'une petite tranche de génoise sèche, puis d'une boule de glace à la vanille, d'une autre tranche de génoise imbibée de kirsch, et enfin de fruits de saison (fraises, framboises, etc.). Napper le tout d'une cuillerée de gelée de groseille additionnée de kirsch et entourer de 3 rosettes de crème Chantilly. Recouvrir ensuite les coupelles garnies d'une cage de sucre filé. »

TIMBALE (USTENSILE) Gobelet en métal argenté ou en argent ; c'est notamment un cadeau de naissance ou de baptême. La timbale est aussi un moule de fer étamé, assez haut, de forme cylindrique légèrement évasée, servant à cuire diverses préparations à base de farce, de viande, de volaille, de pâtes, etc. C'est également un plat de service proche du légumier, dans lequel on dresse légumes, œufs brouillés, ragoûts, etc.

TIRAMISU Dessert italien créé dans les années 1970, à base de couches de pâte à biscuit ou à génoise imbibée de whisky et de café, et de couches de crème au mascarpone et aux œufs (jaunes et blancs battus).

TIRE Confiserie canadienne créée au XVIIe siècle par Marguerite Bourgeoys, partie de Troyes, en France, pour ouvrir la première école en Nouvelle-France. Pour attirer les « petites sauvagesses », elle imagina un sirop à base de mélasse qu'elle mit à refroidir sur la première neige de l'hiver. Cela se passait un 25 novembre, et la tire reste un mets traditionnel de la Sainte-Catherine.

tire à la mélasse

Mettre dans une casserole 1,5 kg de sucre, 50 cl de mélasse et 50 cl d'eau. Ajouter 1 pincée de bicarbonate de soude. Cuire à feu doux jusqu'à ce que le sucre soit complètement fondu. Incorporer 50 g de beurre en grattant bien le bord de la casserole avec une spatule de bois. Faire bouillir sans remuer jusqu'à ce qu'une goutte du mélange, plongée dans de l'eau froide, forme une boule dure. Ajouter 1 cl d'essence de vanille. Verser dans un moule carré beurré et laisser refroidir. Étirer la préparation avec les mains beurrées ou farinées jusqu'à ce qu'elle blanchisse. La couper en carrés de 2 cm de côté et envelopper ceux-ci dans du papier sulfurisé.

TIRE-BOUCHON Ustensile servant à déboucher une bouteille fermée par un bouchon de liège. Le plus classique est à vis hélicoïdale, à mèche ronde ou plate ; mais il existe de très nombreux autres modèles, certains munis d'une gaine protège-goulot, d'autres à levier ou encore démultipliés, pour limiter l'effort, mais aussi pour éviter de trop remuer la bouteille. Le tire-bouchon dit « limonadier » est équipé en outre d'un décapsuleur et d'une lame pour couper la capsule. Un autre système fonctionne avec deux lames d'inégale longueur, que l'on insère entre le goulot et le bouchon, ce qui évite de percer ce dernier.

TIRE-LARIGOT (À) Expression qui qualifie familièrement le fait de boire beaucoup. Au XVIe siècle, les écrivains Ronsard et Rabelais l'utilisaient déjà.

TISANE Infusion d'herbes ou de plantes séchées, consommée chaude, nature ou légèrement sucrée.

Les infusions regroupent notamment l'anis vert, stimulant et sédatif ; la camomille romaine, efficace contre les névralgies, migraines et douleurs fébriles ; le coquelicot, calmant, entre autres, de l'asthme ; le lierre terrestre, béchique (c'est-à-dire sédatif de la toux) ; la marjolaine, contre certains spasmes et les insomnies ; la mélisse, qui soigne les vertiges, palpitations, migraines et troubles du sommeil ; la menthe, tonique et stimulante ; la reine des prés, sudorifique, diurétique, efficace contre la grippe et les rhumatismes ; le romarin, bénéfique pour le foie ; la sauge, tonique, stomachique et digestive ; le serpolet, calmant de la toux et dissipateur de l'ivresse (disait Linné) ; le thym, antiseptique, bon pour les voies respiratoires et l'estomac ; le tilleul, antispasmodique et sudorifique ; la verveine, digestive, et la violette, béchique, expectorante et diurétique.

TISANIÈRE Grande tasse haute, en porcelaine, en faïence ou en grès, munie d'une passoire intérieure (dans laquelle on place les feuilles à arroser d'eau bouillante) et d'un couvercle en même matériau, dans laquelle on peut préparer directement l'infusion.

TITRE ALCOOLOMÉTRIQUE Mesure, à la température de 20 °C, de la teneur en alcool pur des mélanges alcoolisés. Il est exprimé par le symbole « % Vol. », qui doit figurer sur leur étiquette.

TIVOLI Nom donné, au XVIIIe et au XIXe siècle, à plusieurs établissements parisiens tenant à la fois du parc d'attractions et du café, avec illuminations, feux d'artifice, faiseurs de tours, dégustations de glaces et de rafraîchissements, et évoquant la célèbre Villa d'Este, ses jardins et ses jeux d'eaux, construite à Tivoli, non loin de Rome, au XVIe siècle.

À Paris, dans le quartier Saint-Lazare, l'ancienne *Folie-Boutin*, rebaptisée *Tivoli* et animée par l'artificier Ruggieri, fut mise à la mode après la Terreur (1792). La *Folie-Richelieu*, également animée par Ruggieri, qui fonctionna de 1811 à 1826, porta aussi ce nom, ainsi que le *Tivoli-Vauxhall*, à la barrière Saint-Martin, très fréquenté jusqu'en 1848 et où fut introduit, venant d'Angleterre, le tir aux pigeons.

En cuisine classique, on a donné le nom de Tivoli à une garniture pour petites pièces de boucherie, composée de bottillons de pointes d'asperge et de têtes de champignon grillées, remplies d'un salpicon de crêtes et de rognons de coq lié de sauce suprême.

TOAD IN THE HOLE Apprêt populaire de la cuisine britannique – dont le nom signifie « crapaud dans le trou » – généralement composé de petites saucisses de porc fraîches, poêlées, puis recouvertes de pâte à crêpe épaisse ; la préparation est cuite à four très chaud, et servie brûlante.

TOAST Invitation à boire, en levant son verre et en prononçant quelques paroles, à la santé de quelqu'un, au succès d'une entreprise, à la réussite d'un événement, etc.

Le mot anglais *toast*, qui signifie « pain grillé », vient du vieux français « tostée », tranche de pain rôtie que l'on mettait jadis dans le fond d'une coupe de vin, généralement chaud et épicé. La tostée désigna ensuite le vin que l'on buvait.

TOAST (PAIN) Tranche de pain de mie grillée dans un toaster ou un grille-pain et servie chaude pour le petit déjeuner ou pour le thé, avec du beurre et de la confiture, ou en accompagnement de certains mets (caviar, foie gras, poisson fumé, etc.).

Les toasts servent aussi de supports pour des appareils divers servis en hors-d'œuvre chauds.

TOFU Produit de base de l'alimentation extrême-orientale et surtout japonaise, préparé à partir de haricots de soja trempés puis réduits en une purée qui est ensuite bouillie et tamisée. Le liquide obtenu est gélifié par adjonction d'un coagulant.

■ **Emplois.** De goût relativement neutre, très riche en protéines végétales, le tofu s'apprête au Japon selon des centaines de recettes : associé à des sauces aigres-douces dans des salades de légumes et d'algues ; incorporé en petits dés à des plats de nouilles ; émietté et cuit comme des œufs brouillés, avec des champignons et des aromates, etc. Il est un des ingrédients du sukiyaki, intervient aussi dans des mets de poisson et de crustacés, des potées et des soupes ; garni de ciboule ou d'oignon, il est façonné en petits pâtés ou frit en boulettes ; enrobé de miso, il est grillé en brochettes. On l'apprécie aussi simplement débité en cubes, frit et dégusté avec du gingembre râpé et de la sauce soja. En été, on le sert glacé, en salade avec des ciboules, de la bonite séchée, du daikon râpé et des graines de sésame ; en hiver, on l'apprécie « fumant » (ébouillanté et accompagné de konbu).

Le *doufu* chinois est plus ferme que le tofu japonais ; il entre dans la composition des mets cuits à la vapeur, des potages et des soupes ; détaillé en dés ou en lamelles, il accompagne aussi le poisson. Le doufu pressé, blanc ou coloré et diversement aromatisé (au curcuma, au thé vert, au piment), se fait frire avec des légumes ou enrichit des mets marinés ; le doufu fermenté, à saveur assez forte, souvent relevé de poivre, garnit le riz gluant et les potées.

Au Viêt Nam, aux Philippines, en Indonésie et en Corée, le tofu est un condiment de certains plats, au même titre que les crevettes séchées, la menthe, l'alcool de riz, etc.

TOKÁNY Ragoût de bœuf de la cuisine hongroise, où le paprika tient une place moins importante que dans le goulache ou le paprikache. La viande est en outre coupée en fines languettes, qui sont revenues avec des oignons dans du saindoux ; on mouille avec de l'eau et on assaisonne avec du poivre et de la marjolaine. On ajoute parfois, à mi-cuisson, des lardons fumés rissolés, et on termine avec de la crème aigre.

TOKAY Vin blanc hongrois de réputation mondiale, produit dans les Carpates, dans la région de Tokaji-Hegyalja, essentiellement avec le cépage furmint.
– Le tokay eszencia (essence), très rare, est le sirop qui s'écoule de grains sélectionnés, desséchés par le soleil et atteints par la « pourriture noble », lorsqu'on les met en cuve ; il fermente en fût pendant des années. Les raisins sont ensuite pressés pour donner une pâte que l'on mélange avec des moûts de raisins non sélectionnés pour obtenir le tokay aszu, d'autant plus cher qu'il contient plus de raisin aszu (desséché) et qu'il est plus doux.
– Le tokay szamorodni est fait avec des raisins non sélectionnés, mais dont une partie peut être surmaturée, et il est toujours assez alcoolisé.

TOKLAS (ALICE) Femme de lettres américaine (San Francisco 1877 - Paris 1967), compagne de l'Américaine Gertrude Stein, elle aussi écrivain. Elle est l'auteur d'un savoureux *Cook Book*, dans lequel elle égrène ses souvenirs au rythme de recettes souvent originales, évoquant les menus concoctés par leurs amis du monde des arts et des lettres, dont Picasso, Max Jacob, Matisse, Apollinaire, Hemingway ou Fitzgerald. Son talent culinaire se double d'humour et de générosité.

TÔLE Accessoire du four, formé d'une plaque de tôle noire à très faible rebord, sur laquelle on couche toutes sortes de pâtes et d'appareils de pâtisserie ou de cuisine, ainsi que des biscuits et des gâteaux secs ; on y fait cuire aussi directement des tartes, galettes ou certains pâtés en croûte non moulés (koulibiac, pantin).

TOMATE Plante annuelle de la famille des solanacées, cultivée pour ses fruits rouges, également appelés « tomates », utilisés, cuits ou crus, comme légumes, base de sauce ou de jus et pour faire des confitures. Très riche en eau, peu énergétique (23 Kcal pour 100 g), la tomate (**voir** tableau) fournit beaucoup de vitamines C, A et B. Apéritive, diurétique, laxative et rafraîchissante, elle est légèrement acide.

Originaire du Pérou, importée au XVIe siècle en Espagne, la tomate fut longtemps considérée comme vénéneuse et resta une simple plante ornementale jusqu'au XVIIIe siècle. Lorsque l'on découvrit ses vertus comme « légume-fruit », elle s'implanta peu à peu en Espagne, dans le royaume espagnol de Naples, puis dans le nord de l'Italie, le sud de la France et en Corse. Elle ne conquit la région parisienne et le Nord qu'après 1790.

■ **Emplois.** Les tomates fraîches doivent être fermes, charnues, luisantes, sans rides ni crevasses, de préférence de couleur uniforme ; les tomates un peu vertes mûrissent facilement dans un endroit chaud.

Elles font partie intégrante des cuisines basque, ibérique, italienne, languedocienne, orientale ou provençale, et elles ont peu à peu gagné la plupart des pays d'Europe, jusqu'à la Hongrie et l'Angleterre.

Le coulis de tomate, la « concassée » ou les dés de pulpe condimentent nombre de fonds et interviennent dans les garnitures, mais la tomate s'apprête aussi cuite (notamment farcie) et crue, dans nombre de salades ou comme élément de décor de plats froids. Caponata, chakchouka, daube, gaspacho, gratin, pizza, ratatouille : autant de recettes où elle est indispensable. Elle s'accommode parfaitement de condiments affirmés (ail, échalote, basilic, estragon, voire cumin), et son mariage avec l'olive, le poivron et l'aubergine est désormais classique. Elle accompagne aussi bien le thon, la morue, la sardine et le rouget que le bœuf, le veau, le poulet ou les œufs. Enfin, elle s'emploie au vinaigre (pour les petites rondes), en confiture (rouge ou verte) et même en sorbet.

Caractéristiques des différents types de tomates

types	provenance	époque	aspect	saveur
type rond	Languedoc-Roussillon, Bourgogne est, Provence, Bretagne, Pays de Loire, Aquitaine	mars-nov.	rond, gros ou moyen à petit, bien rouge	peu à très parfumée
	Maroc	mi-oct.-mi-avr.		
	Belgique, Hollande, Espagne	sept.-juin		
types charnu ou côtelé	Sud-Est	déc.-août	gros, charnu, aplati	juteuse, pulpeuse
	Sud-Ouest	mars-oct.		
	Belgique, Hollande	mars-oct.		
type allongé ou olivette ou roma	Sud-Est, Sud-Ouest	juill.-oct.	petit, allongé ou ovoïde, ferme, rouge éclatant	parfumée
	Sicile, Italie, Espagne	mai-août		
	Maroc	nov.-avr.		
tomates en grappes	Sicile, France	toute l'année	petit à moyen, rouge, satiné	rustique
tomates cerises	France	mars-nov.	très petit, rond, rouge ou piriforme jaune ou rouge	acidulée, parfumée, sucrée
	Pays-Bas	mars-nov.		
	Maroc, Espagne, Israël	oct.-avr.		

cocktail au concombre et à la tomate, jus de tomate aux épices → COCKTAIL
confiture de tomate rouge, confiture de tomate verte → CONFITURE
coulis de tomate (condiment) → COULIS
filets de sole à la vapeur au coulis de tomate → SOLE
fondue de tomate → FONDUE DE LÉGUMES
gnocchis aux herbes et aux tomates → GNOCCHIS
haricots à la tomate → HARICOT À ÉCOSSER
Orly de filets de saumon sauce tomate → ORLY
pickles de chou-fleur et de tomate → PICKLES
potage-purée de tomate → POTAGE

pulpe de tomate fraîche

Laver des tomates bien mûres et parfaitement saines ; les concasser et les passer à cru au tamis. Mettre cette pulpe dans une casserole et la faire bouillir 5 min. La passer à travers un linge et recueillir la pulpe épaisse qui reste dans le torchon.

sauce tomate → SAUCE
sorbet à la tomate → SORBET

tomates farcies : préparation

Choisir des tomates mûres, mais fermes, de grosseur moyenne et de forme régulière. Les décalotter du côté du pédoncule et retirer celui-ci. Avec une petite cuillère, enlever les graines sans percer la peau et presser légèrement la tomate pour éliminer l'eau de végétation. Creuser la pulpe pour pouvoir mettre la farce. Saler légèrement l'intérieur et retourner les tomates sur un linge pour qu'elles achèvent de s'égoutter. Les ranger dans un plat huilé allant au four et les mettre 5 min dans le four préchauffé à 240 °C. Les égoutter à nouveau et les remplir de farce en formant un dôme.

tomates farcies chaudes à la bonne femme

Mélanger 250 g de chair à saucisse fine, 75 g d'oignon épluché fondu au beurre, 2 cuillerées à soupe de chapelure fraîche, 1 cuillerée à soupe rase de persil effeuillé et haché, 1 gousse d'ail pelée et écrasée, du sel et du poivre. Farcir 8 tomates de cette préparation. Poudrer de chapelure, arroser d'un filet d'huile ou de beurre clarifié et cuire de 30 à 40 min dans le four préchauffé à 220 °C.

tomates farcies chaudes en nid

Préparer des tomates comme pour les farcir et les précuire au four. Casser 1 œuf dans chaque tomate ; saler et poivrer légèrement, poser par-dessus une petite noisette de beurre et cuire 6 min dans le four préchauffé à 230 °C.

tomates farcies froides à la crème et à la ciboulette

Mélanger 2 dl de crème fraîche épaisse et 2 cuillerées à soupe de ciboulette ciselée, 2 ou 3 gousses d'ail épluchées très finement hachées, 2 cuillerées à soupe de vinaigre ou de jus de citron (ou un mélange des deux en proportions égales) ; saler, poivrer et ajouter un soupçon de cayenne. Évider 6 tomates, les saler et les poivrer légèrement, y verser 1 cuillerée à café d'huile et les laisser dégorger 30 min au moins. Les farcir de la préparation, replacer les calottes et mettre 1 heure dans le réfrigérateur.

tomates farcies froides au thon

Mélanger du riz pilaf et des miettes de thon en proportions égales. Ajouter 1 cuillerée à soupe rase de mayonnaise pour 4 cuillerées du mélange riz-poisson, des fines herbes ciselées et des petits dés de pulpe de citron. Farcir les tomates, garnir chacune d'elles d'une olive noire et mettre dans le réfrigérateur. Servir avec des petits bouquets de persil.

tomates farcies à la reine

Décalotter de grosses tomates rondes à pulpe ferme ; les épépiner et briser les cloisons sans percer la peau. Préparer un salpicon de blanc de volaille pochée au fond blanc et de champignons étuvés au beurre, en proportions égales ; l'additionner de quelques dés de truffe et le lier d'un peu de velouté très réduit. En farcir les tomates et les disposer dans un plat à gratin beurré. Poudrer de chapelure fraîche, arroser de beurre clarifié et cuire de 10 à 15 min dans le four préchauffé à 240 °C.

tomates à la mozzarella

Laver, peler et détailler en rondelles 4 tomates ; couper 200 g de mozzarella en tranches fines. Répartir les rondelles de tomate dans 4 assiettes et les recouvrir de 4 lamelles de fromage ; saler et poivrer. Parsemer de basilic frais ciselé ; arroser de quelques gouttes de vinaigre, puis d'un filet d'huile d'olive. Servir à la température ambiante.

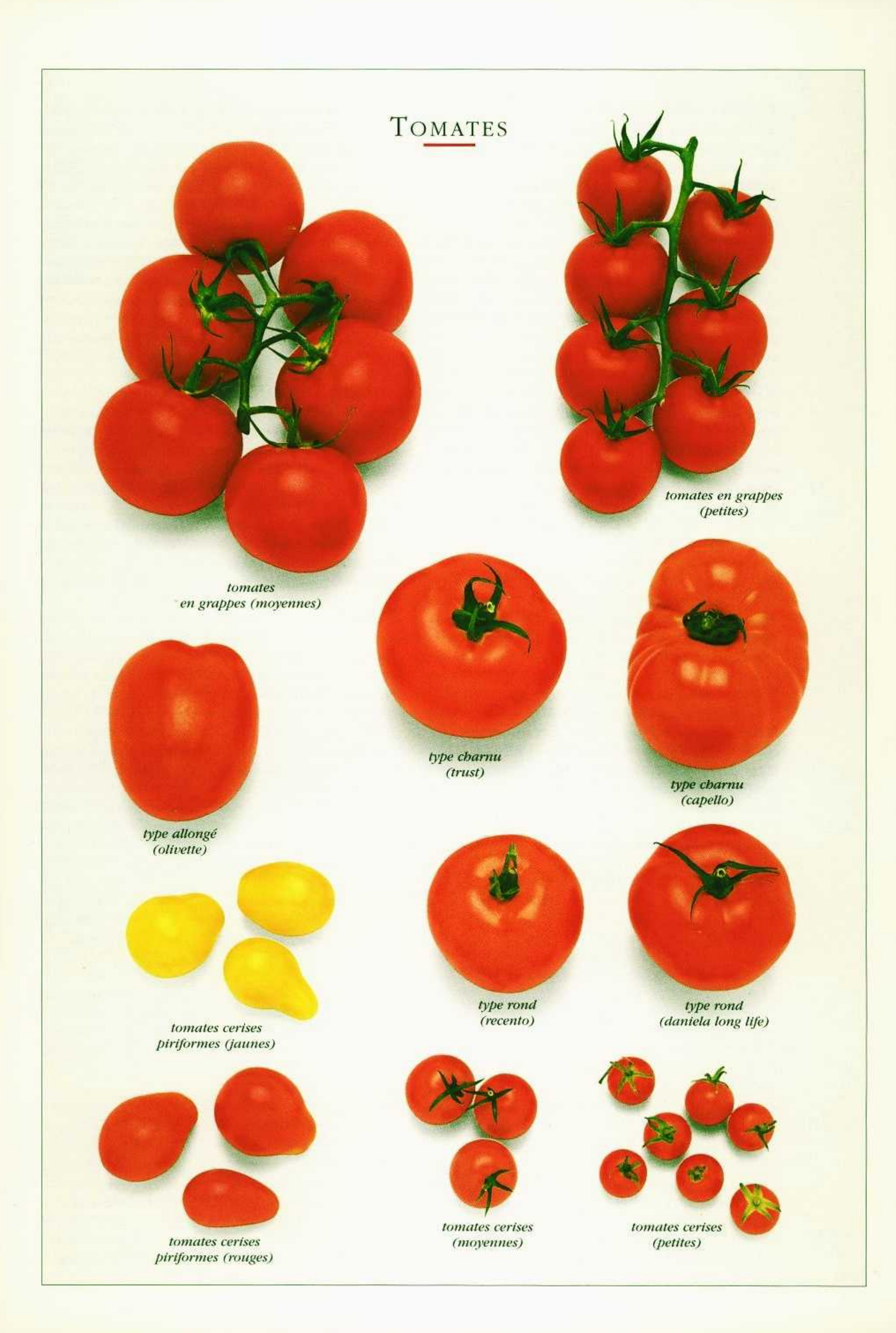
RECETTE DES FRÈRES LAMPRÉIA

tomates à la provençale du Petit Plat

« Verser 12 cl d'huile d'olive extravierge dans un plat à gratin et parsemer uniformément de 1 cuillerée à soupe de sucre en poudre. Ajouter 2 brins de thym, 2 branches de romarin, 1 cuillerée à soupe de graines de coriandre écrasées, 1 gousse d'ail écrasée, du sel et du poivre du moulin. Laver 1,5 kg de tomates moyennes, en retirer le pédoncule et les couper en deux. Les plaquer dans le plat, tranche vers le fond. Arroser avec 12 cl d'huile d'olive, parsemer de 1 cuillerée à soupe de sucre en poudre et cuire 1 heure au four préchauffé à 120 °C. Servir chaud, décoré de 1 cuillerée à soupe de coriandre fraîche ciselée. »

tomates soufflées

Évider sans percer leur peau des tomates fermes et de forme régulière. Les arroser d'huile ou de beurre clarifié et les cuire 5 min dans le four préchauffé à 240 °C. Les laisser refroidir et les garnir d'un appareil à soufflé à la tomate, en les remplissant jusqu'au bord. Lisser, poudrer de parmesan râpé et poursuivre la cuisson 15 min à 200 °C.


TOMATES
tomates en grappes (petites)
tomates
en grappes (moyennes)
type charnu
(trust)
type charnu
(capello)
type allongé
(olivette)
type rond
(recento)
type rond
(daniela long life)
tomates cerises
piriformes (jaunes)
tomates cerises
(moyennes)
tomates cerises
(petites)
tomates cerises
piriformes (rouges)

TOMATE (BOISSON) Nom donné à un apéritif anisé additionné d'un trait de sirop de grenadine, qui le colore en rouge vif.

TOMBE Poisson de la famille des triglidés, appelé aussi « grondin perlon » sur la côte atlantique et « galinette » dans le Midi.

Mesurant 75 cm au maximum, la tombe se distingue des autres grondins par ses grandes nageoires pectorales colorées de bleu et sa ligne latérale lisse. Pêchée toute l'année de la Norvège au Sénégal et en Méditerranée, elle a une chair blanche et ferme qui s'apprête parfaitement « à la normande », au four, sur un lit de pommes de terre et d'oignons.

TOMBER Réduire le volume de certains végétaux très aqueux, qu'ils soient entiers (épinards) ou détaillés (chiffonnade d'oseille, oignons émincés), en les faisant cuire à feu doux avec ou sans matière grasse : sous l'action de la chaleur, ils rendent tout ou partie de leur eau de végétation, dans laquelle la cuisson s'effectue sans coloration.

« Tomber à glace » consiste à faire réduire un liquide de cuisson (fond, jus, déglaçage) jusqu'à ce qu'il prenne la consistance d'un sirop.

TOMME Nom générique (également orthographié « tome ») donné à deux grandes familles de fromages : les uns de lait de chèvre ou de brebis, fabriqués surtout dans le Sud-Est et le Dauphiné, parfois en Savoie, les autres de lait de vache, à pâte pressée non cuite, typiques de la Savoie et de la Suisse (**voir** tableau).

On appelle également « tommes » le cantal et le laguiole au premier stade de leur préparation, quand ils sont encore « frais », tels qu'on les utilise dans certaines préparations culinaires, notamment la patranque, la truffade ou l'aligot.

TOM-POUCE Petit gâteau fait d'un carré de pâte sucrée, masqué d'une crème à base de beurre, de noisettes pilées, de sucre et d'essence de café, et recouvert d'un second carré de pâte sucrée, glacé de fondant au café et décoré d'une noisette grillée.

TONIC Boisson gazéifiée, contenant du gaz carbonique et du sucre, aromatisée avec des extraits naturels de fruits et de plantes, parmi lesquels figure généralement de la quinine. Le tonic fut mis à la mode par les coloniaux britanniques comme boisson rafraîchissante, alcoolisée et fébrifuge (notamment contre la malaria). Il se déguste aujourd'hui soit nature, avec des glaçons et une rondelle de citron, soit en cocktail long drink, souvent avec du gin.

TONKINOIS Pâtisserie réalisée avec un gâteau manqué aux amandes, coupé en deux dans l'épaisseur et fourré de crème au beurre pralinée. Le tour est masqué de la même crème et décoré d'amandes effilées et grillées ; le dessus, glacé de fondant à l'orange, est poudré de noix de coco râpée.

On appelle aussi « tonkinois » un petit-four glacé de forme cubique, fait de nougatine emplie de frangipane parfumée au pralin ; le dessus est glacé au chocolat et décoré d'une pincée de pistaches hachées.

TONNEAU Grand récipient en bois, formé de douves assemblées et cerclées, avec deux fonds plats. Les tonneaux (dont l'invention est due aux Gaulois), de taille et de capacité variables, sont utilisés aujourd'hui pour la maturation, l'emmagasinage et le transport des vins, des spiritueux et des bières.

En France, les tonneaux se répartissent ainsi :
– en Alsace, le foudre de 1 000 litres environ (pour la conservation et la vente du vin) et l'aume de 114 litres (pour l'expédition) ;

Caractéristiques des différentes variétés de tommes

variétés	famille (pâte)	provenance	aspect	saveur
tomme de Bellay	chèvre ou mi-chèvre	Rhône-Alpes	disque plat ou petite brique, croûte fine, bleutée, taches rougeâtres, pâte lisse	noisetée, puissante
tomme de Brach	persillée	Corrèze	cylindre haut, croûte naturelle, pâte ferme, grasse	affirmée
tomme de Camargue ou tomme arlésienne	fraîche	Provence	carré, croûte ivoire, à peine formée, pâte molle, souple, aromatique (thym, laurier)	douce, crémeuse, parfumée
tomme de Romans	molle, croûte fleurie	Dauphiné	disque plat, croûte fine, gris bleuté, pâte souple, ferme	acidulée, douce à noisetée
tomme de Savoie	pressée, non cuite	Savoie	cylindre épais, croûte grise, taches rouges, jaunes, pâte souple, homogène	noisetée
tomme de Sospel	pressée, non cuite	comté de Nice	large disque plat, croûte gris rosé, pâte tendre	douce, crémeuse
tomme des Allues	pressée, non cuite	Savoie	disque plat, croûte fine, lisse, pâte souple, moelleuse à sèche	douce, très bouquetée

– dans le Beaujolais, la pièce de 216 litres, la feuillette (demi-pièce) et le quartaut (quart de pièce) ;
– dans le Bordelais, la barrique (fût le plus courant, de 225 litres) et le tonneau (900 litres, ou 96 caisses de 12 bouteilles), ainsi que la demi-barrique, ou feuillette, et le quartaut (quart de barrique) ;
– en Bourgogne, la pièce de 228 litres (24 caisses de 12 bouteilles), la queue (456 litres env.), la feuillette (demi-pièce) et le quartaut (quart de pièce) ;
– dans le Chablis, la feuillette de 132 litres ;
– en Champagne, la queue de 216 litres et la demi-queue ;
– en Anjou, en Saumurois et en Vouvray, la pièce de 220 à 225 litres ;
– dans le Mâconnais, la pièce de 215 litres ;
– dans le Midi, le demi-muid de 600 à 700 litres.

Dans d'autres pays, on utilise surtout la pipe (418 litres à Madère, 522 litres à Porto et à Tarragone) ; le puncheon à rhum, de contenance très variable ; le butt de 490 litres environ, pour le xérès et le whisky écossais ; le barrel de 182 litres environ, pour le whisky américain.

Souvent fabriqués en bois de chêne, les tonneaux peuvent être aussi en châtaignier et en acacia. Le foret est une pointe d'acier qui sert à percer le bois pour goûter le vin en cours de vieillissement ; le fausset – ou fosset – est une cheville de bois (souvent en noisetier) qui sert à reboucher le trou du foret. Enfin, la cannelle est un robinet de bois, fixé au tonneau pour permettre l'écoulement du vin ; on l'appelle « chantepleure » en Anjou et en Bourgogne.

TOPINAMBOUR Plante vivace de la famille des composées, cultivée pour ses tubercules alimentaires, consommés cuits comme légume ou utilisés en distillerie. Les topinambours sont originaires de l'Amérique du Nord et furent rapportés en France au début du XVII[e] siècle par Samuel de Champlain. Ils sont très nourrissants, riches en phosphore et en potassium. Ils présentent des tubercules bosselés et ramifiés, assez difficiles à éplucher. De consistance assez ferme, les topinambours ont un goût voisin de celui de l'artichaut ; ils se cuisent à l'eau, à la vapeur ou étuvés au beurre et s'accommodent à la crème, à la béchamel, persillés ou encore en salade, en fritots, en purée ou en soufflé.

gâteau de topinambour et foie gras à la truffe → GÂTEAU
rôti de porc aux topinambours → PORC
salade de topinambours aux noisettes → SALADE

topinambours à l'anglaise

Peler des topinambours et les couper en quartiers ; les tourner en gousses s'ils sont gros. Les blanchir 5 min à l'eau bouillante, puis les éponger. Les cuire 30 min, au beurre, à feu doux et à couvert. Les mouiller de quelques cuillerées de béchamel légère ou de crème fraîche épaisse et les laisser mijoter 10 min environ. Les servir en garniture de veau, par exemple, parsemés de cerfeuil et d'estragon ciselés.

TOQUE DU PRÉSIDENT ADOLPHE CLERC Pâté en croûte, l'un des trois de la ville de Belley décrits par L. Tendret dans *la Table au pays de Brillat-Savarin*. Servi froid, cet apprêt est fait de lièvre, de bécasse, de perdreau rouge, de grive, de truffe noire et de foie d'oie. La recette originale fut retrouvée par la mère de Brillat-Savarin (1755-1826), dans les papiers du juge Adolphe Clerc, président du tribunal local ; la forme de ce pâté évoque la toque des magistrats (voir OREILLER DE LA BELLE AURORE).

TORRÉE Spécialité du canton de Neuchâtel, en Suisse, dans laquelle le saucisson est roi. Il est cuit, avec d'autres charcuteries, sous la cendre. Le repas qui suit, et qui porte le même nom, est partagé autour du feu.

TORTEIL Pâtisserie typiquement catalane, dont le nom authentique est *tortell*. Cette brioche en forme de couronne est une spécialité de Villefranche-de-Conflent et d'Arles-sur-Tech, où on la parfume à l'anis vert. À Limoux, où il est traditionnel pour la fête des Rois, le torteil est garni de cédrat confit, de raisins secs et de pignons, puis parfumé à l'orange, au citron et au rhum.

TORTELLINIS Pâtes italiennes faites de petites abaisses de pâte garnies d'une farce, repliées et façonnées en anneaux. Il en existe de taille et de forme différentes, ce qui donne les *tortelli* et les *cappelletti*, les tortellinis, *tortelloni* et *tortiglioni*. La pâte utilisée peut ne comporter que des œufs ou être colorée, à la tomate ou à l'épinard ; la farce est le plus souvent à base de poulet ou de jambon, haché avec de la muscade, des jaunes d'œuf et du parmesan. À Bologne, les tortellinis font traditionnellement partie du dîner de Noël (farce à la dinde, au jambon et au saucisson). Pochés dans un consommé ou cuits à l'eau, les tortellinis et les *cappelletti* sont servis avec du beurre fondu ou en sauce, à la tomate ou à la crème (parfois avec des champignons), ainsi qu'avec du parmesan.

TORTILLA Omelette plate espagnole, toujours garnie de pommes de terre, cuite sur les deux faces et que l'on découpe en quartiers comme un gâteau.

La tortilla est aussi une galette de maïs, aliment de base en Amérique latine, ainsi baptisée par les conquérants espagnols au XVI[e] siècle. La farine de maïs n'étant pas panifiable, elle sert depuis des temps immémoriaux à préparer des galettes assez délicates à réaliser, que l'on fait traditionnellement griller sur un ustensile en terre cuite.

■ **Emplois.** Les tortillas grillées, légèrement dorées, présentent sur chaque face une croûte fine, mais résistante ; on peut aussi les faire gonfler comme des pommes de terre soufflées, puis les farcir. Les tortillas se mangent soit nature, en guise de pain, soit fourrées d'ingrédients divers, souvent accompagnées d'une sauce piquante.

La gamme des condiments et farces employés comprend le guacamole, l'oignon cru haché, le piment rouge, le coulis de tomate verte, le queso râpé, le blanc de poulet en lamelles, etc.

La tortilla est présente dès le petit déjeuner. Au Mexique, celui-ci se compose entre autres des *huevos rancheros*, œufs sur le plat dressés sur des tortillas frites, garnis de tomates concassées au piment et de tranches d'avocat. Au déjeuner, le potage est parfois épaissi de parcelles de tortilla ; la *sopa seca* est un plat fait de morceaux de tortilla largement saucés et servis brûlants, aussi populaire que les *sopes*, tortillas fourrées de viande, de haricots et de sauce pimentée.

Parmi les spécialités du Yucatán, le *papatzul* est fait de tortillas farcies de morceaux de porc ou d'œufs durs, accompagnées d'une sauce à base de graines de courge broyées, de purée de tomate et d'huile de graines de courge.

Au Venezuela, on retrouve les galettes de maïs sous la forme des *arepas* ; on ajoute parfois à la pâte du beurre, des œufs, des épices ou même des grains de maïs frits.

TORTILLON Petit-four sec, généralement en feuilletage torsadé, comme le sacristain, et agrémenté de fruits confits ou d'amandes effilées, ou en pâte à choux poussée en zigzag.

TORTONI Café-restaurant-glacier, ouvert à Paris en 1798, à l'angle de la rue Taitbout et du boulevard des Italiens, par un Napolitain nommé Velloni. L'établissement fut racheté peu après par son premier commis, Tortoni, qui lui donna son nom. Tout ce que Paris comptait de célébrités gravit les marches du perron du célèbre glacier, qui était aussi un restaurant des plus cotés, réputé pour ses buffets froids. Ses « viandes en gelée, papillotes de levraut et escalopes de saumon » attiraient autant la clientèle que les biscuits glacés, sorbets et granités, spécialités italiennes dont Tortoni contribua à lancer la vogue à Paris. L'établissement ferma en 1893.

TORTUE Reptile à pattes courtes, amphibie ou terrestre, dont le corps est enfermé dans une carapace écailleuse. Il en existe plusieurs variétés comestibles, mais elles sont de plus en plus rares et, désormais, protégées en France.

Au début du XIXe siècle, à New York, un des divertissements favoris consistait à faire griller au barbecue des tortues importées vivantes des Antilles.

Aujourd'hui, c'est d'ailleurs dans la cuisine antillaise que la tortue connaît les apprêts les plus variés, notamment la tortue franche ou verte (qui fournit une chair excellente, et dont on consomme aussi la tête, les pattes, la queue, les tripes et les œufs). Sa graisse fournit en outre une très bonne huile. On en fait traditionnellement de la soupe, des daubes, une fricassée, un ragoût et un colombo ; le bifteck de tortue, mariné au vinaigre, à l'huile et à l'ail, est cuit comme du bœuf et servi bien poivré.

En Égypte, on prépare la viande de tortue en ragoût, aux oignons et au jus de grenade ; les nageoires s'apprêtent en braisé, servi avec une sauce assez épicée.

En Europe, on connaît essentiellement le potage à la tortue, ou *turtle soup*, imposé en cuisine classique par les Anglais.

TORTUE (EN) Se dit d'un apprêt de la tête de veau, cuite au blanc, mijotée avec la langue et les ris dans une sauce au vin blanc, additionnée d'olives, de champignons et de cornichons, puis dressée en timbale, avec, le plus souvent, un accompagnement de petites quenelles de farce de veau et des croûtons frits. Ce plat de la cuisine française, qui remonte au Moyen Âge, est aussi très apprécié en Belgique.

Autrefois, la tête de veau entière en tortue constituait une grande entrée spectaculaire. Aujourd'hui, elle se prépare plutôt en morceaux, mijotés dans une sauce tortue et dressés sur des croûtons frits, entourés d'une garniture plus modeste. Quand on la sert entière, elle est farcie et cuite dans un fond de braisage condimenté avec des « herbes à tortue », mélange de basilic, de thym, de laurier, de sauge, de romarin et de marjolaine, avec des graines de coriandre et des grains de poivre, enfermés dans un sachet de mousseline.

La sauce tortue, au vin blanc et à la mirepoix, additionnée d'un roux, mouillée de bouillon et relevée de tomate, accompagne traditionnellement la tête de veau en tortue, mais elle était à l'origine conçue pour la tortue, d'où son nom ; on l'emploie aussi pour certains poissons et abats.

▶ **Recettes** : SAUCE, TÊTE.

TOSCANE (À LA) Se dit en France de divers apprêts caractérisés par la présence de parmesan et de jambon, spécialités de l'Émilie-Romagne, alors que la véritable cuisine toscane est plutôt illustrée par les grillades de bœuf, les plats de haricots et le chianti. Les macaronis sont liés de purée de foie gras et parsemés de dés de truffes sautés au beurre.

▶ **Recettes** : ALLUMETTE, BEIGNET.

TOULOUSAINE (À LA) Se dit d'une volaille pochée ou poêlée, d'une croustade, d'une tourte et d'un vol-au-vent garnis d'un ragoût composé de petites quenelles de volaille, de ris d'agneau ou de veau, ou de crêtes et de rognons de coq, de champignons et de truffes, liés de sauce parisienne (ou toulousaine, c'est-à-dire une sauce suprême liée aux jaunes d'œuf et à la crème). L'appellation concerne aussi, plus souvent aujourd'hui, divers apprêts de la cuisine du Sud-Ouest.

▶ **Recettes** : AUBERGINE, SALADE.

TOULOUSE-LAUTREC (HENRI DE) Peintre français (Albi 1864 - château de Malromé 1901). Dessinateur, peintre, lithographe et affichiste, ce grand coloriste fut également un excellent cuisinier amateur, qui imagina des créations où l'originalité le dispute à la sûreté du goût, mais aussi à l'humour. Grâce à son ami Maurice Joyant, les recettes traditionnelles et régionales que Toulouse-Lautrec préparait lui-même ont été réunies dans *la Cuisine de Monsieur Momo*, ouvrage tiré à 100 exemplaires en 1930, et réédité en 1966 sous le titre *l'Art de la cuisine*, avec des illustrations de menus par le peintre.

TOUPIN Poêlon ou petite marmite en terre, utilisé en Savoie pour préparer soupes, fondues, ragoûts, etc. Le toupin a donné son nom à un fromage de lait de

vache (45 % de matières grasses) à pâte pressée et à croûte rugueuse, fabriqué dans la vallée d'Abondance. Celui-ci, qui se présente sous la forme d'un cylindre assez haut, a une saveur fruitée.

TOUPINEL Nom donné à un apprêt d'œufs pochés qui aurait été créé au restaurant *Maire* à la fin du XIXe siècle. Les œufs Toupinel sont dressés dans des pommes de terre cuites au four et évidées ; la pulpe est écrasée avec du beurre et de la crème, salée et muscadée, puis remise dans les pommes de terre, que l'on masque d'une cuillerée de sauce Mornay ; on place enfin un œuf poché sur chaque pomme de terre, que l'on nappe également de sauce Mornay, avant de faire glacer à la salamandre et de servir avec du persil frit.

TOUR D'ARGENT (LA) Restaurant parisien, le plus ancien de tous ; en 1582 déjà, une auberge était établie quai de la Tournelle, sur les vestiges d'un château bâti par Charles V dans la seconde moitié du XIVe siècle, dont il restait une tour en pierre blanche. Un nommé Rourteau (ou Rourtaud) y préparait, notamment, des pâtés de héron et de canard sauvage, qu'Henri III lui-même vint goûter. Au début du XVIIe siècle, Richelieu y apprécia l'oie aux pruneaux, et son petit-neveu, le duc de Richelieu, y fit exécuter son menu « tout en bœuf ». Mme de Sévigné en vantait le chocolat, et Mme de Pompadour le vin de Champagne. Sous Napoléon Ier, Lecoq, chef des cuisines impériales, racheta le restaurant, qui avait souffert lors de la Révolution. Le canard rôti et le gigot d'agneau étaient alors les plats les plus réputés. Paillard succéda à Lecoq, mais c'est à partir de 1890 que *la Tour d'Argent* acquit le prestige qu'elle connaît toujours, avec le célèbre Frédéric, premier maître d'hôtel, puis directeur, qui inventa la recette du canard à la presse (voir ce mot) et eut l'idée d'attribuer un numéro d'ordre à chaque volaille servie. La tradition se poursuit, et les « canardiers » en tablier blanc officient toujours sur la petite scène du « théâtre du canard ». Au « Grand Frédéric », qui fit de *la Tour d'Argent* le « Bayreuth de la cuisine » (Jean Cocteau), succédèrent André Terrail, puis son fils, Claude Terrail, qui préside aujourd'hui aux destinées du célèbre restaurant, dont la salle, au dernier étage de l'immeuble, tourne ses fenêtres vers la Seine et Notre-Dame.

TOURAINE Voir pages 1058 et 1059.

TOURANGELLE (À LA) Se dit de grosses pièces d'agneau ou de mouton rôties, servies avec leur jus lié, accompagnées d'une garniture de haricots verts et de flageolets liés au beurre.

L'appellation s'applique également à des œufs mollets ou pochés, dressés sur des tartelettes garnies de purée de flageolets et nappés de sauce crème.

▶ Recettes : ANDOUILLETTE, BEUCHELLE.

TOURER Pratiquer les « tours » nécessaires à la réalisation d'une pâte feuilletée ; il s'agit des opérations successives de pliage, de passage au rouleau, de rotation de l'abaisse d'un quart de tour à chaque fois, puis de repliage, etc. Les pâtissiers et les cuisiniers professionnels effectuent le tourage sur un « tour de pâtisserie », une table froide de marbre ou de métal réfrigérée.

TOURIN Soupe à l'oignon et parfois à l'ail ou à la tomate, préparée au saindoux ou à la graisse d'oie, commune au Périgord et au Bordelais. Le tourin, qui s'écrit également tourain, thourin ou tourrin, voire touril en Rouergue et touri en Béarn, était jadis traditionnellement apporté aux jeunes mariés le lendemain matin de leur mariage et portait alors le nom de « tourin des mariés » ou « tourin des noces » (additionné de vermicelle). Dans le Quercy, on prépare aussi un « tourin à l'aoucou » (cuit avec une cuisse d'oie confite), un « tourin à la poulette » (oignon et farine roussis à la graisse d'oie avant le mouillement) et un « tourin aux raves » (chou-rave émincé, revenu dans du saindoux). C'est en Périgord que l'on ajoute souvent une gousse d'ail écrasée et un peu de purée de tomate ou des tomates fraîches.

RECETTE D'ALICE VAYSSOUZE

tourin des noces

« Faire brunir au saindoux ou à la graisse d'oie 1 gros oignon émincé et 6 tomates en quartiers. Mouiller avec 1,25 litre d'eau chaude. Saler et poivrer généreusement. Quand les légumes sont cuits, les passer au tamis. Ajouter à la soupe obtenue 1 cuillerée à soupe de vermicelle et des petits croûtons grillés. Faire bouillir encore quelques minutes. Poivrer à nouveau et servir. »

tourin périgourdin

Faire blondir à la graisse d'oie, dans une poêle, 150 g d'oignons finement émincés. Les poudrer d'une bonne cuillerée de farine, ajouter 2 gousses d'ail écrasées et mouiller de quelques cuillerées d'eau bouillante ; mélanger pour éviter les grumeaux. Cuire 2 grosses tomates épépinées dans 2 litres de bouillon, les égoutter, les écraser et les remettre dans le bouillon. Ajouter alors la « fricassée » de la poêle et cuire 45 min à bonne ébullition. Au moment de servir, lier avec 2 jaunes d'œuf délayés avec un peu de bouillon. Verser dans une soupière, sur de fines tranches de pain de campagne.

TOURNEBRIDE Terme désuet désignant une hôtellerie ou une auberge située près d'un château ou d'une résidence de campagne, qui reçoit les domestiques et les chevaux des visiteurs.

TOURNEBROCHE Mécanisme servant à faire tourner régulièrement une broche à rôtir devant une source de chaleur. Le tournebroche est un accessoire du four ou du barbecue, fonctionnant généralement à l'électricité.

Au Moyen Âge, les tournebroches étaient mus par des « galopins », jeunes apprentis « hâteurs » (rôtisseurs), qui tournaient sans répit les manivelles de lourdes broches, devant les brasiers des cheminées. On employa par la suite des chiens, qui actionnaient la broche en courant à l'intérieur d'une roue.

Touraine

DE PART ET D'AUTRE DE LA VALLÉE DE LA LOIRE, LA TOURAINE S'ÉTEND SUR UN DÉPARTEMENT : L'INDRE-ET-LOIRE. LES BAS PLATEAUX, GÂTINE TOURANGELLE, CHAMPEIGNE, SAINTE-MAURE ET RICHELAIS, SONT ENTAILLÉS PAR LES VALLÉES DE LA LOIRE, DU CHER, DE L'INDRE ET DE LA VIENNE. CES GRANDES RIVIÈRES SE RÉUNISSENT, À L'OUEST, AUX LIMITES DU MAINE-ET-LOIRE.

La vallée de la Touraine partage avec l'Anjou l'appellation de « jardin de la France ». Un jardin de douceur et d'équilibre, qui propose en abondance légumes délicats et fruits savoureux. La cuisine tourangelle a bâti sa réputation autour de recettes simples, à base de produits de qualité, même si, parfois, les longs séjours que la cour de France fit dans le Val de Loire ont entretenu la tradition d'apprêts fastueux, comme les pâtés de gibier ou les jambons de volaille de Richelieu.

Les cultures maraîchères fournissent haricots verts, endives, céleri, carottes, laitues, poireaux, cardons de Tours, asperges de Montlouis. Ces légumes sont souvent cuisinés en gratin, telles les asperges de Montlouis, avec crème et gruyère, ou les cardons, accompagnés de champignons. L'emploi d'herbes fraîches (persil, sauge, sarriette, cerfeuil) caractérise la plupart des spécialités tourangelles, comme les fèves fraîches à la sarriette, ou la salade de pointes d'asperge, de fonds d'artichaut, de céleri, de haricots verts et de champignons, parfumée à l'huile de noix. Les herbes aromatiques se retrouvent en abondance (tout comme les légumes) dans les apprêts de poissons, autre richesse de cette région largement irriguée par les rivières : perche aux fines herbes, champignons et vin blanc ; étuvée de petites anguilles ; alose grillée à l'oseille. Fines herbes et crème définissent d'ailleurs souvent l'appellation « à la tourangelle ».

Le bœuf et le veau sont les viandes préférées des Tourangeaux, qui leur consacrent des recettes souvent fort anciennes, comme l'étuvée de veau au vin rouge. Les volailles sont particulièrement bien traitées : poularde à l'estragon, oie aux navets. Et les amateurs voient dans la géline de Touraine la meilleure des volailles : sa chair est exceptionnellement exquise et convient aux recettes les plus raffinées. Elle est préparée généralement à la crème et au vin (vouvray ou montlouis). De petite taille, la géline (croisement du coq et d'une poule sauvage aux plumes noires à reflets bleus) doit être élevée jusqu'à six mois, ce qui fait d'elle un mets de grande table, que l'on accompagne de champignons de couche.

Quant aux célèbres fouaces, pâtisseries simples, Rabelais (XVIe s.) en donne personnellement la recette : « Fleur de farine délayée avec de beaux moyeux (jaunes d'œuf) et du beurre, beau safran, belles épices et eau. » Enfin, les fameux pruneaux de Tours, acclimatés dans le Val de Loire depuis que les croisés les rapportèrent de Damas (XIe et XIIe s.), garnissent le lapin de garenne, le rôti de porc, ou s'apprécient comme confiserie fourrée.

Un imposant château, Montrésor, domine un petit bourg et une calme rivière, l'Indrois : l'image même de la douceur et de l'harmonie tourangelles.





Les jardins Renaissance du château de Villandry abritent un potager où croissent cucurbitacées et plantes médicinales.

SOUPES ET LÉGUMES

Soupe tourangelle
La soupe tourangelle est parfaite pour mettre en valeur les légumes verts relevés de lard maigre.

Champignons, légumes verts
Les légumes peuvent être farcis ou apprêtés en plat principal : champignons farcis au jambon, tourte aux herbes (laitue, épinards, blettes, oseille…), etc.

POISSONS

Alose, anguille, perche, brochet et lamproie
Les poissons d'eau douce sont cuisinés avec imagination. En témoignent les aloses marinées, grillées ou rôties, les matelotes d'anguille au vin de Chinon, la perche farcie à l'oseille ou aux champignons, le brochet au beurre d'échalote ou à la sauce verte (cresson et épinards), la lamproie sautée à l'huile de noix et mijotée au vin rouge.

Rillons, rillettes et andouillettes
En matière de charcuterie, le talent tourangeau s'exprime en une savante trilogie : les rillons, les rillettes et les andouillettes. « Brune confiture » que décrit Balzac (1799-1850), les rillettes, dont Tours et Vouvray se disputent la paternité, sont à base de viande de porc et colorées au caramel d'oignon. Les rillons sont des cubes de viande entrelardés ; quant aux andouillettes, parmi les meilleures de France, elles sont à base de fraise de veau, d'estomac et d'intestin de porc. Les connaisseurs les apprécient notamment lorsque, après avoir macéré 24 h dans le marc, elles sont cuites au four avec champignons, oignons et échalotes.

Poulet sauté ou en fricassée, caneton en vessie
Le pays lochois constitue le terroir d'élection des animaux de basse-cour, non seulement de la géline, mais aussi des pintades, des dindons (dits « tourangeaux »). Le poulet sauté au vin de Vouvray, le caneton en vessie, aux noix confites et sauce au vin, ainsi que la fricassée de poulet au jambon et champignons sont des recettes traditionnelles.

FROMAGES

Le fleuron des fromages tourangeaux porte le nom d'une petite localité des plateaux de Touraine : Sainte-Maure. C'est un chèvre en forme de bûche à croûte fine et bleutée, à pâte blanche, souvent traversé sur sa longueur par une paille qui le consolide au démoulage. Les autres fromages de chèvre tourangeaux sont le ligueil et le loches, le saint-loup et le chouzé, parfois mêlé de lait de vache.

DESSERTS

Cassemuseaux, nougat de Tours
Souvent à base de pâte à pain ou de pâte briochée, la pâtisserie tourangelle est assez simple. Mais cette simplicité est compensée par la variété et la qualité des fruits qui entrent dans sa composition. Chasselas des coteaux de la Loire, poires williams et passe-crassane, pommes reinettes et goldens, prunes – notamment reines-claudes –, et fraises permettent en effet de réaliser de nombreux desserts : les cassemuseaux, ou cassemusses, en pâte à brioche mêlée de fromage frais et de fruits, ou le pâté aux prunes… Les sucres d'orge et les croquets, les noix confites et les macarons, le traditionnel nougat de Tours, pâtisserie à la crème d'amande et aux fruits confits, complètent cet éventail de douceurs.

VINS

Les vins de Touraine réunissent quatre grandes appellations : Bourgueil et Chinon offrent des rouges tanniques mais coulants ; Vouvray donne une grande variété de blancs secs ou liquoreux, selon les années et les vignobles ; et Montlouis propose des blancs assez comparables à ceux de Vouvray. L'appellation Touraine concerne majoritairement des rouges légers à boire jeunes et des blancs secs.

CARTE

ENTRÉES

◆◆◆

Quenelles de veau,
PAGE 876

PLATS

◆◆◆

Alose grillée à l'oseille,
PAGE 35

Brochet du meunier,
PAGE 172

Poularde à l'estragon,
PAGE 853

Dodine de canard,
PAGE 406

Fricassée d'agneau,
PAGE 489

Boudin blanc,
PAGE 148

LÉGUMES

◆◆◆

Fèves fraîches à la sarriette,
PAGE 459

DESSERTS

◆◆◆

Blanc-manger,
PAGE 122

Fouace,
PAGE 478

Les tournebroches « tournant tout seuls » apparurent à la fin du XVIe siècle. Deux siècles plus tard, les mouvements d'horlogerie s'étaient perfectionnés, et les tournebroches purent dès lors fonctionner automatiquement. Il y eut aussi des broches actionnées par la chaleur du foyer, qui faisait tourner une roue à ailettes. Certains restaurants étaient équipés de rôtissoires géantes, permettant de cuire plusieurs dizaines de poulets à la fois.

TOURNEDOS Tranche de filet de bœuf de 2 cm d'épaisseur, entourée d'une fine barde de lard et ficelée, ce qui lui donne sa forme ronde et permet une cuisson régulière ; elle est ensuite sautée, grillée ou poêlée. D'autres morceaux de viande sont présentés de cette façon, sans avoir droit à l'appellation « tournedos ».

Une des versions de l'origine du tournedos est liée à l'apprêt commandé par Rossini (au foie gras et aux truffes), si surprenant aux yeux du maître d'hôtel que celui-ci fit passer le plat « dans le dos » des convives.

► **Recette** : BŒUF.

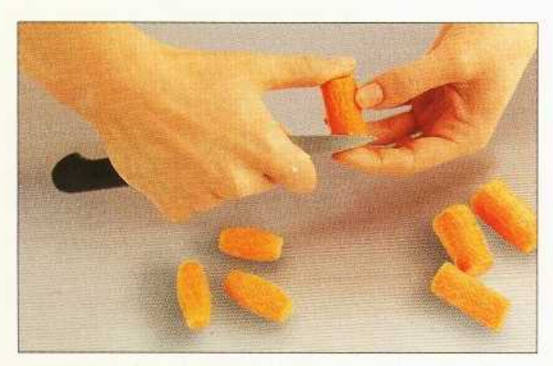
TOURNER Se dit de produits alimentaires qui connaissent certaines transformations naturelles : ainsi, les fruits tournent lorsque, parvenus à maturité, ils commencent à se gâter ; le lait tourné est dit « aigre ».

La « tourne » est une maladie du vin qui le rend trouble et lui donne une odeur fade et un goût aigre.

Tourner des champignons et des carottes



1. **Champignons.** *On tourne les têtes des champignons en pratiquant des cannelures régulières à l'aide d'un couteau d'office.*



2. **Carottes.** *On tourne les carottes à l'aide d'un couteau d'office pour leur donner une forme de petites gousses.*

TOURNER (TECHNIQUE) Façonner un élément à l'aide d'un couteau d'office pour lui donner une forme déterminée et régulière ; des éléments tournés de la même manière cuisent d'une façon uniforme. Les pommes de terre sont tournées en boules, en olives ou en gousses, selon l'apprêt ; les carottes et les navets sont tournés pour une bouquetière, de même que la pulpe de concombre en gousses, les têtes de champignon, les olives (dénoyautées).

Tourner une pièce en train de rôtir au four, c'est la déplacer sans la piquer, pour que toutes ses faces dorent uniformément.

Tourner une préparation, c'est la remuer d'un geste circulaire, pendant sa préparation ou sa cuisson.

Tourner une salade, c'est mélanger les feuilles avec leur assaisonnement dans le saladier, avec un couvert à salade.

Tourner les croissants de boulangerie, c'est plier la pâte et la mettre en forme ; la « tourne » désigne en outre la pesée et le façonnage de la pâte à pain avant sa mise en bannetons.

TOURNESOL Plante oléagineuse de la famille des composées, originaire du Mexique et du Pérou, appelée aussi « hélianthe », ou « grand soleil », cultivée aujourd'hui dans de nombreux pays, dont la France.

L'huile extraite de ses graines contient une forte proportion d'acides gras essentiels, très recommandés par les diététiciens (voir tableau des huiles page 568). Grâce à son bon pouvoir émulsionnant, elle convient bien à la préparation des mayonnaises.

Elle permet de réaliser des assaisonnements, des sautés, des rôtis, mais elle ne supporte pas d'être chauffée à plus de 170 °C. Elle est très sensible à la lumière, et il faut toujours la conserver dans un récipient opaque.

En Russie et en Pologne, on consomme aussi les graines de tournesol, très énergétiques, comme les amandes séchées, en amuse-gueule.

TOURON Confiserie d'origine espagnole, faite d'amandes, de miel, de blancs d'œuf et de sucre, diversement colorée et parfumée ; elle peut contenir également des pistaches, des noix ou des fruits secs.
– Le *turrón* espagnol de Jijona est à base d'amandes pilées, de miel et de sucre, avec des noix, des noisettes et des pignons, parfois de la coriandre et de la cannelle. Il se présente en pavé, à couper en tranches.
– Le *turrón* d'Alicante, confiserie typique de Noël, qui a la même forme mais à base d'amandes entières, est plus croquant.

Ces deux premiers tourons bénéficient d'une appellation d'origine.
– Le touron catalan, qui ressemble au nougat noir de Provence, renferme des noisettes et pas d'amandes.
– Le touron du Pays basque, fait uniquement de pâte d'amande colorée en rouge, se présente en pains ou en petites boules imitant des arbouses. Il peut aussi avoir l'aspect d'un damier aux carrés diversement colorés et parfumés.
– Le touron au miel de Gap, à base de sucre et de miel, renferme des amandes et des noisettes.

TOURON (PETIT-FOUR) Petit-four frais, « tout rond », à base de pâte d'amande, de glace royale, de pistaches hachées et de zeste d'orange.

tourons (petits-fours)
Piler 250 g d'amandes mondées avec 2 blancs d'œuf ; ajouter 200 g de sucre semoule et pétrir le mélange sur un marbre. Le poudrer de 2 cuillerées à soupe de sucre glace et l'abaisser sur 1,5 cm d'épaisseur. Hacher 100 g de pistaches et les mélanger avec 200 g de sucre semoule et le zeste très finement haché d'une demi-orange. Ajouter 100 g de glace royale et 2 œufs entiers ; bien travailler à la spatule. Étaler régulièrement cette préparation sur l'abaisse de pâte d'amande. Détailler en disques ou en anneaux. Disposer les tourons sur une plaque beurrée et farinée. Faire sécher à l'étuve ou à l'entrée du four, à chaleur très douce.

TOURTE Apprêt de cuisine ou de pâtisserie de forme ronde. La tourte est faite d'une croûte de pâte brisée ou feuilletée, garnie d'un mélange d'ingrédients salés et aromatisés, ou de fruits et de crème ; elle est recouverte d'une abaisse de même pâte, qui forme alors couvercle. Certaines tourtes d'entremets n'ont pas de couvercle : ce sont des tartes à bords hauts. On appelle aussi tourtes de grosses brioches rustiques.

Apparentées aux pâtés en croûte et aux pies anglais, les tourtes relèvent aujourd'hui d'une cuisine rustique ou régionale.

Jadis, elles tenaient une place importante comme entrées classiques ou comme entremets : les tourtes aux truffes, aux huîtres, aux pigeons, au foie gras, aux béatilles, aux godiveaux, etc., très en vogue jusqu'au XVIIe siècle, ont laissé la place aux vol-au-vent, croûtes et timbales, plus légers.

Les provinces de France ont de nombreuses spécialités de tourte : la tourte poitevine (poulet, lapin et boulettes de poitrine de porc), la tourte au saumon de Brioude, la tourte aux bettes de Nice, au sucre et aux raisins secs, la tourte biterroise (graisse de mouton, cassonade, zeste de citron et écorce de melon confite) et la tourte du Rouergue, au roquefort et au laguiole. Les tourtes aux fruits sont illustrées par le poirat du Berry, le picanchagne bourbonnais, le ruifard valbonnais et la croustade du Languedoc.

TOURTES SALÉES

RECETTE DE JEAN ET PIERRE TROISGROS

tourte au canard de Barbarie
« Désosser soigneusement un canard de Barbarie. Détailler les filets en petites escalopes et émincer 50 g de truffes ; assaisonner l'ensemble de 2 cl d'armagnac, de sel et de poivre du moulin. Laisser macérer quelques heures. Hacher finement 500 g de gorge de porc, la chair des cuisses de canard et les parures de truffe ; assaisonner. Bien mélanger le tout avec 100 g de foie gras coupé en petits dés. Abaisser 200 g de pâte à pâté en un disque de 24 cm de diamètre ; garnir avec la moitié de la farce en laissant un bord de 3 cm pour la soudure. Ranger dessus les escalopes de volaille et les lamelles de truffe. Recouvrir du reste de farce et couvrir d'une seconde abaisse de 250 g de pâte feuilletée. Mouler les bords avec les doigts, les souder et les plier en bourrelet. Ménager une cheminée, dorer à l'œuf battu, et cuire 40 min dans le four préchauffé à 190 °C. Au moment de servir, verser par l'ouverture quelques cuillerées de fond de canard très concentré. »

tourte de grives à la périgourdine
Désosser soigneusement des grives. Les garnir chacune d'une noix de farce à gratin additionnée d'un morceau de foie gras, incrusté lui-même d'un morceau de truffe. Braiser à moitié les oiseaux dans un fond au madère. Les laisser refroidir et les mettre sur une abaisse de pâte à foncer fine enduite d'une couche de farce à quenelle recouverte de lames de truffe. Napper les grives d'une légère couche de farce à gratin. Recouvrir le tout d'une seconde abaisse de pâte fine ; souder les bords. Décorer le couvercle de petits détails de pâte fine, y ouvrir une cheminée, dorer à l'œuf. Cuire de 40 à 45 min au four préchauffé à 180 °C. Au moment de servir, couler par l'ouverture quelques cuillerées de sauce salmis préparée avec le fond de cuisson au madère.

tourte de truffes à la périgourdine
Garnir une tourtière profonde de 4 à 5 cm de pâte à foncer ; disposer sur le fond une couche de gros dés de foie gras cru, salés, poivrés, poudrés de quatre-épices et arrosés de cognac (ne garnir la croûte que jusqu'à 1,5 cm du bord). Disposer par-dessus des truffes entières, brossées et pelées, salées, poivrées, poudrées de quatre-épices et arrosées de cognac. Sur ces truffes, placer des petites escalopes de foie gras, salées et poivrées. Recouvrir la tourte d'une fine abaisse de pâte et souder celle-ci au bord de la croûte. Décorer le couvercle de petits motifs de pâte. Placer au centre une cheminée. Dorer à l'œuf et cuire de 40 à 45 min sur une plaque dans le four préchauffé à 200 °C. Verser alors par la cheminée quelques cuillerées de demi-glace réduite, aromatisée au madère et à l'essence de truffe. Cette tourte se sert très chaude ou complètement refroidie.

TOURTES SUCRÉES

RECETTE DE MONT-BRY

tourte aux abricots
« Préparez une abaisse de pâte, placez-la sur la tourtière légèrement mouillée au centre. Taillez-la de grandeur voulue et de forme bien ronde. Piquez-en le milieu et mouillez-en le tour, puis posez-y une bande de feuilletage de 3 cm de largeur et de 1 cm d'épaisseur.

Garnissez la tourte comme une tarte, mais évitez que les fruits ne touchent la bande de feuilletage du bord, car ils l'empêcheraient de monter régulièrement à la cuisson. Dorez le dessus de cette bande à l'œuf battu et rayez-le légèrement et régulièrement avec la pointe d'un couteau. Cuisez la tourte 45 min environ, à four moyen ; 5 min avant la fin de la cuisson, poudrez-la de sucre glace pour que, en repassant au four, ce sucre fonde et fasse vernis. »

tourte aux feuilles de bette

Faire macérer 100 g de raisins de Smyrne dans de l'eau-de-vie. Préparer une pâte avec 500 g de farine, 1 pincée de sel, 60 g de sucre, 1 sachet de levure alsacienne, 1 jaune d'œuf, 2 dl d'huile et quelques cuillerées d'eau très froide. Laisser reposer. Blanchir à l'eau bouillante non salée 500 g de feuilles de bette, bien les éponger, les hacher grossièrement ; éplucher 2 pommes acidulées, les couper en fines rondelles, les citronner ; couper 2 figues sèches en quatre ; émietter 1 macaron. Mélanger tous ces éléments avec les raisins, 2 œufs entiers, un peu de zeste de citron râpé et 40 g environ de pignons de pin. Huiler une tourtière de 27 cm de diamètre. La foncer avec la moitié de la pâte, y étaler la garniture ; napper de 3 cuillerées à soupe de gelée de groseille. Recouvrir avec la seconde moitié de la pâte et pincer tout autour pour bien souder. Pratiquer une cheminée dans le couvercle de pâte et cuire de 30 à 40 min dans le four préchauffé à 200 °C. Poudrer de sucre glace et servir chaud ou froid.

tourte au kirsch de Zoug

Préparer 2 fonds de meringage aux noisettes de 24 cm de diamètre. Étendre sur le premier fond 150 g de crème au beurre parfumée au kirsch et légèrement colorée en rose. Poser par-dessus une génoise de 3 cm d'épaisseur. Imbiber ce biscuit d'un sirop préparé avec 1 dl d'eau, 100 g de sucre et 1 dl de kirsch. Couvrir avec 100 g de crème au beurre, puis disposer le second fond de meringage. Masquer entièrement la tourte avec 150 g de crème au beurre. Poudrer de sucre glace et garnir les bords d'amandes mondées, effilées et grillées. Tracer des losanges sur la surface poudrée.

tourte aux noix de l'Engadine

Préparer la veille une pâte sablée avec 175 g de beurre ramolli, 25 g de sucre, 1 pincée de sel, 1 zeste de citron râpé et 275 g de farine. La laisser reposer au frais. L'abaisser sur 4 mm d'épaisseur et en foncer un cercle de 24 cm de diamètre. Faire caraméliser 150 g de sucre, l'éteindre avec 2 dl de crème, puis le porter à ébullition en ajoutant 1 cuillerée à soupe de miel. Retirer du feu et incorporer 150 g de cerneaux de noix grossièrement hachés. Laisser refroidir cette masse et l'étendre sur le fond de pâte. Recouvrir avec un disque du reste de pâte, marquer les bords à la fourchette et dorer à l'œuf. Cuire 1 heure au four préchauffé à 180 °C.

tourte au sirop d'érable

Faire bouillir 5 min 1 dl de sirop d'érable avec un peu d'eau. Ajouter 3 cuillerées de fécule de maïs délayée à l'eau froide, puis 50 g de beurre. Garnir une tourtière de pâte brisée. Verser sur le fond de tarte le mélange tiédi. Garnir d'amandes hachées. Recouvrir d'un couvercle de pâte assez fin, pincer le tour, pratiquer une cheminée et cuire 20 min au four préchauffé à 220 °C.

tourtes à la mode béarnaise

Faire fondre 500 g de beurre et le verser dans une terrine sur 100 g de levure. Travailler énergiquement le tout. Ajouter au mélange 500 g de sucre semoule, 12 œufs, 1 petit verre de rhum, le zeste finement râpé de 2 citrons et 1 pincée de sel. Incorporer à cette crème suffisamment de farine pour obtenir une pâte de moyenne consistance. La laisser fermenter 24 heures. La diviser en boules. Mettre ces dernières dans des moules beurrés. Cuire 45 min au four préchauffé à 220 °C.

TOURTEAU Crabe européen, le plus gros, pêché aussi bien dans l'Atlantique qu'en Méditerranée, où il vit sur les fonds rocheux et caillouteux jusqu'à 100 m de profondeur (**voir** planche des crustacés pages 368 et 369). Sa carapace ovale, brun-jaune, plus large que longue, est légèrement festonnée sur le pourtour. La première paire de pattes, très développée, qui porte de grosses pinces aux extrémités noires, renferme une chair délicate.

Le tourteau, ou dormeur, qui peut peser jusqu'à 5 kg, se mange cuit au court-bouillon, froid, avec de la mayonnaise ; à Saint-Malo, on le présente décortiqué, avec une mayonnaise aux fines herbes et des quartiers d'œufs durs. Il convient particulièrement aux apprêts farcis (**voir** CRABE).

Au Canada, le crabe nordique de l'Atlantique et le crabe dormant du Pacifique ressemblent au tourteau.

tourteaux en feuilleté

Préparer 500 g de pâte feuilletée. Laver et brosser 2 tourteaux, les plonger de 4 à 8 min suivant leur grosseur dans l'eau bouillante et les égoutter. Détacher les pinces et les pattes ; les concasser ; couper les corps en deux. Hacher finement 1 carotte, 1 oignon, 1 échalote, 1/2 blanc de poireau et 1 branche de céleri. Chauffer 40 g de beurre dans une sauteuse. Y mettre le crabe, puis le hachis de légumes, et remuer jusqu'à ce que les morceaux soient bien rouges. Arroser de 5 cl de cognac chauffé et flamber. Ajouter alors 3 dl de vin blanc sec, 1 bonne cuillerée à soupe de concentré de tomate, 1 morceau d'écorce d'orange séchée, du sel, du poivre, 1 pointe de poivre de Cayenne, 1 gousse d'ail écrasée et 1 petit bouquet de persil. Couvrir et cuire ainsi 10 min. Retirer les morceaux de crustacé et poursuivre la cuisson 10 min. Extraire la chair de tourteau. Passer la sauce au chinois.

▶ *Tourteaux en feuilleté*



En mélanger la moitié avec la chair. Laisser refroidir complètement. Abaisser la pâte feuilletée sur 6 mm d'épaisseur. La détailler en rectangles de 13 sur 8 cm, y tracer des croisillons avec la pointe d'un couteau, les dorer à l'œuf battu et les cuire 20 min au four préchauffé à 230 °C. Quand les feuilletés sont cuits, les fendre dans l'épaisseur et les farcir avec le crabe en sauce. Réchauffer le reste de la sauce et la servir à part.

TOURTEAU FROMAGÉ Gâteau poitevin et vendéen au fromage de chèvre, se présentant en une boule un peu aplatie, à la surface lisse et presque noire. Il en existe de nombreuses variantes, où l'on incorpore parfois de l'angélique confite. Ce gâteau, né à Lusignan, se trouve également à Niort, à Poitiers et jusqu'à Ruffec. Dans la même région, le « tourteau pruneau » est une tarte feuilletée garnie d'une purée de pruneau, recouverte de croisillons de pâte.

tourteau fromagé

Préparer une pâte brisée avec 250 g de farine, 125 g de beurre, 1 jaune d'œuf, 1 ou 2 cuillerées à soupe d'eau et 1 pincée de sel. La laisser reposer 2 heures au frais, l'abaisser sur 3 mm d'épaisseur et en foncer une tourtière beurrée à bord élevé de 20 cm de diamètre. Cuire à blanc 10 min. Délayer 250 g de fromage de chèvre frais bien égoutté avec 125 g de sucre semoule, 1 bonne pincée de sel, 5 jaunes d'œuf et 30 g de fécule de pomme de terre. Bien mélanger, puis ajouter 1 cuillerée à café de cognac ou 1 cuillerée à soupe d'eau de fleur d'oranger. Battre 5 blancs d'œuf en neige très ferme et les incorporer délicatement à l'appareil. Verser le tout dans la croûte et cuire 50 min dans le four préchauffé à 200 °C. La croûte doit devenir très brune, presque noire. Servir tiède ou froid.

TOURTERELLE Oiseau de la famille des columbidés, voisin du pigeon, mais plus petit, dont il existe en France deux variétés principales : la tourterelle des bois, migratrice, et la tourterelle turque, devenue plus sédentaire depuis une trentaine d'années. Chassée, bien que d'un intérêt gastronomique mineur, la tourterelle était jadis tenue pour un « manger délicieux » lorsqu'elle était jeune et grasse.

Dans la cuisine arabe, les « tourterelles intimes » (cuites en cocotte avec des fonds d'artichaut, de la noix de muscade et des raisins secs) sont un mets raffiné.

TOURTIÈRE Moule rond de diamètre variable, à bord peu élevé, légèrement évasé, cannelé ou uni. Parfois à fond mobile, la tourtière est un moule à tarte un peu plus profond que le moule classique, dans lequel on fait cuire une tarte, une tourte ou un pie que l'on sert dans le plat de cuisson.

Au Québec, la tourtière est un plat traditionnel, dont il existe de nombreuses variantes, mais qui est généralement à base d'une ou plusieurs viandes de boucherie et de gibier sauvage, parfois additionnées de pommes de terre.

tourtière saguenéenne

Couper en cubes de 1 cm de côté 350 g de bœuf à braiser et 225 g d'épaule de porc, et les mélanger avec le gras du porc haché et 1 cuillerée à café d'oignon ciselé. Saler et poivrer. Laisser toute la nuit au réfrigérateur. Mélanger à la viande 400 g de pommes de terre pelées et détaillées en cubes. Préparer une pâte avec 250 g de farine, 5 g de levure, 5 g de sel, 5 cl d'eau et 5 cl de lait. En foncer une tourtière de 3 litres. Y verser l'appareil et mouiller d'eau à hauteur. Couvrir d'une abaisse de même pâte. Cuire 30 min au four préchauffé à 200 °C, puis 1 h 30 à 30 °C. Travaillèr les ingrédients secs avec 175 g de graisse végétale pour obtenir un mélange sablé. Creuser une fontaine et y verser le liquide. Pétrir la pâte et la laisser reposer quelques heures au réfrigérateur avant utilisation.

TRAIN BLEU (LE) Restaurant situé dans la gare de Lyon, à Paris. *Le Train Bleu* est classé monument historique depuis 1972, après avoir failli disparaître sous la pioche des démolisseurs en 1950. Il fut construit par la compagnie PLM (Paris, Lyon, Méditerranée) pour l'Exposition universelle de 1900. Il tient sa renommée de son décor exceptionnel, exécuté par les plus grands artistes de l'époque et représentant les lieux de destination desservis par la compagnie. L'établissement a été entièrement rénové en 1968 ; ses peintures et ses dorures ont été restituées dans leur état d'origine.

TRAIT Petite quantité d'alcool, d'eau-de-vie ou de liqueur entrant dans la confection d'un cocktail. Le trait peut se mesurer à l'aide d'un bouchon doseur.

TRAITEUR Restaurateur qui prépare des repas sur commande d'un particulier ou des plats à emporter. Sous l'Ancien Régime, les traiteurs formaient une corporation respectée. Ils avaient pour spécialité « les noces, festins et banquets », et pouvaient louer aux particuliers couverts, vaisselle et linge de table. Cette profession était alors considérée comme plus honorable que celle de tavernier, de cabaretier ou de rôtisseur. En fait, le traiteur était un restaurateur avant la lettre, avec la différence qu'il ne tenait pas table chez lui ; en effet, les restaurants n'existaient pas encore, et le cabaret n'était pas un lieu « fréquentable » pour des gens honorables. Aujourd'hui, le mot désigne surtout le spécialiste des banquets, cocktails et lunches, servis soit à domicile, soit dans des salons de location. Le « service traiteur » est assuré soit par un pâtissier-glacier-confiseur, soit par un charcutier marchand de comestibles et de plats cuisinés, par un restaurateur ou même un cuisinier qui ne possède ni magasin ni salle.

Le traiteur ne prépare pas les mêmes mets que le restaurateur, d'abord parce que le transport et le réchauffage des plats exigent des méthodes spéciales, ensuite parce qu'il peut aussi bien assurer plusieurs milliers de couverts qu'un dîner d'une douzaine de personnes. Il réalise des apprêts de la cuisine classique, mais se consacre surtout aux croustades, bouchées, timbales, vol-au-vent, pâtés, godiveaux, galantines et

ballottines, chauds-froids, poissons en gelée, jambons en croûte, canapés, pains surprises et, bien entendu, pièces montées, entremets, glaces et petits-fours.

TRANCHE Morceau correspondant à la région antérieure de la cuisse de bœuf, qui était auparavant appelé « tranche grasse » (voir planche de la découpe du bœuf pages 128 et 129). La tranche est le plus souvent séparée en trois parties : le mouvant, le plat de tranche et le rond de tranche qui fournissent des pièces maigres à rôtir et à griller, mais également des morceaux pour brochettes, carpaccio et fondue bourguignonne.

TRANCHELARD Couteau à lame très longue (de 17 à 35 cm), flexible et pointue, employé pour détailler en tranches fines le lard et les viandes rôties, chaudes ou froides, notamment les gigots. On l'utilise aussi pour couper certaines grosses pièces de pâtisserie.

TRANCHE NAPOLITAINE Tranche de biscuit glacé fait de pâte à bombe et de glace simple, présenté dans une caissette en papier plissé. Plus couramment, cet entremets se réalise avec une glace en trois couches différemment colorées et parfumées (chocolat, fraise, vanille), moulée en brique et détaillée en tranches épaisses. La tranche napolitaine rappelle la prééminence des glaciers napolitains à Paris au début du XIXe siècle, notamment celle de Tortoni, créateur de nombreux biscuits glacés.

TRANCHEUR Instrument de coupe professionnel, manuel ou électrique, destiné à débiter en tranches viandes chaudes ou froides, jambons et saucissons, parfois légumes ou pain.

TRANCHOIR Plateau de bois destiné à la découpe des viandes, communément appelé « planche à découper », et souvent muni sur le pourtour d'une rigole pour l'écoulement du jus.

Au Moyen Âge, le tranchoir (ou tailloir) était une épaisse tranche de pain que l'on utilisait comme assiette ; à la fin du repas, on la donnait aux pauvres.

Jusqu'au XVIIIe siècle, on appelait aussi « tranchoir » un couteau d'office, plus couramment dénommé « couteau à trancher », utilisé pour le découpage des pièces de viande.

TRAPPISTE Type de bière à fermentation haute brassée uniquement par des moines trappistes. Six brasseries peuvent revendiquer cette appellation : Chimay, Orval, Rochefort, Westmalle et Westvleteren en Belgique, et Koningshoeven aux Pays-Bas. Faisant l'objet d'une double, voire d'une triple fermentation, les bières trappistes ont de telles qualités gustatives et aromatiques qu'elles sont considérées comme les meilleures bières belges et néerlandaises.

TRAPPISTE (FROMAGE) Nom générique de divers fromages fabriqués par les moines, notamment dans les trappes et dans certains monastères belges (Orval). Ils portent le nom de l'abbaye dont ils proviennent, précédé ou non de la mention « trappiste de… ». Faits de lait de vache (40 à 45 % de matières grasses), ils se présentent la plupart du temps sous la forme de disques plus ou moins larges et épais.

– Le trappiste de Belval (Picardie), à pâte pressée non cuite et à croûte lavée, a une saveur douce.
– Le trappiste de Briquebec (Manche), lui aussi à pâte pressée et à croûte lavée, se caractérise par une légère odeur de cave et une saveur peu relevée.
– Le trappiste de Cîteaux (Bourgogne), de même fabrication, possède une saveur plus fruitée.
– Le trappiste d'Échourgnac (Périgord), à la pâte jaune ivoire percée de très petits trous, a une saveur douce et bouquetée.
– Le trappiste d'Entrammes (Maine) est très fruité.
– Le *Trappisten* est un fromage autrichien de lait de vache, parfois mélangé de lait de brebis ou de chèvre, plus ou moins affiné, à pâte jaune pâle, de saveur douce, fabriqué également en Bosnie et en Hongrie.

TRAVAILLER Mélanger plus ou moins vigoureusement les éléments d'une préparation pâteuse ou liquide, soit pour incorporer des ingrédients divers, soit pour la rendre homogène ou lisse, soit pour lui donner du corps ou de l'onctuosité. Selon la nature de la préparation, l'opération se réalise sur le feu, hors du feu, ou sur de la glace, avec une spatule en bois, un fouet manuel ou électrique, un batteur-mélangeur, un mixeur ou même avec la main.

On dit également d'une pâte qu'elle « travaille » quand elle lève ou « pousse » ; on dit d'un vin qu'il « travaille » quand il fermente.

TRAVERS Morceau correspondant à la partie supérieure de la poitrine du porc (voir planche de la découpe du porc page 839). De forme allongée, plat et étroit, le travers est constitué de muscles, de gras (plus ou moins) et de la partie médiane des côtes. Vendu salé, il entre dans la composition des potées et de la choucroute. Il est aussi grillé (spare ribs), préparé à l'aigre-doux ou laqué à la chinoise, après avoir mariné dans des épices et de la sauce soja.

TRÉMOLIÈRES (JEAN) Biologiste français (Paris 1913 - *id.* 1976). Créateur de l'Unité de recherches sur la nutrition et l'alimentation à l'hôpital Bichat, à Paris, il a rappelé dans ses écrits (dont certains ont été publiés sous le pseudonyme de Dr Jouvenroux) et dans ses communications la part importante de spiritualité, de « tonus émotif » que contient l'aliment. Son dernier livre, *Partager le pain* (1976), résume sa pensée : la valeur symbolique des aliments, qui ne sont que de simples nutriments, fait d'eux le support de divers comportements ; le repas en commun, notamment, l'un des actes fondamentaux de la vie familiale, constitue une base de la vie sociale.

TREMPER Immerger plus ou moins longtemps un aliment dans de l'eau froide. Le trempage permet de réhydrater des légumes ou des fruits séchés, de faciliter la cuisson des légumes secs, de dessaler les poissons salés et les viandes, de nettoyer et laver des légumes, ou de les conserver momentanément.

« Tremper la soupe », c'est laisser s'imbiber de bouillon aromatique des tranches de pain rassis ou légèrement grillé, disposées dans la soupière ou dans le fond des assiettes.

On appelle encore « trempage » l'opération consistant à imbiber certaines pâtisseries avec un alcool ou un sirop.

TRÉVISE Appellation courante de la chicorée de Trévise ou de Vérone, variété sauvage originaire d'Italie (**voir** tableau des chicorées page 262). Ses petits cœurs « pommés » et croquants, rouge veiné de blanc, ont un goût à la fois amer, poivré et acidulé.

On l'apprête le plus souvent mélangée avec d'autres « petites salades » : cœur de scarole, barbe-de-capucin ou mâche. Elle s'accommode très bien d'une vinaigrette à l'huile de noix et accompagne notamment terrines, tourtes et pâtés.

TRICHOLOME Champignon charnu et robuste, à lamelles blanches ou roses, échancrées près du pied, sans anneau ni volve, dont il existe de nombreuses espèces (**voir** planche des champignons page 240).

Les tricholomes, qui poussent du printemps à la fin de l'automne, sont pour la plupart comestibles. Les plus savoureux sont le tricholome de la Saint-Georges, ou mousseron, blanc ou chamois, et le tricholome pied-bleu, couleur violet-brun ; tous deux s'apprêtent comme les girolles ; ils peuvent même se manger crus. Le tricholome agrégé, gris-brun, au goût très fin après cuisson, le tricholome équestre, ou jaunet, à saveur d'œillet, le tricholome colombette, blanc rosé, le tricholome terreux, ou petit-gris, sont également dignes d'intérêt.

TRICLINIUM Salle à manger des anciens Romains, où trois lits étaient disposés parallèlement aux trois côtés d'une table, le quatrième côté restant libre pour faciliter le service. Sur chaque divan prenaient place trois convives. Chez les riches patriciens, il existait trois tricliniums, l'un pour l'été, le deuxième pour l'hiver et le dernier pour la demi-saison.

TRIFLE Dessert préparé à la fin du XVIe siècle par les marins britanniques avec des biscuits de mer imbibés de tafia et recouvert d'une crème de type « pâtissière ». Au XIXe siècle, le trifle se transforma en un biscuit de Savoie tartiné de confiture à la fraise, coupé en morceaux et imbibé de xérès, puis recouvert de crème anglaise et de crème Chantilly, avant d'être complètement enrobé d'amandes grillées. La zuppa inglese serait une variante de cette recette.

TRIMALCION Personnage créé par Pétrone, écrivain latin du Ier siècle après J.-C., dans son roman le *Satiricon*, peinture réaliste des vagabondages d'un jeune Romain libertin. Trimalcion est le type du parvenu enrichi qui étale dans sa vie privée, et en particulier à table, un luxe ostentatoire. Il offre un festin pantagruélique à ses amis et courtisans. Il est une caricature même des excès de certains Romains de l'époque, nouveaux riches et faux gourmets.

TRIPE (À LA) Se dit d'un apprêt d'œufs durs, coupés en tranches et nappés d'une béchamel épaisse, additionnée d'oignon fondu au beurre. Dans la cuisine berrichonne, toutefois, les œufs à la tripe sont des œufs pochés dans une sauce au vin blanc avec des oignons et des herbes aromatiques, mijotée au préalable.

▶ **Recette** : ŒUF DUR.

TRIPERIE Ensemble des abats de boucherie, vendus principalement chez le tripier ; on trouve néanmoins des rognons et du foie chez le boucher, et les abats de porc sont transformés par le charcutier.

Au Moyen Âge, la corporation des tripiers était formée, à Paris, de six familles. Celles-ci achetaient en gros aux bouchers les abats blancs ou rouges, les préparaient et les revendaient ensuite à des marchands, qui les colportaient dans les rues, dans des bassines de cuivre, notamment les tripes de bœuf au safran.

TRIPES ET **TRIPE** Estomac et intestin des animaux de boucherie, et préparation culinaire à laquelle ils donnent lieu (estomac des ruminants surtout). Les tripes sont diversement accommodées, avec une sauce gélatineuse, des aromates et des légumes, et un mouillement au bouillon, au vin ou au cidre. L'apprêt le plus connu est celui des « tripes à la mode de Caen ».

■ **Spécialités régionales.** Dans toute la France, il existe de nombreuses et anciennes recettes de tripes.

– Dans les provinces de l'Ouest, ce sont les tripes de bœuf qui sont privilégiées : celles de Caen, bien sûr, qui continuent d'être préparées dans leurs petits poêlons de terre, mais aussi celles de Coutances (à la crème, roulées dans du gras-double en petits paquets), celles d'Authon-du-Perche (disposées en couches avec du lard, mijotées au cidre avec carottes et oignons), celles de Vannes (au cidre également, cuites avec pied de veau, oignons, carottes et poireaux), celles de Saint-Malo ou de Pont-l'Abbé (pied de bœuf, pied de veau, panse de mouton et de bœuf avec morceaux de petit salé, échalotes et oignons), celles d'Angoulême (panse, feuillet et pied de veau, cuits au vin blanc, à la tomate et à l'ail, avec oignons cloutés et échalotes), celles de La Ferté-Macé (enfilées par petits paquets sur des brochettes).

– Dans le Nord, on prépare à Cambrai un plat de tripes (panse et pied de bœuf) à l'ail et au thym, mijoté au cidre ou au vin blanc, que l'on accompagne de frites (alors que ce sont les pommes vapeur qui accompagnent traditionnellement les tripes de bœuf).

– Dans le Sud, les tripes de mouton sont les plus appréciées ; dans le Rouergue et en Auvergne, ce sont les trénels, tripous, manouls, pétéram et tripes en cabassol ; dans le Quercy et l'Albigeois, elles sont relevées de safran (selon une recette typiquement médiévale, les « tripes au jaunet ») ; à Olargues, on prépare toujours une antique spécialité, les « tripes de jeune bouc châtré ». En Provence, les tripes de mouton sont cuisinées au vin blanc et à l'ail, parfois sautées ; sans oublier les pieds et paquets marseillais. En Gascogne, on fait cuire les tripes de veau à la graisse d'oie et, dans le Roussillon, en blanquette, tandis que, en Corse, les tripettes sont sautées aux tomates.

■ **Spécialités étrangères.** Elles sont tout aussi diverses.
– La busecca de Lombardie est une soupe aux tripes de veau.
– Les tripes à la madrilène sont très épicées, agrémentées de chorizo, de piment, d'ail et de lanières de poivron rouge.
– La tchorba bulgare est une soupe de tripes, aux oignons, au poivron, à la tomate et à la marjolaine, servie avec du fromage râpé.
– L'annrisse arabe se compose de tripes et de fressure bouillies avec du cumin, du poivre et des écorces d'orange et de citron.
– La barbouche est un couscous aux tripes, mijotées avec huile, ail, cumin, carvi, haricots blancs et saucisson de bœuf.
– Les tripes aux oignons anglaises cuisent longuement dans du lait avec des feuilles de laurier.

RECETTE DE MICHEL BRUNEAU, CUISINIER NORMAND, *LA BOURRIDE*, À CAEN

tripes à la mode de Caen

« Garnir le fond d'une tripière de 3 pommes reinettes détaillées en quartiers, de 1 kg d'oignons émincés, de 300 g de blancs de poireau, de 500 g de carottes coupées en morceaux et de 500 g de carottes entières non épluchées. Ajouter 1 pied de bœuf et 1 pied de veau, fendus dans le sens de la longueur, 4 kg de tripes mélangées, dégorgées, blanchies, rafraîchies et coupées en carrés de 5 cm de côté, puis 2 gousses d'ail, 1 gros bouquet garni et 300 g de blancs de poireau. Assaisonner de sel, de poivre et de quatre-épices. Recouvrir de 200 g de graisse de rognon de bœuf aplatie et taillée en bandes. Mouiller de 1 litre de cidre du tonneau et ajouter suffisamment d'eau pour baigner les viandes. Couvrir. Étaler de la pâte en bande et en luter le couvercle. Cuire de 8 à 10 heures dans un four de boulangerie, d'abord à chaleur forte, puis plus douce. Séparer les tripes du jus, les mettre dans une terrine, couper les carottes entières et les ajouter. Recouvrir abondamment du jus de cuisson passé et en partie dégraissé. »

TRIPLE-SEC Liqueur élaborée par distillation d'écorces d'orange, après macération dans de l'eau mélangée à de l'alcool. Consommé à 40 % Vol., le triple-sec peut être servi sur des glaçons ou de la glace pilée. Il entre dans la préparation de cocktails, et est utilisé pour aromatiser sorbets, salades de fruits, etc.

TROIS-FRÈRES Gâteau créé au XIXe siècle par les trois frères Julien, célèbres pâtissiers parisiens, et qui est toujours cuit dans un moule spécial, en forme de grosse couronne torsadée. Il en existe une variante (à base d'amandes en poudre, de sucre, d'œufs et de crème fouettée, parfumée à l'orange), glacée, puis décorée de fruits.

On appelle également « trois-frères » un bonbon de chocolat composé de trois noisettes caramélisées enrobées de couverture au lait ou à la poire.

trois-frères

Préparer 250 g de pâte sablée. Préchauffer le four à 200 °C. Mettre dans une jatte résistant à la chaleur 7 gros œufs entiers et les fouetter sur le feu, dans un bain-marie, avec 250 g de sucre en poudre. Quand le mélange est bien mousseux, y verser d'un coup 225 g de farine de riz, 200 g de beurre fondu et 1 verre à liqueur de marasquin ou de rhum. Bien mélanger, puis verser dans un moule à trois-frères bien beurré. Abaisser la pâte sablée sur 4 mm en un disque de diamètre un peu plus grand que celui du moule ; le placer sur une tôle beurrée et farinée. Enfourner en même temps les deux apprêts et les cuire 45 min pour le premier et 20 min pour le second. Sortir du four, démouler et laisser refroidir. Disposer le gâteau démoulé en couronne sur le fond de pâte sablée, l'abricoter largement, le poudrer d'amandes effilées et hachées, et le décorer de losanges d'angélique confite.

TROISGROS (JEAN ET PIERRE) Cuisiniers français, restaurateurs à Roanne (Loire). Fils de Jean-Baptiste Troisgros, cafetier à Chalon-sur-Saône, puis propriétaire du petit *Hôtel de la Gare* à Roanne, les deux frères firent leur apprentissage à Paris, chez *Lucas-Carton*, puis chez Fernand Point, à Vienne. En 1954, ils commencèrent à exercer dans l'hôtel familial, puis ils en prirent la direction, et leur ascension fut désormais continue (une étoile Michelin en 1955, deux en 1965, trois en 1968). Leur cuisine s'inspire des recettes transmises par les générations passées, avec parfois un caractère presque paysan, mais ils ont su admirablement perfectionner des apprêts familiaux. Pierre (né en 1928 à Chalon) se montre le spécialiste des viandes, tandis que Jean (son aîné de deux ans, disparu en 1983) était connaisseur en vins, mais c'est ensemble qu'ils ont créé leurs plus grands plats.

TROIS-MAURES (LES) Taverne établie dès le XIVe siècle à Paris dans la rue du même nom, qui disposait de caves où étaient entreposés les vins provenant des celliers royaux. La tradition voulait que les tavernes ne servent pas d'autre vin tant que la totalité du vin du roi n'était pas vendue. La rue et la taverne disparurent vers 1850 ; l'auberge était alors réputée pour ses huîtres de Jersey.

TROMPETTE-DES-MORTS Nom usuel de la craterelle, ou corne-d'abondance, champignon en entonnoir ou en cornet de couleur grise plus ou moins foncée, poussant en été et en automne (voir planche des champignons page 240). Très savoureuse, la trompette-des-morts, ou trompette-de-la-mort, s'apprête comme la girolle ; on peut la conserver en la faisant sécher. Aujourd'hui, cette espèce abondamment commercialisée provient uniquement de cueillette, sa culture n'ayant pas encore été maîtrisée.

TROMPIER (MARCEL) Restaurateur français (Villié-Morgon 1907-1984). Fils de restaurateur, il arriva à Paris en 1947 et créa un établissement, *la Marée*, décoré de boiseries flamandes, qui demeure, même après sa disparition, une véritable institution. Il est l'un des fondateurs des Compagnons du Beaujolais, et laisse le souvenir d'un vaillant défenseur de la cuisine française. Son fils Éric lui succède aujourd'hui.

TRONÇON Morceau court et large, taillé dans le milieu d'un gros poisson plat (turbot, barbue, etc.).

TROPÉZIENNE Disque de pâte briochée, cuit puis fourré d'une crème mousseline relevée de rhum et poudré de sucre glace. Cette spécialité de Saint-Tropez est aujourd'hui connue dans la France entière.

TROQUET Débit de boissons (synonyme populaire de « bistrot ») ; c'est l'abréviation de mastroquet, « marchand de vin au détail ».

TROU NORMAND Usage de la table consistant à boire un petit verre d'eau-de-vie (calvados, d'où son nom, mais aussi cognac, kirsch ou eau-de-vie de fruit) au milieu d'un repas copieux, afin d'exercer une action « digestive » et de stimuler l'appétit avant les autres plats. Aujourd'hui, il s'agit souvent d'un sorbet aux fruits, arrosé d'une eau-de-vie lui convenant : orange et cognac, ananas et kirsch, poire et eau-de-vie de poire, citron et vodka, etc.

TROUSSER Mettre en forme une volaille ou un gibier à plume avant de le brider, pattes allongées pour le rôtir, pattes repliées pour le braiser ou le pocher. « Troussé » se dit plus particulièrement d'un volatile dans les flancs duquel on a pratiqué une petite incision pour y glisser l'articulation de la patte et de la cuisse ; pour certaines petites volailles, le troussage dispense parfois du bridage. On trousse aussi les écrevisses (et parfois les langoustines) pour une présentation particulière en garniture : l'opération consiste à piquer l'extrémité des pinces à la base de la « queue » (c'est-à-dire de l'abdomen).

TROUVILLE Nom donné à un apprêt du homard qui, après cuisson au court-bouillon, est décortiqué et détaillé en salpicon, puis mélangé avec des champignons émincés sautés au beurre, des huîtres et des moules (pochées et ébarbées), et des lames de truffe. Ce mélange est dressé dans un cercle de risotto à la sauce normande ; le tout est enfin nappé de sauce Mornay légère, saupoudré de fromage râpé et glacé sous la salamandre.

TRUFFE Champignon souterrain qui vit en symbiose avec certains arbres, les chênes surtout, mais aussi les châtaigniers, les noisetiers et les hêtres (voir planche des champignons page 240). Comestible très recherché, la truffe est irrégulièrement globuleuse, de grosseur variable, noire ou brun sombre, parfois grise ou blanche ; on la trouve surtout en terrain calcaire ou argilo-calcaire, à faible profondeur (moins de trente centimètres). La production des truffières françaises (Sud-Ouest et Sud-Est notamment) a beaucoup baissé depuis le début du XXe siècle. Avant 1914, on récoltait chaque année quelque 1 800 tonnes de truffes dans le seul Périgord ; on en récolte aujourd'hui 200 tonnes dans toute la France. La trufficulture méthodique n'a pas encore donné de résultats concluants.

■ **Histoire.** La truffe est connue depuis l'Antiquité. Les Égyptiens la dégustaient enrobée de graisse d'oie et cuite en papillote ; les Grecs et les Romains lui prêtaient surtout des vertus thérapeutiques et aphrodisiaques, pouvoir qu'on lui reconnaissait encore au XIXe siècle. Mais, jusqu'au début du XVIIIe siècle, son origine tint du mystère, et on imaginait qu'elle était due à toutes sortes d'interventions surnaturelles. Ainsi, au Moyen Âge, on voyait souvent en elle la manifestation du diable, et elle tomba alors dans l'oubli. Puis la truffe connut une grande vogue au XVIe siècle, sous la Renaissance, subit de nouveau une éclipse, puis retrouva la faveur des cuisiniers sous Louis XIV. Dès lors, son règne ne fit que s'affirmer. En 1711, Claude Joseph Geoffroy, botaniste français, publia une étude sur la *Végétation de la truffe*, qui permit de classer définitivement ce tubercule parmi les champignons.

■ **Récolte.** L'usage de faire chercher les truffes par des porcs muselés était courant au XVIIe siècle. Aujourd'hui, la récolte de ces champignons, dont il existe plusieurs espèces plus ou moins estimées, se fait toujours avec le concours d'un animal (porc ou chien) sensible à leur parfum. Tenant celui-ci en laisse, le « caveur » le suit pas à pas et déterre les précieuses excroissances noires dès que l'animal se met à fouiller le sol. Il remet ensuite en place les mottes de terre pour que nulle trace ne subsiste de son passage : il faut laisser mûrir les autres truffes et ne pas éveiller l'attention des « braconniers » éventuels.

■ **Variétés.** Il existe quelque soixante-dix espèces de truffes, dont trente-deux en Europe.

– La truffe noire du Périgord est la plus estimée : à maturité après les premières gelées, elle a une chair noire parcourue de veines blanchâtres et dégage un parfum affirmé ; elle vient surtout du Tricastin, du Vaucluse, du Lot, du Quercy et du Gard, mais elle garde la prestigieuse appellation qui l'a rendue célèbre.

– La truffe d'été, ou de la Saint-Jean, brun foncé veiné de blanc, la truffe grise de Champagne et de Bourgogne, celles d'Alsace et du Vaucluse, brunes à veines noires, sont moins parfumées, tout comme la *terfez* (truffe « blanc de neige », qui pousse en Afrique du Nord, dans l'Atlas).

– La truffe blanche du Piémont jouit d'une certaine faveur. Elle est délicatement parfumée, surtout celle de la région d'Alba, dont la saison va d'octobre à décembre. En cuisine, elle accompagne surtout le chapon et le veau, parfois la langouste. Elle est aussi consommée cuite dans de l'asti, poudrée de parmesan et assaisonnée de vinaigrette au citron. Elle intervient dans une sauce au beurre, à la crème, à l'ail et à l'anchois, pour napper spaghettis ou légumes servis froids. Enfin, elle s'utilise crue, râpée ou détaillée en fines lamelles, en garniture pour viandes grillées, poulet, agnolottis ou risotto.

■ **Emplois.** Une truffe noire de bonne qualité doit être bien ronde et d'un seul bloc ; elle n'acquiert sa pleine valeur qu'à maturité. Bien que son emploi en cuisine soit plus modéré qu'autrefois, étant donné sa rareté et son prix, son prestige reste intact, et les superlatifs qui lui sont attribués témoignent de sa valeur presque mythique : « diamant de la cuisine » (Anthelme Brillat-Savarin), « pomme féerique » (George Sand), « négresse reine » (Émile Goudeau), « gemme des terres pauvres » (Colette), « perle noire » (Fulbert Dumonteil), « *sacrum sacrorum* des gastronomes » (Alexandre Dumas). Quant à son prix, il a fait dire à l'écrivain Jean-Louis Vaudoyer : « Il y a deux races de mangeurs de truffes, l'une qui croit que les truffes sont bonnes parce qu'elles sont chères, l'autre qui sait qu'elles sont chères parce qu'elles sont bonnes. »

Les truffes sont utilisées en cuisine crues ou cuites, détaillées de diverses façons, sous forme de jus, de fumet ou d'essence, voire simplement par leur parfum. Les recettes dans lesquelles elles entrent, avec gibier, viandes, volailles, pâtés, farces, boudins, apprêts d'œufs et salades « riches », portent les appellations les plus fastueuses, en commençant par les apprêts Périgueux, ou à la périgourdine. Les vrais amateurs apprécient la truffe entière et fraîche, soit crue, avec du beurre frais ou en salade, soit cuite sous la cendre ou à l'étouffée, au vin blanc ou au champagne, ou encore dans une croûte feuilletée.

■ **Conserves.** On trouve aujourd'hui dans le commerce des truffes de conserve, pelées ou brossées, mûres et entières ; elles peuvent être : « surchoix » (à chair ferme, noires, de taille et de couleur uniformes), « extra » (à chair ferme, plus ou moins noires, irrégulières), « 1[er] choix » (à chair plus ou moins ferme et de couleur parfois claire, irrégulières et parfois écorchées). On trouve aussi des « morceaux » (de 0,5 cm d'épaisseur au moins, plus ou moins foncés, avec jusqu'à 2 % d'impuretés), des « pelures » (avec 20 % de brisures au maximum, de couleur variable, et jusqu'à 3 % d'impuretés) et des « brisures » (jusqu'à 5 % d'impuretés).

brie aux truffes → BRIE
brouillade de truffes → ŒUF BROUILLÉ

conserve de truffes à la graisse d'oie

Préparer et cuire les truffes comme pour la stérilisation (voir ci-dessous) en remplaçant l'infusion au madère par de la graisse d'oie fondue, comme pour un confit. Fermer hermétiquement ; conserver au frais. Réserver les pelures comme aromate.

conserve de truffes stérilisées

Faire tremper les truffes à l'eau tiède, puis les laver soigneusement en les brossant sous l'eau fraîche, et les peler en réservant les pelures. Retirer ensuite avec la pointe d'un couteau toutes les parties terreuses logées dans les trous et les replis. Les poudrer de sel fin additionné de quatre-épices et de poivre ; les laisser macérer 2 heures. Faire bouillir du madère et y ajouter les pelures de truffe avec 1 pincée de sel ; couvrir hermétiquement le récipient et laisser refroidir la cuisson, puis la passer. Mettre les truffes dans des bocaux et les recouvrir de la cuisson. Fermer les bocaux et stériliser. Laisser refroidir complètement les bocaux avant de les ranger, au sec et à l'abri de la lumière.

escalopes froides de foie gras au raisin et aux truffes → FOIE GRAS
essence de truffe → ESSENCE
fleurs de courgette aux truffes → COURGETTE
foie gras de canard, truffe et céleri-rave → FOIE GRAS
gâteau de topinambour et foie gras à la truffe → GÂTEAU
glace aux truffes → GLACE ET CRÈME GLACÉE
œufs à la coque Faugeron à la purée de truffe → ŒUF À LA COQUE
pâté de foie gras truffé → PÂTÉ
salade de pommes de terre et pieds de porc truffés → SALADE
sauce à la truffe → SAUCE
sauté de truffes du Piémont → SAUTÉ
soupe aux truffes noires → SOUPE
suprêmes de volaille au sauternes et au citron confit → SUPRÊME
tendrons de veau aux nouilles, truffes et foie gras → VEAU
terrine de légumes aux truffes « Olympe » → TERRINE
tourte de truffes à la périgourdine → TOURTE

RECETTE DE JEAN-CLAUDE FERRERO

truffe en papillote et son foie gras d'oie

« Poser sur un carré de papier d'aluminium de 30 x 30 cm, du côté brillant, une noisette de beurre. Déposer par-dessus une truffe. Saupoudrer d'une pincée de gros sel. Fermer la papillote en aumonière, hermétiquement mais lâchement. Cuire 7 min dans le four préchauffé à 200 °C. Ouvrir la papillote par le haut ; verser le jus dans une assiette et y faire rouler la truffe. Servir chaud avec du foie gras d'oie et des toasts beurrés à l'huile d'olive. »

RECETTE DE PLUMEREY

truffes au champagne

« Prenez trois livres de truffes, les plus grosses que vous trouverez, et choisissez-les bien rondes et lisses, fermes et d'un beau noir. Brossez-les soigneusement dans deux ou trois eaux. Lorsqu'elles seront bien égouttées, placez-les dans une casserole que vous aurez foncée de bardes de lard et recouvrez-les de même. Coupez en gros dés une livre de jambon que vous ferez dessaler, autant de rouelle de veau et de lard frais ; passez au beurre dans une casserole en y joignant carottes et oignons émincés, persil en branches, quelques parcelles de thym, laurier, basilic, la moitié d'une gousse d'ail, deux clous de girofle ; assaisonnez de très peu de sel, poivre blanc, muscade râpée, pointe

d'épices. Lorsque ces ingrédients commenceront à se colorer légèrement, mouillez de deux bouteilles de vin de Champagne mousseux (l'ay est le meilleur) ; faites partir ; écumez et laissez mijoter à l'angle du fourneau, sans réduire ; alors, passez avec pression pour en mouiller les truffes ; mettez-les en cuisson une heure avant de servir. Laissez bouillonner doucement pendant trois quarts d'heure, alors retirez-les et tenez-les très chaudes, sans ébullition. Au moment de servir, égouttez-les, dressez-les sur une serviette pliée sur un plat d'argent ; clochez-les pour les envoyer bouillantes. »

TRUFFE EN CHOCOLAT Friandise à base de chocolat fondu avec du beurre ou de la crème, du sucre et parfois des œufs, puis parfumé (café, cannelle, cognac, rhum, vanille, whisky, etc.), façonné en boules qui sont enrobées de couverture de chocolat ou roulées dans du cacao en poudre. Les truffes en chocolat, de très courte conservation, s'offrent traditionnellement à l'époque de Noël ; elles accompagnent bien le café. Les muscadines sont des truffes en chocolat de forme allongée, trempées dans de la couverture, puis poudrées de sucre glace.

Les truffes – ou truffettes – de Chambéry, spécialité de la ville, sont à base de pralin mélangé avec du chocolat, du fondant et du beurre, puis enrobées de cacao en poudre mélangé de sucre ou roulées dans du chocolat râpé.

truffes en chocolat au beurre

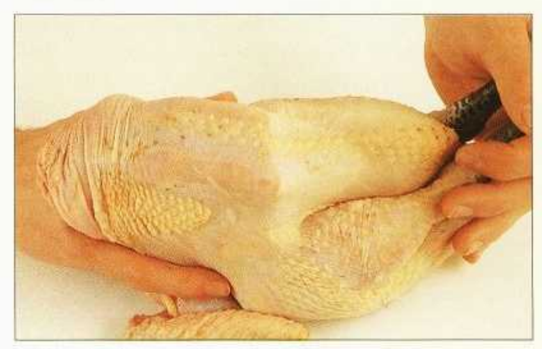
Pour une vingtaine de truffes, faire fondre au bain-marie 250 g de chocolat à croquer avec 1 cuillerée à soupe de lait. Lorsque le mélange est bien lisse, ajouter 100 g de beurre en petits morceaux et bien mélanger. Incorporer ensuite 2 jaunes d'œuf, puis 1/2 dl de crème fraîche et 125 g de sucre glace. Réserver 24 heures au réfrigérateur. Façonner les truffes rapidement, en prélevant la pâte avec une petite cuillère, puis en roulant les cuillerées avec la paume, sur un marbre, en boules de la taille d'une noix. Les faire tomber une par une dans un bol contenant 50 g de cacao en poudre non sucré et faire tourner le bol pour enrober la truffe de cacao. Réserver au frais.

RECETTE D'OLYMPE VERSINI

truffes en chocolat à la crème

« Faire fondre 300 g de chocolat amer et 75 g de cacao pur dans 1/2 tasse à café de café fort, au bain-marie et très doucement. Bien mélanger. Faire chauffer 250 g de crème fraîche et, dès la première ébullition, la mélanger à la pâte de chocolat. Retirer du feu et laisser reposer quelques heures au frais. Avec une poche à douille, façonner des petites boules, les disposer sur un papier d'aluminium et les tenir au frais pendant 1 h 30. Les rouler ensuite dans du cacao pur en poudre. »

Truffer une volaille



1. *Décoller la peau de la chair en partant du cou, pour aller vers les hauts-de-cuisses et les pilons.*



2. *Passer les lames de truffe dans du beurre clarifié, les déposer sur la pointe de la lame d'un couteau et les glisser sous la peau.*

TRUFFER Communiquer à un apprêt le parfum de la truffe en lui incorporant des morceaux plus ou moins gros de ce champignon. Ce sont surtout le foie gras, les farces, les salpicons et les ragoûts composés qui sont truffés. On truffe également une poularde en glissant des lamelles de truffe entre la chair et la peau.

▶ **Recettes** : BÉCASSE, DINDE, DINDON ET DINDONNEAU, POULARDE.

TRUITE Poisson des torrents, des lacs et des rivières, de la famille des salmonidés, très recherché par les pêcheurs (voir planche des poissons d'eau douce page 819). Ce poisson carnivore, à la chair savoureuse, fait aussi l'objet d'un élevage important, la trutticulture.

– La truite fario, dite « truite de rivière » ou « truite sauvage », représente 5 % de l'élevage, mais les alevins sont très rapidement réintroduits dans leur milieu naturel. La fario se caractérise par une grande bouche et une teinte dorée, avec des taches localisées en haut du corps. Plus ou moins colorée selon l'habitat, le sexe et l'âge, elle peut atteindre soixante centimètres.

– La truite de lac, vivant dans les lacs et quelques cours d'eau rapides, peut atteindre un mètre. Si sa nourriture est riche en crustacés, sa chair se colore en rose ; on la qualifie alors de « saumonée ».

– La truite de mer vit dans les fleuves côtiers de la Manche et descend jusqu'à la mer, puis regagne les fleuves à l'automne.

– La truite fario, la truite de lac ou la truite de mer sont pêchées avec permis et réservées à la consommation privée.
– La truite arc-en-ciel, qui provient d'une espèce importée des États-Unis (où elle vit en eau libre), fait, en France, l'objet d'une pisciculture importante et organisée. C'est un poisson argenté, parfois avec une bande violacée sur les flancs, qui porte des taches sur le corps entier, y compris les nageoires.

Au Canada, la truite arc-en ciel est la plus répandue à l'état sauvage et la plus exploitée en élevage. D'autres espèces couramment consommées incluent l'omble de fontaine, appelé à tort « truite mouchetée », ou « truite saumonée » ; la truite de mer, dont la chair rose est délicieuse ; le touladi, ou truite grise ; l'omble chevalier, que l'on pêche dans l'Arctique, et l'ombre, un très beau poisson à odeur caractéristique de thym, qui vit dans les lacs isolés des Territoires du Nord-Ouest.

■ **Élevage.** La trutticulture rassemble aujourd'hui en France quelque sept cents exploitations, dont la production, en dix ans, est passée de dix mille à vingt mille tonnes. La truite est le premier poisson auquel fut appliqué avec succès, dès le XVe siècle, le principe de la fécondation artificielle (il s'agissait à l'époque de la truite fario). Connue de quelques pêcheurs et gardée secrète, cette méthode fut redécouverte en 1842 par deux Vosgiens ; mais ce n'est qu'au début du XXe siècle que l'élevage de la truite a pris son extension, avec l'importation de l'espèce arc-en-ciel.

On fait couler la laitance de mâles étalons sur des œufs de femelles sélectionnées, et l'on met ceux-ci à incuber dans une eau à température constante, riche en oxygène. Les alevins sont ensuite placés en bassins ; au cours de la croissance, des tris donnent des lots de taille homogène. À cinq mois environ, l'alevin mesure 6 cm, avec déjà une conformation de truite ; de 6 à 16 cm (40 à 80 g), c'est la truitelle, qui, entre dix-huit mois et deux ans, à 28 cm (150 à 300 g), devient la truite-portion. Elle peut encore vivre dix ans et atteindre 6 à 8 kg, ce qui n'arrive qu'aux spécimens sélectionnés pour la reproduction.

L'alimentation de la truite d'élevage (farines de poisson et de soja) est soigneusement dosée, et il est impossible de gaver ce poisson pour le « pousser » ; en outre, la truite a besoin de place, sinon elle meurt.

On trouve aussi dans le commerce des truites fumées, entières ou en filets dépouillés. La Norvège, notamment, élève dans les fjords des truites saumonées, destinées à être fumées, surgelées ou mises en conserves appertisées.

■ **Emplois.** Dans de nombreuses provinces, la truite connaît des recettes anciennes, savoureuses et variées, outre les cuissons à la meunière et au bleu, succulentes avec des truites sauvages fraîchement pêchées.

En Auvergne, on la fait cuire à la poêle, avec des lardons et de l'ail haché ; on la farcit à la montdorienne (mie de pain, crème, fines herbes, champignons) ; on la prépare au fumet, avant de la napper de sauce à la crème, ou en filets pochés, servis sur une julienne de chou mijotée à la crème ; la truite à la d'Ussel est pochée, puis, le lendemain, roulée dans de la chapelure et gratinée.

Dans le Sud-Ouest, la truite (« trouéte » ou « truchet ») est frite ou braisée au vin blanc avec des cèpes ; on la farcit aussi de chair de merlan pilée avec du foie gras de canard, pour la cuire en papillote. Les truites flambées du Périgord sont servies avec du beurre fondu.

En Savoie, elle se cuisine au bleu, à la meunière (spécialité du lac d'Annecy), au court-bouillon (servie avec une sauce mousseline) ou farcie et braisée à l'apremont.

En Corse (où Corte est un centre de pêche en rivière important), on la cuisine aux aromates, dans un poêlon avec du vin rouge.

En Normandie, la truite est poêlée au lard à la mode de Vire, cuite en matelote au cidre (aux Andelys) ou en papillote, avec des lamelles de pomme, des fines herbes, de la crème et du calvados ; on en fait aussi un pâté chaud (plat traditionnel des évêques de Rouen).

Dans l'Est, la truite à la beauvaisienne est garnie de grains de poivre et rôtie, et la truite à la montbardoise, dite « caprice de Buffon », farcie d'épinard et d'échalote, cuite au court-bouillon ; le pâté de truite à la lorraine se compose de filets pilés avec noix de muscade et fines herbes, additionnés de morilles hachées, avec des filets entiers en garniture.

Jean Giono, grand amateur, s'élève contre la truite aux amandes, apprêt typique de la restauration classique, mais dédaigné par nombre de gastronomes : « Jamais au beurre, jamais à l'amande ; ce n'est pas de la cuisine, c'est du cartonnage [...]. À part la truite au bleu, on ne sait pas cuire la truite. »

Malgré les préjugés, la truite d'élevage connaît en restauration nombre d'apprêts plus ou moins élaborés, chauds ou froids, et tous les chefs l'ont traitée avec imagination.

Au tout début du XIXe siècle, Laguipière la servait à l'Empereur grillée, après marinade à l'huile d'olive et au citron, avec une sauce maître d'hôtel relevée de noix de muscade.

Fernand Point l'imagina farcie de champignons, de truffe, de carotte et de céleri, saisie au court-bouillon, arrosée de porto et finie au four en papillote, nappée du fond de cuisson monté au beurre manié.

On l'apprête classiquement pochée au court-bouillon et servie avec une sauce hollandaise, cuite au vin rouge à la bourguignonne, frite à la Colbert, ou froide, en gelée, avec des décors variés ; elle admet en outre toutes les recettes du saumon.

RECETTE D'ANDRÉ BESSON

médaillons de truite au beurre de ciboulette

« Blanchir 1 min 100 g d'épinards. Les rincer à l'eau froide, bien les essorer et les hacher très finement. Mixer au robot ménager 150 g de pétoncles décoquillés, les épinards, 5 cuillerées à soupe de crème fleurette et 3 cuillerées à soupe de vin blanc. Saler et poivrer. Enduire 6 beaux filets de truite fraîche de cette farce, puis les enrouler sur eux-mêmes. Entourer chaque rouleau d'une

feuille de papier d'aluminium, en fermant bien les extrémités. Cuire à la vapeur de 8 à 10 min. Réserver. Dans une casserole, faire réduire presque à sec 12,5 cl de bon vin blanc avec 1 échalote très finement ciselée. Incorporer énergiquement 250 g de beurre très froid coupé en tout petits morceaux. Ajouter 20 tiges de ciboulette finement ciselées ; rectifier l'assaisonnement. Napper les assiettes de ce beurre et y déposer les rouleaux de truite tranchés en médaillon. Garnir de petits légumes de saison, cuits croquants. »

truite saumonée Beauharnais

Farcir une truite saumonée de 900 g environ avec 250 g de farce de merlan à la crème, additionnée de 4 cuillerées à soupe de mirepoix de légumes fondue au beurre. La placer dans une saumonière beurrée, la mouiller à mi-hauteur de fumet de poisson au vin blanc, et cuire 20 min au four préchauffé à 230 °C. Égoutter la truite, la dresser dans un plat de service. Garnir de pommes de terre noisettes cuites au beurre et de petits fonds d'artichaut, étuvés au beurre, puis emplis de sauce béarnaise. Servir en même temps le fond de cuisson de la truite après l'avoir passé, réduit et monté au beurre.

truites aux amandes

Nettoyer 4 truites de 250 g environ et les éponger ; les saler, les poivrer et les fariner. Chauffer 50 g de beurre dans une grande poêle ovale et y dorer les truites sur les deux faces, puis baisser le feu et laisser la cuisson se poursuivre de 10 à 12 min, en les retournant une fois. Dorer à sec 75 g d'amandes effilées, dans une poêle ou au four, puis les ajouter aux truites. Quand celles-ci sont cuites, les égoutter et les dresser dans le plat de service ; les arroser de 2 cuillerées à soupe de jus de citron et les parsemer de persil ciselé ; les tenir au chaud. Ajouter 20 g de beurre et 1 cuillerée à soupe de vinaigre dans la poêle, faire chauffer et verser sur les truites, en même temps que les amandes.

truites au bleu

Sortir de l'eau des truites vivantes de 150 g, les assommer, les vider et les nettoyer rapidement sans les essuyer. Les arroser de vinaigre, puis les plonger dans un court-bouillon tout juste frissonnant fortement additionné de vinaigre. Les cuire de 6 à 7 min à petits bouillonnements. Les égoutter et les dresser sur une serviette ; les garnir de persil frais et servir à part du beurre fondu ou une sauce hollandaise.

truites à la bourguignonne

Nettoyer 4 truites, les éponger, les saler et les poivrer à l'intérieur et à l'extérieur. Émincer et dorer au beurre 250 g de champignons nettoyés, 1 carotte et 1 oignon ; en masquer un plat à four beurré. Disposer les truites dans le plat, ajouter 1 bouquet garni et mouiller à peine à hauteur de bourgogne rouge. Porter à ébullition sur le feu, puis couvrir et cuire 10 min à 240 °C. Glacer 12 petits oignons. Égoutter les truites, les dresser dans un plat de service chauffé et garnir avec les oignons ; tenir au chaud. Passer le fond de cuisson, le lier avec 1 cuillerée à soupe de beurre manié et remettre sur le feu 2 ou 3 min ; ajouter 2 cuillerées à soupe de beurre frais en fouettant, et en napper les truites.

truites frites

Nettoyer de toutes petites truites, les vider, les éponger ; les saler, les poivrer et les fariner ; les dorer en pleine friture très chaude, puis les égoutter et les dresser sur une serviette. Servir avec une salade verte et des rondelles de citron.

truites inuit séchées « Pissik »

Ébarber, vider et laver 3 truites de 180 g. Couper les têtes. Fendre les poissons par l'intérieur, de façon à pouvoir enlever l'arête centrale, en ayant soin de laisser les 2 filets attachés ensemble par la peau. Enlever les arêtes restantes. Pratiquer dans les chairs des incisions en forme de losange de 1 cm de côté. Couper la chair jusqu'à la peau sans entailler celle-ci. Assaisonner de sel et de poivre. Sécher 15 min au four préchauffé à 150 °C. Conserver à la température ambiante dans un sac de toile bien fermé et servir en amuse-gueule.

RECETTE DE DANIEL JOURDAN

truites à la nage Jean Giono

« Assommer les truites d'un coup sur la tête, les vider et les nettoyer rapidement sans les ouvrir ni les laver. Verser dans un plat 1 verre de vinaigre, saler et poivrer ; mettre les truites dans le plat en les retournant plusieurs fois, puis les laisser mariner 15 min. Faire chauffer dans une grande casserole un peu de vinaigre, puis y verser 1 verre à bordeaux d'huile d'olive battue avec 5 verres d'eau ; ajouter 1 carotte, 1 poireau et 1 oignon, taillés en rouelles, 1 petite branche de céleri, 3 têtes d'ail écrasées, 5 grains de genièvre écrasés, 1 pincée de fleur de thym, du sel, du poivre et une dizaine de graines de fenouil. Faire bouillir 10 min à grand feu, jusqu'à réduction presque complète du liquide (il doit en rester 1 cm environ). Poser les truites dans la casserole ; couvrir, porter à l'ébullition, puis laisser 1 min à plein feu et ensuite 4 min à feu doux. »

RECETTE DE DANIEL JOURDAN

truites saumonées en salade

« La veille du repas, nettoyer 4 truites saumonées et lever les filets ; les émincer en lamelles fines, les étendre sur un plat de porcelaine, les saler, les poivrer et les arroser d'huile d'olive. Les retourner et répéter l'opération. Les laisser mariner ainsi, au frais, pendant la nuit. Le jour du repas, faire cuire des petits artichauts en les gardant croquants, éplucher 2 avocats bien mûrs,

pocher 3 œufs de caille par convive et préparer une julienne très fine de zeste d'orange et de gingembre. Faire cuire dans un court-bouillon très aromatisé 3 écrevisses par personne. Dresser en éventail les filets de truite crus dans les assiettes de service. Placer les écrevisses, queues décortiquées, au pied de l'éventail, puis remonter vers le haut de celui-ci en disposant des tranches d'avocat, des quartiers d'artichaut et d'œufs de caille. Parsemer avec la julienne d'orange et de gingembre, puis assaisonner d'un filet de jus de citron et d'huile d'olive. En automne, composer la garniture avec de fines lamelles d'oronge, une tête de cèpe marinée avec les filets de truite, de petites navettes de betterave rouge, des haricots verts croquants, des fonds d'artichaut, des œufs de caille pochés et une julienne de zeste d'orange et de gingembre frais. »

TSARINE (À LA) Se dit d'une volaille pochée, garnie de gousses de concombre à la crème, ou de poissons plats pochés (sole ou filets de sole, barbue), garnis de concombre étuvé au beurre et nappés de sauce Mornay relevée de paprika.

L'appellation concerne également divers apprêts plus directement inspirés du répertoire russe classique : crème de gelinotte et de céleri garnie d'une julienne de céleri ; œufs pochés, dressés sur des tartelettes remplies de purée de gelinotte, nappées de sauce à la crème et aux champignons ; laitances pochées au vin blanc, garnies de vésiga haché et de caviar.

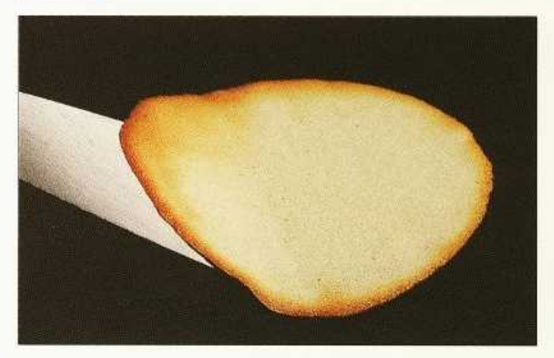
TUILE Petit-four sec, mince, fait de sucre, d'amandes effilées ou en poudre, d'œufs et de farine, cintré en forme de tuile romaine, qui acquiert sa forme caractéristique en séchant, encore chaud, sur un rouleau à pâtisserie sec. On prépare aussi des tuiles plates (« mignons »), en forme de petits disques, collés deux par deux avec de la meringue, puis séchés à l'étuve.

tuiles

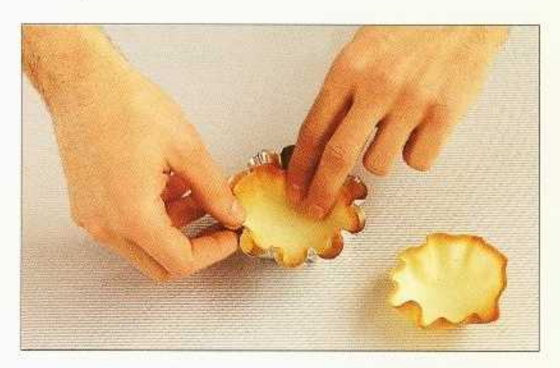
Mélanger au fouet 200 g de sucre semoule, 1 sachet de sucre vanillé, 125 g de farine tamisée, 4 ou 5 œufs et 1 petite pincée de sel. Incorporer 150 g de beurre fondu et 150 g d'amandes effilées. Beurrer une plaque au pinceau et y verser la pâte, avec une petite cuillère, en masses bien écartées les unes des autres ; les étaler légèrement avec une fourchette renversée mouillée à l'eau froide. Cuire 4 min environ au four préchauffé à 275 °C. Décoller les palets dès la sortie du four, les placer, tout chauds, sur un rouleau à pâtisserie ou une bouteille bien propre et les laisser refroidir.

TULIPE Pâtisserie légère composée de beurre, de sucre glace, de farine et de blancs d'œuf. La pâte est d'abord étalée en forme de disque à l'aide d'une cuillère ou d'une palette, puis elle est cuite à four

Confectionner une tulipe



1. *Décoller rapidement la pâte de la plaque à l'aide d'une spatule.*



2. *Former les tulipes dans de petits moules à brioche.*

chaud. La souplesse de la pâte encore tiède permet de lui donner une forme de tulipe en la disposant dans des moules à brioche. Les tulipes se servent froides et croustillantes, garnies de crème Chantilly ou en accompagnement de certains desserts glacés. Elles se conservent dans un endroit sec.

▶ **Recette** : GROSEILLE.

TUMBLER Grand verre à mélange, généralement à bords droits, dont le volume permet notamment la préparation des longs drinks. Le cocktail peut ensuite être servi dans un verre givré.

TUNISIE La cuisine tunisienne est à l'image de celle des autres pays du Maghreb. Les plats sont toujours abondants, tradition de l'hospitalité oblige, relevés d'épices odorantes (harissa).

■ **Soupes et ragoûts.** Comme au Maroc et en Algérie, les soupes *(brudu)* sont souvent très parfumées et généreuses, avec des légumes, des céréales, de la viande ou du poisson. Les viandes (surtout mouton et bœuf) et les volailles sont cuites en ragoût (tajine de mouton ou de lapin aux pruneaux avec fenouil au citron), en brochettes (kebab), ou hachées et façonnées en boulettes *(kefta)*. Les légumes sont cuits au bouillon, mijotés en ratatouille – accompagnée d'œufs, celle-ci prend le nom de chakchouka –, ou encore marinés et servis en salade pour la *kemia*, un assortiment de hors-d'œuvre, où ils voisinent avec des crêpes fourrées, les *trids*.

Le plat national est le couscous. La semoule se sert avec des légumes (carottes, courgettes, pois chiches, céleri, tomates...), du mouton, du lapin, du perdreau, du poulet ou du poisson. Légumes et viandes peuvent être remplacés par des fruits secs, des amandes, des pistaches et des noix, servis avec une semoule mouillée de lait et sucrée, composant ainsi un dessert copieux.

La pâtisserie est riche de gâteaux très sucrés à base de miel, de sirop et de pâte feuilletée ; celle-ci est une composante essentielle de la gastronomie. Appelée *malsouga*, elle sert à fabriquer les bricks, des chaussons farcis d'œufs ou de viande. La fin des repas est toujours ponctuée par le traditionnel thé à la menthe.

TURBAN Dressage de certains mets présentés en couronne. Le terme désigne aussi un apprêt à base de farce, de salpicon, etc., cuit dans un moule à bordure pour former une couronne : turban de poisson, de crustacé, de volaille, de riz, de gibier. On moule aussi en turban les mousses et les crèmes glacées.

▶ **Recette** : CROÛTE.

TURBIGO Nom d'un apprêt des rognons d'agneau coupés en deux, sautés, garnis de chipolatas grillées et de champignons sautés, saucés du déglaçage au vin blanc et à la demi-glace tomatée.

TURBINER Faire prendre au froid un appareil à glace ou à sorbet jusqu'à ce qu'il soit solidifié. Le turbinage se fait en freezer ou dans une turbine à glace.

TURBOT Poisson plat de la famille des scotophtalmidés, qui vit sur les fonds sableux et caillouteux de l'Atlantique (voir planche des poissons de mer pages 820 et 821). Les yeux sont sur un seul côté, brunâtre, parsemé de taches blanches et noires ; la face aveugle est parfois elle aussi pigmentée, ce qui est rare chez un poisson plat. La peau dure, sans écailles apparentes, est semée de petits tubercules osseux. Apprécié depuis l'Antiquité, surnommé « roi du carême » pendant des siècles, le turbot a bénéficié des apprêts les plus fastueux.

■ **Emplois.** Le turbot est vendu entier et vidé, ou en tronçons. Il mesure généralement de 40 à 50 cm et pèse de 2 à 4 kg, mais certains, qui ne sont pas les moins délicats, atteignent 90 cm et 20 kg. Il a une chair blanche, feuilletée et ferme, particulièrement fine et savoureuse. Qu'il soit poché, braisé, grillé nature ou poêlé, sa cuisson doit être surveillée avec attention : si elle est trop prolongée, la chair perd en saveur et en moelleux. Toutes les recettes de la barbue et du saint-pierre sont applicables au turbot entier, et toutes celles des filets de sole le sont aux filets de turbot.

RECETTE DE SIMONE LEMAIRE, CUISINIÈRE

escalopes de turbot à l'embeurrée de poireau

« Escaloper des filets de turbot. Préparer un fumet avec les parures. Saisir les filets au beurre, des deux côtés, puis les couvrir de fumet. Laisser frémir 5 min. Égoutter le poisson. Réduire la cuisson jusqu'à ce qu'elle ait la consistance d'un velouté et y ajouter une quantité égale de crème double. Dresser les escalopes sur un plat chaud et les napper de la sauce. Servir avec une " embeurrée " de poireau, c'est-à-dire 1 kg de blancs de poireaux émincés, cuits avec 200 g de beurre et 1 verre d'eau, à couvert, au four, 20 min. Saler et poivrer. »

RECETTE D'ANDRÉ JEUNET, *LE PARIS*, À LILLE

filets de turbot braisé à l'Angélus

« Mettre dans un sautoir 1 belle tomate pelée, épépinée et coupée en dés, 1 grosse échalote hachée, 100 g de champignons de Paris émincés, 1 petit bouquet de persil haché et 1/2 cuillerée à café de concentré de tomate. Mélanger le tout. Ajouter 2 filets de turbot de 150 g chacun sur le fond de braisage ; saler, poivrer et verser 25 cl de bière Angélus. Porter à ébullition et cuire doucement à couvert. Préparer une sauce hollandaise ; la réserver au chaud. Égoutter les filets de turbot, finir la réduction du fond de braisage et verser 20 cl de crème dans le sautoir. Réduire jusqu'à liaison. Incorporer la sauce hollandaise sans laisser bouillir et napper aussitôt le poisson. Dorer vivement le dessus. »

RECETTE DU RESTAURANT *DANIEL MÉTERY*, À PARIS

filets de turbot à la fondue de poireau et à la moelle

« Faire fondre des poireaux, bien lavés et émincés, avec une noix de beurre, pendant 20 min, à couvert, sur feu très doux ; saler et poivrer. Ajouter de la crème fraîche et laisser cuire encore 5 min, puis réserver ; cuire le turbot à la vapeur pendant 8 min. Faire réduire 1 min 1 demi-échalote finement hachée dans 10 cl de vin rouge. Ajouter 2 cuillerées de glace à viande ; faire réduire, puis monter hors du feu en incorporant 2 cuillerées de beurre en petites noix. Préparer une concassée de tomate en faisant fondre 2 tomates très mûres, mondées, épépinées et coupées en dés dans un peu de beurre avec 1 échalote hachée. Napper de sauce le fond des assiettes, poser dessus les filets de turbot, puis la fondue de poireau en alternance avec la concassée de tomate. Disposer pour finir des rondelles de moelle (préalablement dégorgée 2 à 3 heures), pochées 3 min à l'eau bouillante. Décorer de persil plat. »

▶ *Turbot en papillote aux légumes croquants, sauce champagne*
Recette de Gérard Boyer
Voir page 1076.



RECETTE D'ANDRÉ DAGUIN

tronçons de turbot à la vapeur

« Découper un turbot en tronçons ; les saler, les poivrer et les faire cuire à la vapeur pendant 12 min. Hacher quelques échalotes, les mettre dans une casserole avec une goutte de vinaigre et 1 dl de crème fraîche battue avec 2 bananes mixées en purée ; faire réduire. Faire confire dans du beurre 2 gousses d'ail non épluchées par tronçon de turbot. Servir ceux-ci nappés de sauce et entourés de gousses d'ail. »

RECETTE DE GÉRARD BOYER

turbot en papillote aux légumes croquants, sauce champagne

« Lever les filets d'un turbot de 1,5 kg et les détailler en 12 escalopes de la même épaisseur. Réserver au réfrigérateur. Préparer un fumet de poisson avec l'arête de turbot. Éplucher et tailler en julienne assez grosse 2 carottes moyennes, 1 cœur de céleri, 1 petit navet et 1 blanc de poireau. Fendre en deux 80 g de haricots verts. Cuire les légumes 3 min avec le fumet de poisson et 20 g de beurre. Saler et poivrer en fin de cuisson. Égoutter et garder le jus de cuisson. Faire bien suer 2 échalotes grises, épluchées et hachées, avec 10 g de beurre. Déglacer avec 20 cl de champagne brut et le jus de cuisson des légumes. Réduire de moitié. Prendre 2 feuilles d'aluminium de 30 x 60 cm, les plier en deux et les couper en demi-lune. Placer, sur la moitié de chacune d'elles, 6 escalopes de poisson légèrement salées et poivrées et agrémentées d'un soupçon de poivre de Cayenne. Répartir les légumes sur le poisson et fermer en rabattant les 2 bords l'un sur l'autre. Ajouter 20 cl de crème fraîche à la réduction de champagne et porter à ébullition quelques instants. Incorporer 120 g de beurre en petites parcelles, en fouettant pour bien émulsionner. Cuire les papillotes 7 min au four préchauffé à 220 °C. Les sortir du four et les ouvrir devant les convives. Mettre un peu de sauce dans chaque assiette et poser dessus 2 escalopes par personne. » (Voir photographie page 1075.)

RECETTE DE JEAN ET PAUL MINCHELLI

turbotin aux poireaux

« Lever les filets d'un turbotin de 850 g, les parer, les faire dégorger à l'eau fraîche quelques instants et les tailler en goujonnettes ou en escalopes d'égale grosseur. Préparer 30 cl de fumet avec la tête et les parures. Couper 6 petits poireaux en tronçons de 2 cm, les disposer dans une sauteuse et les recouvrir du fumet. Poivrer. Couvrir et cuire al dente. Égoutter les poireaux et réserver la cuisson. Les répartir dans 4 assiettes tenues au chaud. Verser dans une sauteuse 10 cl de fumet passé, ajouter 3 cuillerées à soupe de crème fraîche, 1 pincée de sucre en poudre, 2 tours de moulin de poivre blanc et 3 cl de vermouth. Faire réduire et mettre les goujonnettes à pocher 5 à 6 s dans cette sauce. Les égoutter et les dresser sur les poireaux. Ajouter le jus de cuisson des poireaux, faire réduire, puis napper le poisson et les légumes. Servir très chaud. »

TURBOTIÈRE Poissonnière en forme de carré ou de losange, munie d'une grille à poignées et d'un couvercle, destinée à la cuisson au court-bouillon des gros poissons plats entiers : turbot, barbue et raie.

TURINOIS Gâteau sans cuisson, fait d'une purée de marron additionnée de sucre, de beurre et de chocolat râpé et aromatisé au kirsch. La purée est versée et bien tassée dans un moule carré beurré, dont on a garni le fond de papier. Mis à refroidir plusieurs heures, le turinois se sert démoulé, coupé en tranches.

On appelle aussi « turinois », ou « turin », un petit-four frais carré, en pâte sucrée, garni de purée de marron au kirsch, puis abricoté et décoré de pistaches hachées.

TURQUE (À LA) Se dit de divers apprêts inspirés de la cuisine orientale, notamment du riz pilaf, soit dressé en couronne avec une garniture au centre, soit moulé en dariole en accompagnement d'œufs au plat, d'une omelette ou encore de noisettes d'agneau, avec des aubergines sautées. L'appellation concerne plus spécialement un apprêt de foies de volaille (sautés, additionnés d'oignon ciselé et de demi-glace tomatée), ainsi que des aubergines (ou des poivrons), farcies de mouton haché, de riz et de duxelles, cuites au four avec une fondue d'oignon à la tomate ; les légumes farcis à la turque peuvent garnir un carré ou une selle d'agneau poêlés.

▶ Recettes : AGNEAU, CAFÉ.

TURQUIE La cuisine turque, à mi-chemin entre l'Europe et l'Orient, puise également aux traditions musulmanes, juives, orthodoxes et chrétiennes. Elle a, en retour, laissé sa marque dans de nombreux pays ; en Russie, en Grèce, dans le Maghreb et au Moyen-Orient.

En France, nombre d'apprêts d'origine turque sont adoptés depuis des siècles, comme le pilaf, les brochettes d'agneau, les aubergines farcies ou les figues séchées, sans parler du café et de la pâtisserie. C'est aux Turcs que l'on doit les mézès, le kebab et les beurrecks. C'est encore à eux que revient le halva, le baklava, le *kadaïf*, le loukoum et toutes les sucreries aux noms imagés.

À la fin du siècle dernier, on décrivait Istanbul comme une ville où l'on mangeait jour et nuit, où les marchands ambulants vendaient en pleine rue du riz cuit, des pois chiches, des brochettes d'agneau ou des tripes de poulet, du fromage blanc et du poisson grillé, du thé, du café, du salep et des glaces, des galettes, des melons et des pastèques... Cette

ambiance se retrouve aujourd'hui dans les petits restaurants populaires avec leurs *dindjères*, gros poêlons arrondis en cuivre étamé, où mijotent à longueur de journée des ragoûts et des soupes, ainsi que leurs broches où restent empalés les agneaux et le *döner kebab* ruisselant de graisse.

■ **Entrées variées.** La cuisine turque proprement dite privilégie les hors-d'œuvre et les petites entrées. Outre la soupe (chorba de viande ou de légumes), on déguste le cacik (concombre au yaourt), les moules farcies (riz, pignons, oignon haché, raisins secs et épices), les pieds de mouton en gelée, la pasterma (bœuf séché et épicé) et toute la gamme des dolmas (feuilles de vigne ou de chou farcies).

Les poissons les plus recherchés sont l'anguille (souvent cuite au court-bouillon et servie avec une sauce à l'aubergine et au miel), la dorade, le maquereau, la sardine, le thon et le turbot ; on apprécie aussi les filets de morue, dessalés au lait, nappés d'un lait d'amandes non sucré, lié de crème, et semés d'amandes effilées.

■ **Viandes : le mouton-roi.** Au chapitre des viandes, le mouton est omniprésent, avec des apprêts très divers : dans le *döner kebab*, les couches de viande et de graisse sont superposées sur une broche verticale, formant une grosse quenouille qui tourne devant la flamme, et sur laquelle on prélève de longues lamelles au degré exact de cuisson ; l'*adjem pilaf* est une épaule de mouton rôtie, découpée en dés, additionnée d'oignons émincés, puis de riz et de bouillon ; pour l'*unkar beyendi*, des brochettes de morceaux de gigot et de queue de mouton, intercalés avec de la graisse, sont grillées et servies sur une purée d'aubergine ; les boulettes de viande hachée, mêlées de pulpe de courgette, d'oignon et de fromage râpé et frites, sont dégustées chaudes ou froides ; le *chiche kebab* se compose de brochettes dont la viande est marinée au jus d'oignon et de citron, et se sert très souvent avec des amandes effilées et de la crème aigre. On apprécie aussi le chevreau, le poulet (à la circassienne, avec une sauce au piment et aux noix) et le bœuf (haché en boulettes, notamment).

■ **Légumes du soleil.** Le principal légume est l'aubergine, indispensable pour le célèbre imam bayildi et la moussaka, mais les recettes turques font également intervenir les courgettes et les poivrons farcis (souvent dégustés à demi refroidis dans leur cuisson), les gombos, le chou, les épinards et les haricots mange-tout (ces légumes sont la plupart du temps cuits à l'eau ou au beurre, puis servis avec des sauces relevées, comme la sauce aux anchois pilés dans du jus de citron, délayée au bouillon et à l'huile). Le boulghour et le riz sont aussi des ingrédients de base, le premier comme élément de farce ou de soupe, le second pour le fameux pilaf (ou pilau), agrémenté de raisins secs, de pignons ou d'amandes.

■ **Desserts et boissons.** Outre les pâtisseries très sucrées, comme partout en Orient, on sert parfois, en fin de repas, des sortes de puddings, comme l'*azure* (à base de pois chiches, de riz, de farine, de lait, de sucre, de fruits secs, et parfumé d'eau de rose ou de fleur d'oranger). Les roses entrent par ailleurs dans la préparation des confitures et aromatisent le loukoum.

La boisson nationale est le café – un Turc en consomme en moyenne dix tasses par jour –, mais il faut également citer le raki, sorte d'anisette que l'on boit en alternance avec des gorgées d'eau froide, en grignotant des mézès.

TUSSILAGE Plante à fleurs jaunes, de la famille des composacées, dont les feuilles séchées sont utilisées, en particulier au Canada, en guise d'aromate, surtout avec le poisson ; on les fume, comme l'eucalyptus, pour calmer la toux, et elles servent aussi à préparer des tisanes (voir planche des herbes aromatiques page 561).

TUTTI FRUTTI Qualificatif s'appliquant à divers desserts qui associent les parfums de plusieurs fruits ou des fruits mélangés, confits, pochés ou frais, généralement détaillés en petits morceaux. Cette locution invariable est formée de deux mots italiens (au pluriel) signifiant « tous fruits ». Les coupes tutti frutti sont composées de boules de glace aux fruits, garnies de fruits confits coupés en dés et macérés au kirsch.

Le tutti frutti est aussi une pièce de pâtisserie faite d'une abaisse de pâte sucrée recouverte d'une couche de fruits en petits dés (confits ou pochés), puis d'une seconde abaisse de pâte ; le dessus est abricoté, puis glacé et, pour terminer, largement semé d'amandes effilées ou de morceaux d'écorce d'orange confite.

TVAROG Préparation russe, associant du fromage blanc égoutté et tamisé, du beurre ramolli (ou de la crème aigre) et des œufs battus, généreusement salée et poivrée, avec laquelle on farcit des petits pâtés, servis froids en hors-d'œuvre.

TYROLIENNE (À LA) Se dit de petites pièces de boucherie, d'un poulet, de rognons grillés, d'œufs mollets ou pochés, d'une barbue au four, garnis de rondelles d'oignon frites et d'une fondue (ou d'une concassée) de tomate ; la sauce tyrolienne est une béarnaise tomatée, montée à l'huile et non au beurre.

▶ **Recette** : POULET.

U V

UDE (LOUIS-EUSTACHE) Cuisinier français, contemporain d'Antonin Carême (fin du XVIIIe siècle-début du XIXe), qui fut l'un des premiers à introduire l'art culinaire français en Angleterre. Après avoir été chef des cuisines de Louis XVI, puis maître d'hôtel de la princesse Laetitia Bonaparte, il devint cuisinier de lord Sefton, puis du duc d'York, et enfin directeur du *Saint James' Club* de Londres. Quand Louis-Eustache Ude prit sa retraite, il écrivit *The French Cook or the Art of Cookery developed in all its various branches* (1813, plusieurs fois réédité jusqu'en 1833) : c'est une « méthode pratique de bonne cuisine » pour organiser des « dîners élégants et bon marché », avec des anecdotes, des conseils pour le choix des menus et une liste de « plusieurs nouvelles recettes françaises ».

UKRAINE La cuisine ukrainienne se rapproche beaucoup de la cuisine allemande, avec les *galouchki* (épaisses quenelles moelleuses aux œufs), les feuilles de chou farcies au riz et aux champignons, le *nakypliak* (sorte de soufflé au chou cuit à la vapeur) et les *lekchyna* (nouilles aux œufs, agrémentées d'épinards ou de noix). La richesse céréalière de la région est illustrée par le *kalatch*, un pain blanc très riche, les petits *balabouchki* à pâte aigre, et nombre d'apprêts à base de kacha, préparation faite avec du gruau de sarrasin. Le plat de Noël traditionnel est la *koutia*, gâteau de semoule aux graines de pavot et aux fruits secs.

■ **Vins.** Ce pays largement planté en vignes a été très touché par le phylloxéra dans les années 1860, et le vignoble a été reconstitué avec des hybrides, qui sont peu à peu remplacés par des cépages nobles. Aujourd'hui, trois grandes régions se partagent la production.
– La Crimée produit, grâce à la méthode champenoise, le krim, qui est vinifié en cinq types différents (du brut au doux), assez grossiers. Il existe en revanche une petite production de vins de dessert et de vins rouges généreux, issus du cépage grenache et rappelant les vins français du Midi.
– Nokolayev-Kherson, sur le littoral, au nord-est de la Crimée, produit des vins de dessert.
– La région d'Odessa, proche de la frontière moldave, produit elle aussi des vins de dessert et des mousseux.

ULLUCO Plante des Andes, de la famille des chénopodiacées, voisine de la betterave, cultivée en Bolivie et au Pérou pour ses tubercules comestibles. On a tenté, sans grand succès, d'introduire l'ulluco, ou ulluque, en Europe comme succédané de la pomme de terre.

VACHE Femelle de l'espèce bovine, ainsi appelée quand elle a mis bas pour la première fois (auparavant, elle est dite « génisse » ou « taure »). La vache est, en principe, élevée pour la production du lait et des veaux, mais, en France, la viande « de bœuf » provient pour une bonne part de vaches laitières réformées puis « finies », c'est-à-dire engraissées pour la boucherie. La réforme intervient plus tôt qu'autrefois, ce qui permet d'obtenir une viande de meilleure qualité.

VACHERIN Entremets glacé, fait d'une couronne de meringue, garnie de glace et de chantilly ; le vacherin doit son nom à sa forme et à sa couleur, qui rappellent le fromage du même nom.

RECETTE DE GASTON LENÔTRE

vacherin fin moka

« Posez sur un carton un cercle à flan de 20 cm de diamètre et de 5 cm de haut. Garnissez-le d'un fond à succès déjà cuit et mettez le tout dans le congélateur pendant

20 min au moins : c'est le moule à garnir. Préparez une glace au moka : broyez grossièrement 50 g de très bon café en grains et versez-le dans 1/2 litre de lait additionné de 100 g de sucre semoule. Portez le tout à ébullition et laissez infuser hors du feu pendant 10 min, après avoir couvert la casserole. Passez alors l'infusion à travers une passoire fine et mettez à nouveau la casserole sur le feu. Fouettez dans un bol, à vitesse moyenne, 6 jaunes d'œuf avec 110 g de sucre semoule pendant 1 min. Quand le mélange a blanchi et mousse, ajoutez-y un peu du lait aromatisé au café bouillant, tout en fouettant, puis reversez le tout dans la casserole, sur feu doux, en vannant sans cesse avec une spatule de bois pour éviter les grumeaux. Quand la crème nappe la cuillère (elle est alors à 83 °C), retirez la casserole du feu et continuez à vanner. Incorporez ensuite 1/4 de litre de crème fraîche et faites prendre la préparation dans une sorbetière. Emplissez le moule de cette glace en y incorporant très délicatement 20 grains de café à la liqueur. Lissez la surface avec une palette, remettez dans le congélateur et laissez prendre pendant 3 heures. Faites glacer le plat de service 30 min avant d'y déposer le vacherin. Préparez, pour le décor, de la crème Chantilly parfumée au café, faite avec 2 dl de crème fraîche épaisse, 4 cuillerées à soupe de lait, 3 cuillerées à soupe de sucre glace et 1 cuillerée à café rase de café soluble. Mettez cette chantilly dans une poche à douille lisse, décorez d'abord le tour du vacherin de bandes verticales de crème, puis le dessus, en dessinant 8 spirales (pour délimiter la part de chaque convive). Terminez par une rosace au centre. Posez 1 grain de café à la liqueur dans chaque spirale. Remettez dans le congélateur jusqu'au moment de servir. »

vacherin glacé

Dresser 2 coques en spirale de meringue française de 8 cm de long. Cuire 30 min au four préchauffé à 120 °C, puis baisser la température à 90 °C et poursuivre la cuisson 30 min. Laisser refroidir complètement. Dans un cercle de 8 cm de hauteur, poser le premier disque de meringue. Le garnir aux quatre cinquièmes de glace, sorbet ou parfait glacé, ou d'un mélange de deux de ces préparations. Recouvrir du second disque de meringue et le lisser à la crème Chantilly. Laisser prendre 1 heure au moins dans le réfrigérateur et démouler. Décorer les bords du vacherin de coques de meringue collées et séparées par de la crème Chantilly poussée par une poche à douille cannelée large. Décorer le dessus de rosaces de chantilly et, éventuellement, de copeaux de chocolat, de fruits confits ou frais, ou d'une crème anglaise. Mettre le vacherin 1 heure au moins au réfrigérateur avant de servir.

RECETTE DE RAYMOND THUILLIER

vacherin glacé aux marrons

« Monter 8 blancs d'œuf en neige ferme. Leur incorporer 500 g de sucre, à la spatule, coucher en spirale sur une plaque et faire cuire à four très doux. Laisser refroidir. Faire cuire dans du lait, pendant 40 min, 400 g de marrons épluchés ; les égoutter et les réduire en purée. Ajouter à la purée de marron refroidie 1 verre de rhum et 3 blancs d'œuf battus en neige, 30 g de beurre fondu et 3 marrons glacés grossièrement concassés. Faire prendre 4 heures dans le congélateur. Étaler ce mélange sur la meringue. Décorer de crème Chantilly et de quelques marrons glacés. »

VACHERIN (FROMAGE) Nom de divers fromages de lait de vache (45 % de matières grasses), franc-comtois, savoyards ou suisses à pâte molle et à croûte lavée.

– Le mont-d'or, ou vacherin du haut Doubs, AOC, se présente sous la forme d'un cylindre plat de 15 à 30 cm de diamètre et de 3 à 5 cm d'épaisseur, présenté dans une boîte et cerclé d'une lanière en aubier d'épicéa (voir tableau des fromages français page 495). Il a une saveur douce, crémeuse, un peu balsamique ; sa pâte molle, parfois presque liquide, se déguste à la cuillère, après avoir été débarrassée de la croûte. On ne trouve le mont-d'or sur le marché que de septembre à mars.

– Le vacherin d'Abondance se présente sous la forme d'une galette épaisse de 25 cm de diamètre et de 4 cm d'épaisseur, cerclée d'une lanière d'écorce d'épicéa et sertie dans une boîte au fond de laquelle elle adhère ; sa pâte tendre ou coulante a une saveur douce.

– Le vacherin fribourgeois, du canton suisse de Fribourg, se présente sous la forme d'une petite meule de 40 cm de diamètre et de 7 à 8 cm d'épaisseur (voir tableau des fromages étrangers page 498) ; il ressemble davantage à la tomme d'Abondance ; sa pâte souple a une légère odeur de résine et une saveur un peu acidulée ; il est surtout utilisé pour préparer la fondue fribourgeoise.

– Le vacherin mont-d'or, du canton de Vaud, se différencie d'un mont-d'or français par son procédé de fabrication à partir de lait thermisé (voir tableau des fromages étrangers page 498). Sous une croûte rougeâtre, il a une pâte crémeuse à la saveur douce.

VACQUEYRAS Vin AOC rouge, blanc ou rosé des Côtes du Rhône méridionales, charpenté et très puissant (voir RHÔNE).

VAISSELIER Corps de buffet surmonté d'étagères où l'on dispose de la vaisselle. Ce meuble traditionnel des provinces françaises avait sa place dans la cuisine ou dans la salle commune. Les pièces courantes du service de table s'y trouvent à portée de main : assiettes rangées debout, tasses suspendues à des crochets sous les étagères, couverts glissés dans des logements ouverts ou disposés sur des râteliers.

VAISSELLE Ensemble des pièces et des accessoires destinés au service de la table, à l'exclusion de la verrerie et des couverts. La vaisselle dite « plate », en or ou en argent, est composée de pièces faites d'un seul tenant, sans soudure.

VALENÇAY Fromage berrichon de lait de chèvre (45 % de matières grasses), à pâte molle et à croûte naturelle, parfois cendrée (voir tableau des fromages français page 497). Le valençay se présente sous la forme d'une pyramide tronquée de 8 cm de base et de 6 à 7 cm d'épaisseur. Il a une saveur de noisette et une légère odeur de moisissure.

VALENCIENNE (À LA) Se dit d'un apprêt de riz « à la mode de Valence », inspiré de la cuisine espagnole, cuit au gras et garni d'un salpicon de poivron et de jambon cru, avec parfois des tomates mondées et épépinées. Ce riz accompagne noisettes d'agneau, tournedos ou volailles, saucés du déglaçage à la demi-glace.

VALENCIENNES (À LA) Se dit d'apprêts typiques du nord de la France, notamment du lapin aux pruneaux et aux raisins secs et de la langue (tranches de langue fumée masquées de purée de foie gras).

VALEUR NUTRITIONNELLE Ensemble des qualités nutritives des aliments, qui s'estiment objectivement en glucides, protides, lipides, vitamines, minéraux.

Plus subjectivement, les aliments ont aussi une valeur nutritionnelle émotive. Ils sont alors classés selon les sensations qu'ils procurent : nourrissants, réchauffants, tranquillisants, excitants ou « bons pour la santé ».

VALOIS Nom d'une garniture pour volailles ou petites pièces de boucherie poêlées ou sautées, faite de pommes Anna et de fonds d'artichaut émincés, sautés au beurre, parfois complétés d'olives farcies. La sauce est fournie par le déglaçage au vin blanc et au fond de veau beurré.

On appelle aussi « Valois » une sauce béarnaise additionnée de glace de viande.

VALPOLICELLA Vin rouge DOC du nord-est de l'Italie, velouté, vif et bouqueté, titrant de 10 à 13 % Vol. De couleur rubis, odorant, le valpolicella est le meilleur des vins de la Vénétie. Le valpolicella de qualité légère, peu corsé, est bu en carafe dans sa première année ; le supérieur, plus riche, reste dix-huit mois en fût, puis il est mis en bouteilles et doit être bu dans les cinq ans. Lorsqu'il contient un résidu de sucre, le valpolicella est dit *frizzante* (légèrement pétillant).

VANILLE Fruit du vanillier, plante grimpante de la famille des orchidées, originaire du Mexique, également cultivée aujourd'hui aux Antilles, à Madagascar et aux Comores. Cueillie à peine mûre, puis plongée dans de l'eau bouillante et séchée, ou exposée au soleil mais sous des couvertures, jusqu'à coloration brun foncé, la vanille, gousse mince et allongée, se couvre d'un givre de cristaux de vanilline, substance qui lui donne son parfum et son goût caractéristiques.

■ **Emplois.** La vanille du Mexique *(ley* ou *leg)* est la plus estimée ; viennent ensuite celle de l'océan Indien (vanille Bourbon) puis celles de la Guyane, de la Guadeloupe, de la Réunion, de Tahiti, etc.

La vanille est vendue sous plusieurs formes.

– Gousses : fraîches et entières, conditionnées en petit étui de verre.

– Poudre : fruits séchés et broyés, donnant un produit brun foncé, proposé pur ou sucré.

– Extrait : liquide ou sec, obtenu par macération dans de l'alcool, puis percolation ou infusion dans un sirop de sucre, plus ou moins concentré, mis en flacons.

– Sucre vanillé : sucre comportant au moins 10 % de vanille, obtenu par mélange d'extrait sec de vanille et de saccharose.

La vanille est surtout employée en pâtisserie, pour aromatiser crèmes, pâtes à biscuit, glaces, compotes, fruits pochés, entremets, etc., en confiserie et en chocolaterie. Elle intervient aussi en distillerie et aromatise le punch, le chocolat chaud, le vin chaud et la sangria. En cuisine, un soupçon de vanille relève une soupe de poissons, la cuisson des moules ou de certaines viandes blanches, voire une crème de légumes.

▶ **Recettes** : BÂTONNET, BAVAROIS, FUDGE, MERINGUE, MILLE-FEUILLE, SOUFFLÉ, SUCRE.

VANILLINE Principe aromatique des gousses de vanille. La vanilline cristallise sur celles-ci sous forme d'une efflorescence blanchâtre. Préparée industriellement à partir d'eugénol, essence extraite du giroflier, combiné à de l'acide acétique et du permanganate de potasse ou d'autres oxydants analogues, elle se présente en cristaux incolores. La vanilline est utilisée en pâtisserie, en confiserie et en chocolaterie.

VANNEAU Coquillage marin ressemblant à une petite coquille Saint-Jacques, et qui s'apprête comme elle. Mesurant de 4 à 7 cm de diamètre, le vanneau a une coquille blanc crème tachetée de brun, marquée de plis rayonnants assez larges, partant du sommet, qui porte deux petites oreilles inégales.

VANNEAU (OISEAU) Oiseau échassier de la famille des charadriidés, au plumage noir, vert brillant et blanc, couronné d'une huppe noire, qui vit en plaine. À la fin du XVIIIe siècle, Anthelme Brillat-Savarin lui fit une grande réputation gastronomique, et l'Église, quant à elle, le considérait comme maigre. Gros comme un pigeon, avec une chair assez fine, le vanneau s'apprête surtout rôti, non vidé (sauf le gésier), éventuellement farci d'olives dénoyautées.

Les œufs de vanneau furent mis à la mode à Paris dans les années 1930 ; ils étaient alors importés des Pays-Bas, où le premier œuf déniché est traditionnellement offert au souverain ; ils connaissent les apprêts de l'œuf dur (aspics et salades composées).

VANNER Remuer une crème, une sauce ou un appareil pendant qu'ils tiédissent, avec une spatule de bois ou un fouet, pour leur conserver leur homogénéité et surtout empêcher la formation d'une peau à la surface. Le vannage accélère en outre le refroidissement.

VAPEUR (CUISSON À LA) Mode de cuisson très ancien, pratiqué notamment en Chine depuis des millénaires, redécouvert par la cuisine moderne (voir tableau des modes de cuisson page 375).

L'élément déterminant de la cuisine à la vapeur est la qualité parfaite des produits traités, car le moindre arôme douteux est ainsi accentué.

Le procédé classique consiste à verser dans un récipient de cuisson le quart de son volume d'un bouillon plus ou moins aromatisé, à placer l'aliment à l'intérieur de l'ustensile, dans une grille ou un panier qui affleure le liquide bouillant et laisse passer la vapeur, et à faire cuire doucement, en général à couvert. On peut aussi cuire des aliments dans leur propre vapeur, sans mouillement.

Dans ce mode de cuisson, la chaleur fait fondre la graisse des viandes, qui tombe dans le bouillon ; par ailleurs, les aliments conservent davantage leurs vitamines et les minéraux hyposolubles. En revanche, le temps de cuisson est assez long et les sauces d'accompagnement jouent un rôle important.

RECETTE D'ANDRÉ DAGUIN

étouffée de veau à la vapeur de légumes

« Mettre dans une marmite à fond épais 24 morceaux gélatineux d'épaule de veau, 18 petites carottes épluchées et tournées, autant de navets en olive, 18 blancs de poireau rincés et coupés à 2 cm de longueur et 18 petits oignons nouveaux pelés ; couvrir. Cuire à tout petit feu sans matière grasse et sans mouillement. Au bout de 20 min, retirer les navets, les saler et les tenir au chaud ; 10 min plus tard, retirer et saler les blancs de poireau ; 10 min plus tard encore, faire de même avec les carottes et les oignons. Poursuivre la cuisson du veau 20 min, toujours à tout petit feu. Mouiller de 15 cl de vin blanc et laisser réduire presque à sec. Ajouter alors 50 cl de crème fleurette et cuire 10 min. Remettre les légumes dans la marmite et donner une dernière ébullition. Dresser en timbale et servir. »

filets de sole à la vapeur au coulis de tomate → SOLE
foie gras de canard à la vapeur au fumet de sauternes → FOIE GRAS
poulet farci à la vapeur, ragoût de brocolis → POULET
tronçons de turbot à la vapeur → TURBOT

VARIANTE Conserve composée d'un mélange des principales sortes de légumes et de fruits confits dans du vinaigre (carotte, chou-fleur, cornichon, oignon, olive, piment, etc.). Les variantes françaises sont renommées pour leur délicatesse et la manière dont elles sont disposées. Leur équivalent anglais porte le nom de « pickles ».

VARIENIKI Gros raviolis russes garnis d'un mélange poivré et muscadé, composé de fromage frais égoutté, de beurre et d'œufs battus, pochés à l'eau bouillante et servis en entrée, avec de la crème aigre ou du beurre fondu. Les varieniki lituaniens, farcis d'un hachis d'oignon étuvé, de bœuf et de graisse de rognon lié d'une béchamel au persil, sont cuisinés de la même façon.

VATEL (FRITZ KARL WATEL, DIT) Maître d'hôtel d'origine suisse (Paris 1635 - Chantilly 1671). Intendant auprès du surintendant des Finances Fouquet, il passa ensuite au service de la maison de Chantilly. Une légende tenace fit de lui un cuisinier, mais, en réalité, Vatel était chargé de l'organisation, des achats, du ravitaillement et de tout ce qui concernait la « bouche » et les services administratifs du château.

En avril 1671, le prince de Condé lui confia la tâche d'organiser une fête en l'honneur de Louis XIV, avec trois mille invités. La réception commença un jeudi soir ; lors du souper, après la chasse, le « rôti » manqua à plusieurs tables « à cause de plusieurs dîneurs où l'on ne s'était point attendu ». Pendant la nuit, le feu d'artifice prévu fut gâché par le ciel nuageux. Ces incidents, que rapporte Mme de Sévigné dans une lettre du 26 avril, persuadèrent Vatel que son honneur était perdu. S'informant à l'aube du vendredi de l'arrivée de la « marée » pour la table du jour, il apprit que deux « charges » seulement étaient là. « Je ne survivrai pas à cet affront-ci », aurait-il déclaré, puis il s'enferma dans sa chambre et se transperça le corps avec son épée, au moment même où les chasse-marée franchissaient les grilles du château.

VATROUCHKA Gâteau russe au fromage blanc *(tvarog)*, généralement recouvert de croisillons de pâte et poudré de sucre après cuisson. On prépare aussi dans la cuisine russe des *vatrouchki*, petits chaussons en pâte à brioche ordinaire, garnis d'une préparation salée au fromage blanc.

RECETTE DU RESTAURANT *DOMINIQUE*, À PARIS

vatrouchka

« Faire macérer 200 g de fruits confits, coupés en petits dés, dans 5 cl de cognac, d'armagnac ou de rhum. Préparer la pâte : travailler dans un saladier 3 jaunes d'œuf avec 200 g de sucre semoule, jusqu'à ce que le mélange mousse. Lui incorporer 125 g de beurre ramolli, 1 pincée de sel et du sucre vanillé. Bien mêler. Incorporer les zestes de 1/2 citron et 1/2 orange, puis 2 grosses cuillerées de crème fraîche, et verser enfin d'un seul coup 350 g de farine tamisée. Rassembler la pâte en boule et la mettre dans le réfrigérateur pendant 1 heure environ. L'abaisser sur un plan de travail fariné en un disque de 3 à 4 mm d'épaisseur. Garnir une tôle à pâtisserie d'un papier sulfurisé beurré de 28 cm de diamètre et le garnir de pâte. Rassembler les chutes en boule. Piquer

le fond de pâte avec une fourchette et le faire cuire à blanc, dans le four préchauffé à 200 °C, pendant 12 à 15 min, puis le laisser refroidir. Pendant ce temps, préparer la garniture. Travailler 100 g de beurre en pommade. Ajouter progressivement 200 g de sucre, 3 jaunes d'œuf, un par un, jusqu'à blanchiment. Incorporer peu à peu 500 g de fromage blanc bien égoutté. Mélanger. Ajouter 200 g de crème fraîche, 30 g de fécule, puis les fruits confits. Au dernier moment, incorporer 1 blanc d'œuf en neige très ferme. Verser le tout sur le fond de tarte refroidi et égaliser le dessus. Abaisser en rectangle le reste de la pâte sur une épaisseur de 2 à 3 mm et le découper en bandelettes étroites. Disposer celles-ci en croisillons sur le dessus de la tarte, en soudant les extrémités au bord du gâteau. Dorer à l'œuf garniture et bandelettes, enfourner à 200 °C et laisser cuire de 60 à 70 min. Sortir le vatrouchka doré, le poudrer de sucre glace, puis le laisser refroidir. »

VEAU Petit de la vache, âgé de quelques semaines à un an et plus (85 à 150 kg au moment de l'abattage), dont la valeur alimentaire est sensiblement la même que celle du bœuf.

■ **Production.** Les différentes qualités du veau sont définies par l'alimentation de l'animal.

Dans certaines régions, comme la Normandie, on « finissait » autrefois le veau en lui donnant jusqu'à dix œufs par jour, dont le jaune lui colorait la bouche : on disait qu'il avait le « palais royal ».

– Le veau de lait, élevé « sous la mère », est nourri avec le lait de sa mère, complété par le lait d'autres vaches. Il fournit une viande dite « blanche », tendre et sapide, au gras non huileux. Certains de ces animaux, qui représentent 10 % de la production française, obtiennent un « label rouge national » ou un « label régional ».

– Le veau de boucherie, élevé en atelier spécialisé, en « batterie », est nourri de lait écrémé en poudre et de divers compléments. Sa viande est un peu moins claire et moins goûteuse. Certains animaux, dont l'alimentation a comporté au moins 60 % de produits laitiers et qui sont abattus avant vingt-quatre semaines, peuvent bénéficier d'une « certification de conformité ».

– Les veaux de Saint-Étienne et de Lyon correspondent à des productions traditionnelles et à des habitudes de consommation régionales. Âgés respectivement de huit à douze mois et de treize à vingt mois, ces animaux fournissent une viande très colorée, qui ressemble à celle du bœuf, mais qui nécessite des apprêts particuliers.

– Le broutard est un veau âgé qui a mangé de l'herbe.

– Les veaux de la Corrèze et du Lot-et-Garonne, élevés « au pis », donnent une viande à grain fin et légèrement rosée.

■ **Apprêts.** La découpe du veau dite « parisienne », la plus répandue, permet de différencier : les morceaux à rôtir ou à poêler, avec le quasi, la noix, la sous-noix et la noix pâtissière, la longe et le filet, ainsi que les côtes. Les autres morceaux sont l'épaule, la poitrine, le tendron, le flanchet, le haut de côtes, le collier et les jarrets (voir planche de la découpe du veau ci-contre). Les abats du veau sont les plus recherchés en boucherie, en particulier le foie, les ris, les rognons et les amourettes, mais aussi la tête, la cervelle, la langue, les pieds et la fraise. Le pied de veau joue un rôle privilégié pour la préparation des fonds de sauce, des daubes et des braisés.

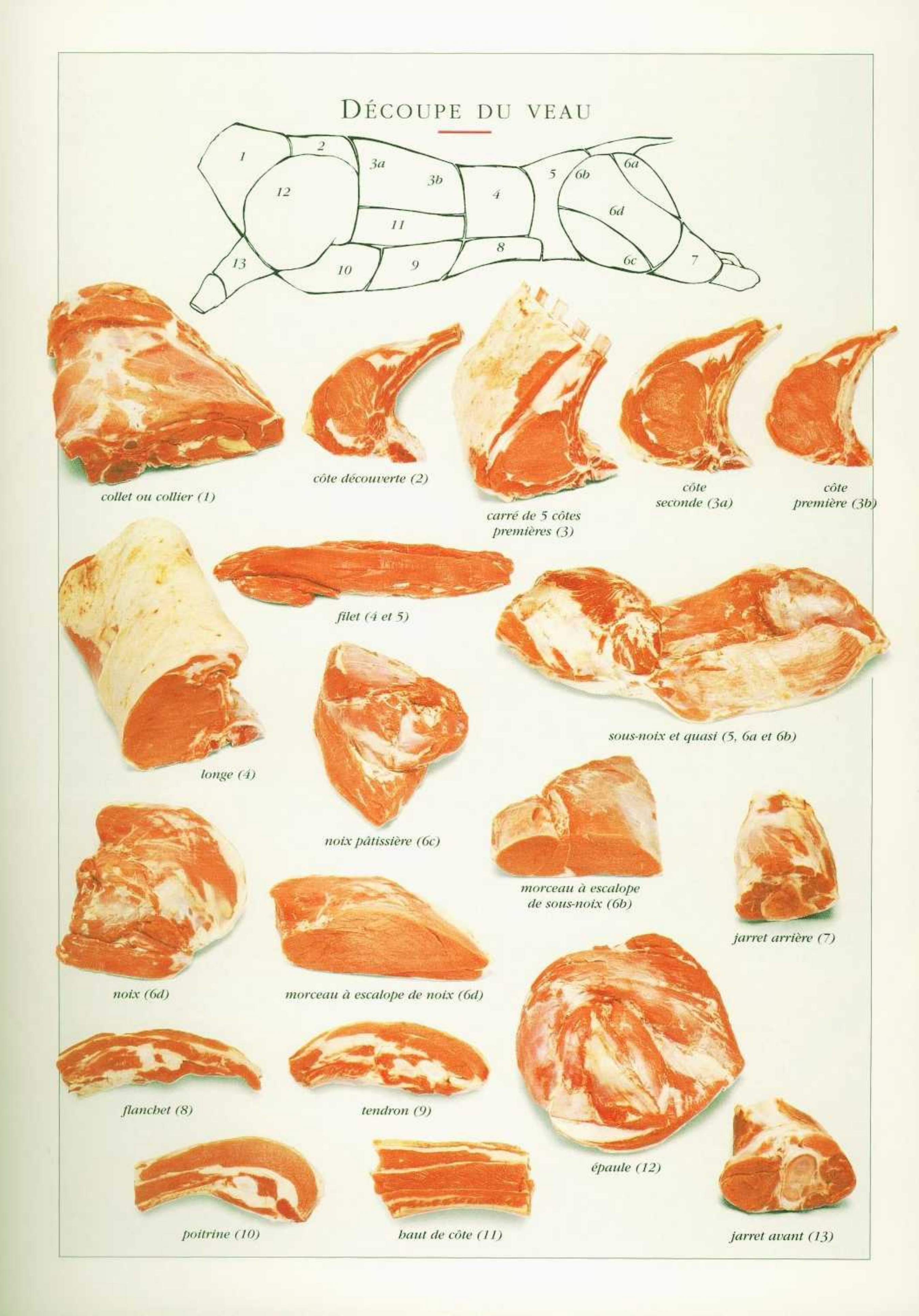
Les apprêts les plus classiques du veau sont l'escalope poêlée, le rôti, le grenadin et la côte poêlés ou en casserole, la paupiette farcie (dite « oiseau sans tête »), le fricandeau, les tendrons braisés, la blanquette et le sauté. Les garnitures font souvent appel à une saveur affirmée : champignons, fines herbes, oignon, oseille, purée Soubise. Aubergines, épinards ou tomates se marient également bien avec cette viande blanche, qui, par ailleurs, s'associe souvent à la crème, à un alcool ou au fromage. Dans le passé, des recettes fameuses furent mises au point pour ce « caméléon de la cuisine », comme l'appelait Grimod de La Reynière, notamment la poitrine farcie, les côtelettes en surprise, les brésolles, la selle de veau Orloff, le feuilleton et le sauté Marengo.

Le répertoire régional n'est pas moins riche, surtout lorsqu'il s'agit des abats : casse de Rennes, fraise de veau au gratin, mou de veau bourguignon, tête de veau Sainte-Menehould ou tripous. À l'étranger, c'est en Italie que le veau bénéficie des apprêts les plus variés : osso-buco, piccata, saltimbocca, veau au thon, etc., mais il ne faut pas oublier le pörkölt hongrois au paprika, les *Wiener Schnitzel* (escalopes panées) et le *veal and ham pie* (pie au veau et au jambon).

Caractéristiques des différentes dénominations de veau

dénominations	alimentation	provenance	caractéristiques abattage	saveur
veau élevé sous la mère	lait au pis de la mère	Limousin, Périgord	âge 5-6 mois, carcasse 100-130 kg, viande tendre, claire, pastel	fine, onctueuse
veau élevé au lait entier	au seau, aliment d'allaitement à base de poudre de lait	Massif central, Midi-Pyrénées, Sud-Ouest	âge 5-6 mois, carcasse 100-130 kg, viande tendre, claire, pastel	fine, onctueuse
veau élevé au lait, ou « de fourrage »	au lait, complété de céréales	Aveyron, Rhône, Loire	âge 6-10 mois, carcasse > 130 kg, viande rosée	un peu puissante

DÉCOUPE DU VEAU



collet ou collier (1) — *côte découverte (2)* — *carré de 5 côtes premières (3)* — *côte seconde (3a)* — *côte première (3b)*

longe (4) — *filet (4 et 5)* — *sous-noix et quasi (5, 6a et 6b)* — *noix pâtissière (6c)*

noix (6d) — *morceau à escalope de noix (6d)* — *morceau à escalope de sous-noix (6b)* — *jarret arrière (7)*

flanchet (8) — *tendron (9)* — *épaule (12)*

poitrine (10) — *haut de côte (11)* — *jarret avant (13)*

aspic de jambon et de veau → ASPIC
beignets de ris de veau → BEIGNET
bordure de farce de veau aux amourettes ou à la cervelle de veau → BORDURE
bouillon de veau ou fond blanc de veau → BOUILLON
brochettes de ris d'agneau ou de veau → BROCHETTE
cervelle de veau frite à l'anglaise, cervelle de veau en meurette, cervelle de veau en panier → CERVELLE
cœur de veau en casserole à la bonne femme, cœur de veau farci, cœur de veau sauté → CŒUR

RECETTE D'ANTONIN CARÊME

côte de veau braisée à la Custine

« Faites braiser votre côte de veau ; masquez-la d'une bonne cuillerée de duxelles. Panez-la, une première fois sur la sauce, la seconde à l'œuf ; faites frire au beurre d'une belle couleur et saucez d'une sauce tomate légère. »

côte de veau Foyot

Préparer une pâte épaisse avec 20 g de mie de pain rassise, râpée en chapelure, 30 g de gruyère râpé et 20 g de beurre. Saler et poivrer une grosse côte de veau (250 g environ), la fariner et la cuire à four doux avec 20 g de beurre. À mi-cuisson, la retourner et la recouvrir avec la pâte au fromage. Ajouter dans le plat de cuisson une petite tomate farcie d'un mélange de mie de pain, de persil et de beurre. Achever la cuisson en arrosant régulièrement de beurre fondu. Égoutter la côte et la tomate, les dresser sur le plat de service. Ajouter à la cuisson 1 échalote hachée. Déglacer avec 1/2 verre de vin blanc sec et 1/2 verre de bouillon. Laisser réduire de moitié. Lier avec 10 g de beurre et en napper la côte de veau.

côte de veau Pojarski

Désosser une côte de veau en conservant l'os ; peser la chair et la hacher finement. Lui ajouter un poids égal de mie de pain rassis, trempée dans du lait et essorée, un peu de persil haché et le quart de son poids de beurre ; saler, poivrer et ajouter une pointe de muscade râpée. Travailler le mélange pour obtenir une farce homogène. Gratter à fond l'os de la côte et le plonger 5 min dans de l'eau bouillante. Le rafraîchir, l'éponger. Étaler la farce en la pressant le long de cet os pour reconstituer la forme de la côte et laisser sécher 30 min. Fariner alors la composition et la cuire 15 min au beurre clarifié. Dresser la côte sur un plat, la garnir d'une rondelle de citron cannelée, arroser d'un peu de beurre noisette et servir avec un légume au beurre.

côtes de veau en casserole à la paysanne

Préparer une fondue de légumes taillés en paysanne avec 4 carottes, 2 oignons, 2 blancs de poireau, 1 navet et 4 branches de céleri ; les cuire dans 30 g de beurre. Ajouter 1 cuillerée à soupe de persil ciselé, du sel et du poivre. Faire sauter 2 pommes de terre à pulpe ferme taillées en petits dés dans un mélange de 20 g de beurre et de 2 cuillerées à soupe d'huile. Tailler 200 g de poitrine fumée en lardons et les dorer au beurre. Rassembler tous ces éléments. Cuire à la casserole 4 côtes de veau au beurre ; ajouter la garniture, saler, poivrer et réchauffer le tout.

côtes de veau à la gelée

Parer les côtes et les piquer légèrement de lard gras et de langue écarlate. Les braiser, puis les égoutter à fond et les faire refroidir sous presse. Passer le fond de braisage et le laisser également refroidir. Masquer les côtes de leur fond de braisage froid avant qu'il ne soit pris en gelée et les dresser dans un plat rond ; laisser refroidir et décorer, pour servir, avec des croûtons de gelée au porto ou au xérès.

côtes de veau grillées en portefeuille

Faire tremper 2 heures une crépine de porc dans de l'eau froide. Fendre la noix de côtes de veau épaisses, taillées dans le carré, et assaisonner la poche ainsi formée de sel et de poivre ; la garnir d'une duxelles de champignons bien réduite ou d'un salpicon de langue écarlate et de champignons étuvés au beurre, lié d'une béchamel bien serrée. Envelopper chaque côte dans un morceau de crépine et faire griller doucement. Servir en même temps des épinards au beurre.

côtes de veau panées à la milanaise

Aplatir légèrement 6 côtes de veau, les saler et les poivrer. Battre 2 œufs en omelette en les assaisonnant de sel et de poivre. Plonger les côtes dans l'œuf, puis dans de la chapelure en appuyant un peu pour que celle-ci adhère bien. Les faire sauter à la poêle dans 150 g de beurre clarifié de façon que la panure forme une croûte solide et dorée. Servir avec 1 cuillerée du beurre de cuisson et quelques feuilles de persil plat.

côtes de veau à la piémontaise

Saler et poivrer 4 côtes de veau ; les passer dans de la farine, de l'œuf battu, puis de la chapelure fraîche additionnée de parmesan râpé (40 g de parmesan pour 1 tasse de chapelure). Les cuire doucement dans 40 g de beurre clarifié. Les accompagner de carrés de risotto à la piémontaise (préparé avec 200 g de riz) et de fondue de tomate bien réduite.

côtes de veau sautées à la provençale

Préparer une sauce tomate à l'ail et des petites tomates rondes farcies de duxelles de champignon et gratinées. Saisir vivement à la poêle des côtes de veau à l'huile d'olive ; saler, poivrer, puis couvrir, réduire le feu et poursuivre la cuisson 15 min. Égoutter les côtes et les dresser dans le plat de service, entourées des tomates farcies. Tenir au chaud dans le four entrouvert. Vider la poêle de son huile, ajouter la sauce tomate et 1/2 verre de vin blanc, bien remuer et faire réduire de moitié sur feu vif. Verser la sauce sur les côtes, parsemer de persil ou de basilic ciselé et servir brûlant.

▶
Grenadins de veau braisés
Recette voir page 1086.



émincé de veau à la zurichoise

Sauter vivement au beurre 400 g de noix de veau et 200 g de rognon, émincés ; saler, poivrer et réserver au chaud. Suer au beurre 30 g d'échalotes hachées ; ajouter 150 g de champignons de Paris émincés. Assaisonner et déglacer avec 1 cl de vin blanc sec et cuire quelques minutes. Retirer les champignons ; verser 2 dl de crème fraîche et 1/2 dl de demi-glace. Réduire la sauce, remettre la viande et les champignons, et réchauffer rapidement. Dresser et parsemer de persil haché.

épaule de veau farcie à l'anglaise

Désosser un morceau d'épaule de 1,5 kg. Préparer une farce composée par tiers de rognon de veau ou de bœuf haché, de tétine ou de graisse de veau hachée et de mie de pain trempée dans du lait, puis pressée. La lier avec des œufs (2 œufs par kilo de farce), la saler, la poivrer et la travailler pour la rendre homogène. Étaler l'épaule sur la table, saler, poivrer, la masquer régulièrement de farce, la rouler et la ficeler. Au choix, la braiser comme une épaule d'agneau ou la rôtir en l'arrosant souvent. Servir avec le fond de braisage réduit ou le jus de cuisson. Garnir avec des tranches de lard bouilli, du chou et des pommes de terre à l'eau.

escalopes à la viennoise

Bien aplatir 4 escalopes et les saler des deux côtés. Mettre dans une assiette 4 cuillerées à soupe de farine avec un peu de sel, dans une autre 2 œufs battus, et dans une troisième 2,5 dl de chapelure. Chauffer 6 cuillerées à soupe rases de saindoux dans une poêle. Passer les escalopes une par une dans la farine de façon à les enrober complètement d'une couche très fine, puis dans l'œuf battu et enfin dans la chapelure, uniformément et sur les deux faces. Les mettre dans le saindoux très chaud, les cuire 8 min à feu doux sur chaque face et les servir bien dorées.

feuilleton de veau à l'ancienne → FEUILLETON

RECETTE DE ROGER VERGÉ

filets mignons de veau au citron

« Tailler en julienne le zeste de 1/2 citron et le mettre dans une casserole avec 6 cuillerées à soupe d'eau froide ; porter à ébullition, puis égoutter et passer sous l'eau froide. Remettre la julienne dans une casserole avec 1 cuillerée d'eau et 1/2 cuillerée de sucre ; faire cuire jusqu'à évaporation, puis réserver. Faire chauffer 20 g de beurre dans une poêle ; lorsqu'il commence à "chanter", y jeter 4 filets mignons de 75 g chacun, salés et poivrés des deux côtés. Laisser colorer 5 min sur chaque face, puis tenir au chaud sur une assiette. Débarrasser la poêle de son beurre et la déglacer avec 4 cuillerées de vin blanc sec, en laissant réduire à 1 cuillerée à soupe de liquide. Ajouter alors 40 g de beurre et mélanger, puis ajouter 1 cuillerée de persil ciselé. Disposer les filets mignons sur deux assiettes chaudes. Verser dans la sauce le jus de cuisson de la viande et en napper les filets. Décorer chaque filet d'une rondelle de citron pelé à vif. Ajouter 1 pincée du zeste cuit au sucre et servir. »

foie de veau à l'anglaise, foie de veau à la créole, foie de veau à la lyonnaise, foie de veau rôti, foie de veau à la Saulieu, foie de veau sauté à la florentine → FOIE
fond blanc de veau, fond brun de veau, fond de veau lié → FOND
fraise de veau au blanc, fraise de veau frite → FRAISE DE VEAU
fricandeau de veau à l'oseille → FRICANDEAU
godiveau à la graisse ou farce de veau à la glace → GODIVEAU

grenadins de veau braisés

Parer et piquer de lard gras des grenadins de 100 g. Beurrer une cocotte, la foncer de couennes dégraissées. Peler et émincer 1 belle carotte et 1 oignon moyen ; les faire revenir au beurre avec les parures des grenadins. Étaler ces éléments sur les couennes, disposer les grenadins par-dessus, couvrir et laisser suer 15 min. Mouiller de 2 dl de vin blanc et réduire à glace. Mouiller alors de bouillon, au tiers de l'épaisseur des grenadins, porter à ébullition sur le feu, puis couvrir et cuire 40 min dans le four préchauffé à 220 °C, en arrosant trois ou quatre fois. Dresser les grenadins sur un plat de service résistant à la chaleur ; les arroser d'un peu du fond de cuisson passé et les faire glacer dans le four. Déglacer au consommé la cocotte de cuisson, passer dans une passoire fine, dégraisser ; napper les grenadins. Servir avec des salsifis. (Voir photographie page 1085.)

jarret de veau à la provençale → JARRET

longe de veau rôtie

Désosser la longe sans détacher le rognon et en laissant la bavette assez longue pour qu'elle puisse envelopper le filet. Débarrasser le rognon de sa graisse, pour n'en garder qu'une épaisseur de 1 cm. Saler et poivrer le côté qui sera à l'intérieur, puis rouler la longe et la ficeler ; saler et poivrer. Chauffer du beurre dans une grande cocotte et y dorer la longe de tous les côtés. Couvrir la cocotte et la mettre dans le four préchauffé à 200 °C. Éplucher des petits oignons frais et les rissoler au beurre. Cinq minutes avant la fin de cuisson de la viande, les ajouter dans la cocotte. Égoutter la longe et la tenir au chaud sur un plat de service. Déglacer le récipient de cuisson avec 1 verre de bouillon et 1 verre de vin blanc, faire réduire de moitié ; servir à part, dans une saucière, avec les petits oignons.

RECETTE D'ALEXANDRE DUMAINE

noix de veau Brillat-Savarin

« Aplatir une noix de veau entière, la désosser, puis rapprocher et coudre ensemble les parties disjointes. Hacher 3 échalotes. Faire cuire 100 g de morilles à la crème. Étendre

sur la viande une couche de 1 cm d'épaisseur de farce à gratin mélangée aux échalotes hachées. Parsemer avec les morilles, puis mettre au centre 200 g de foie gras de canard. Rouler alors la noix de veau en forme de rôti et la ficeler solidement. La piquer de lardons gras, puis la faire colorer au beurre et la placer ensuite dans une braisière sur une mirepoix. Mouiller de vin blanc sec et de bouillon de bœuf en quantités égales. Ajouter des tomates épépinées et concassées et 1 bouquet garni. Saler et poivrer. Couvrir et cuire lentement 2 heures. Retirer la viande, faire réduire la cuisson et la passer au chinois. Servir la noix en tranches nappées d'un peu de sauce. Présenter le reste de la sauce en saucière, avec une garniture d'épinards en branches et de morilles à la crème. »

oreilles de veau braisées à la mirepoix, oreilles de veau farcies du Bugey, oreilles de veau grillées à la diable → OREILLE

pâté de ris de veau, pâté de veau et de jambon en croûte → PÂTÉ

paupiettes de ris de veau braisé → PAUPIETTE

pieds de veau à la Custine, pieds de veau à la tartare → PIED

poitrine de veau farcie braisée

Ouvrir une poitrine de veau et la désosser sans percer la poche. La saler et la poivrer à l'intérieur et à l'extérieur. Préparer la farce en mélangeant 400 g de mie de pain rassis, trempée dans du lait et pressée, 2 gousses d'ail et 1 bouquet de persil hachés, 250 g de duxelles de champignon, 2 jaunes d'œuf, 100 g d'oignons et 2 échalotes, hachés puis fondus au beurre, du sel, du poivre et un peu de cayenne. En garnir la poche et coudre l'ouverture. Beurrer une cocotte ; garnir le fond et le bord jusqu'à mi-hauteur de couennes dégraissées. Couper en petits dés 1 carotte, 1 blanc de poireau, 3 branches de céleri et 1 oignon ; faire étuver le tout 10 min dans 25 g de beurre, puis l'étaler sur les couennes. Dorer la poitrine farcie dans 30 g de beurre, puis la placer dans la cocotte tapissée de légumes fondus. Ajouter 1/2 pied de veau désossé, 2 cuillerées à soupe de concentré de tomate, délayées avec 2 dl de vin blanc sec et autant de bouillon. Couvrir et porter à ébullition sur le feu, puis cuire 1 h 50 dans le four préchauffé à 200 °C. Égoutter la poitrine. Dégraisser le fond de cuisson, le passer, le faire réduire d'un tiers et en napper la viande. Servir avec des épinards en branches au beurre ou des cœurs d'artichaut braisés.

quenelles de veau → QUENELLE

ris de veau : préparation, ris de veau braisés à blanc, ris de veau braisés à brun, ris de veau braisés Nantua, ris de veau financière, ris de veau Régence → RIS

rognon de veau en son jus de noix, rognon de veau sauté à la bordelaise, rognon de veau sauté aux graines de moutarde → ROGNON

sauté de veau Marengo, sauté de veau au vin rouge → SAUTÉ

tendrons de veau chasseur

Dans une sauteuse, poêler 10 min sur chaque face 4 tendrons avec 30 g de beurre ; égoutter et tenir au chaud. Mettre à la place 200 g de champignons nettoyés et émincés ; les faire revenir et verser 1/2 dl de bouillon, 1/2 dl de vin blanc et 1/2 dl de sauce tomate ; ajouter 2 échalotes hachées ; réduire de moitié. Verser les champignons et la sauce sur la viande ; parsemer de fines herbes ciselées et servir brûlant.

RECETTE DE DANIEL BOUCHÉ,
DANS *INVITATION À LA CUISINE BUISSONNIÈRE*

tendrons de veau aux nouilles, truffes et foie gras

« Préparer une brunoise avec 150 g de carotte, 75 g d'oignon et 30 g de céleri-branche. Chauffer 30 g de beurre dans une casserole, puis y mettre la brunoise. La cuire 10 min et ajouter 1/2 cuillerée à café de thym et autant de romarin, 1 tomate épluchée et 150 g de crème fraîche. Mélanger puis verser 10 cl de vin blanc et 50 cl d'eau avec 1 cuillerée à café de sel marin et 1 pointe de poivre. Porter de nouveau à ébullition et cuire quelques minutes. Faire bien dorer 4 tendrons de veau de 280 g dans un peu d'huile, des deux côtés. Les mettre dans un plat à rôtir creux et verser la sauce par-dessus. Recouvrir d'un couvercle et cuire 1 h 30 au four préchauffé à 180 °C. Sortir le plat et réserver au chaud. Cuire 500 g de nouilles fraîches dans 4 litres d'eau bouillante additionnée de 5 cl d'huile. Dans une casserole, mettre 50 g de crème fraîche, 10 cl de jus de truffe et 1 pointe de sel et de poivre. Porter à ébullition, puis verser sur les nouilles égouttées, avec 100 g de truffes coupées en lamelles. Remuer pour réchauffer les nouilles. Juste au moment de servir, ajouter 300 g de foie de canard cru coupé en dés. Servir aussitôt avec les tendrons. »

tête de veau farcie, tête de veau à l'occitane, tête de veau à la provençale, tête de veau en tortue → TÊTE

veau Orloff

Éplucher et émincer 500 g d'oignons, 1 grosse carotte et 750 g de champignons de Paris. Chauffer 50 g de beurre dans une cocotte. Y faire revenir 150 g de couennes de lard, puis une selle de veau désossée de 1,750 kg. Ajouter la carotte et 1 grosse cuillerée à soupe d'oignon, 1 bouquet garni, du sel et du poivre. Mouiller d'eau à peine à hauteur et cuire 1 h 20 à couvert, sur feu doux. Faire fondre 30 g de beurre dans une sauteuse et y dorer rapidement les champignons émincés ; les retirer et les hacher, puis les remettre dans la sauteuse, saler, poivrer, ajouter 1 cuillerée à soupe rase de farine et un peu de noix de muscade

râpée. Cuire 10 min. Passer le reste des oignons émincés à la moulinette et faire revenir ce hachis avec 40 g de beurre, puis mouiller d'eau et cuire à couvert de 20 à 25 min, pour obtenir une purée. Ajouter les champignons, 2 dl de crème fraîche épaisse, et chauffer pour la réduire. Découper la selle en tranches fines et régulières dans le sens de la hauteur ; masquer chaque tranche avec un peu de la purée d'oignon et de champignon. Superposer les tranches pour reformer la selle ; la ficeler et la placer dans un plat à gratin, recouverte avec le reste de la purée. Napper de sauce Maintenon, poudrer de parmesan râpé, parsemer de noisettes de beurre et faire gratiner vivement 10 min. Servir à part le fond de braisage dégraissé.

RECETTE DE PHILIPPE BRAUN,
RESTAURANT *LAURENT*, À PARIS

vitello tonnato

« Désosser un morceau de longe de veau de 2 kg. Le ficeler à la façon d'un rôti. Concasser les os et les réserver. Saler et poivrer le rôti. Le dorer sur toutes ses faces dans un sautoir avec 3 cl d'huile d'olive, puis débarrasser. Disposer les os concassés dans le fond du sautoir, puis y mettre le rôti parsemé de 50 g de beurre en parcelles. Cuire de 25 à 30 min dans le four préchauffé à 220-230 °C ; 10 minutes avant la fin de la cuisson, ajouter 1 carotte et 1 oignon, coupés en mirepoix, et 2 gousses d'ail en chemise. Poser le rôti sur une grille, l'assaisonner de nouveau et le laisser refroidir. Dégraisser de moitié les sucs du sautoir, puis déglacer avec 1 dl de vin blanc sec et 2 dl d'eau ; laisser réduire, puis passer le jus au chinois ; réserver. Mixer ensemble 150 g de thon germon cuit au naturel, 3 anchois au sel de Collioure, dessalés et désarêtés, 40 g de câpres égouttées, 2 cuillerées à soupe du jus de cuisson de la viande, 400 g de mayonnaise à l'huile de pépins de raisin, le jus de 1 citron, du sel, du poivre, et éventuellement 5 cl de consommé de volaille, pour la consistance. Déficeler la longe de veau, parer les endroits qui seraient desséchés, et la détailler en tranches de 2 à 3 cm d'épaisseur. Répartir les tranches en rosace en les faisant se chevaucher, poivrer et, à l'aide d'une cuillère, napper la viande de sauce au thon. Parsemer de pluches de persil plat et de 30 g de câpres. Accompagner éventuellement de cœurs de romaine coupés en quartiers et assaisonnés d'huile d'olive et de jus de citron. »

VEAU DE MER Appellation commerciale de la taupe (voir ce mot), requin vendu sous forme de steak, en longe ou en tranches, comme le thon.

VEAU-QUI-TETTE (LE) Taverne des abords du Châtelet, datant du XVIe siècle, qui disparut lors de la percée du boulevard de Sébastopol. L'établissement fut surtout célèbre au début du XIXe siècle, sous le premier Empire, notamment pour ses pieds de mouton, « meilleurs que dans les salons dorés », et ses anguilles « piquées aux truffes ». Son propriétaire vit un jour un concurrent s'installer à proximité, dans la même rue de la Joaillerie, avec la même enseigne, mais le second tenancier dut, après procès, changer sa raison sociale en « Veau-qui-mange ».

VÉGÉTALISME Type d'alimentation basé sur les céréales, les légumes secs ou verts, les fruits et les huiles végétales, et excluant, pour des raisons philosophiques, tout aliment d'origine animale, y compris le miel. Le calcium (fourni essentiellement par les produits laitiers) est ainsi totalement absent. Le fer des légumes, céréales et légumineuses, est mal utilisé par l'organisme lorsque celui de la viande n'est pas fourni. Enfin, l'apport de carotène ne peut suffire aux besoins en vitamine A, apportée par le beurre, le foie et le jaune d'œuf, qui restent exclus.

Il existe, parmi les différentes écoles végétaliennes, des hiérarchies et des associations diverses entre les aliments, mais ces régimes conduisent tous à des carences, et notamment à un déséquilibre protéique.

VÉGÉTARISME Type d'alimentation excluant totalement certains aliments : viande, poisson, œufs pour le lacto-végétarisme ; viande, poisson, laitages pour l'ovo-végétarisme ; viande, laitages et œufs pour le pesco-végétarisme ; viande (sauf volaille), laitages et œufs pour le pollo-végétarisme. Les végétariens privilégient en outre les aliments peu raffinés (céréales entières et pain complet, par exemple). Le végétarisme, qui n'exclut pas une certaine gastronomie (les restaurants végétariens sont nombreux), est compatible avec l'équilibre alimentaire, car les sous-produits animaux apportent des protéines de bonne valeur biologique, et le calcium est fourni en quantité suffisante par le lait et les fromages. Il a, de plus, l'avantage de ne pas entraîner un excès de lipides saturés.

VEINE Morceau du collier de bœuf, subdivisé en veine grasse (partie inférieure) et veine maigre (partie supérieure). On y détaille des morceaux à braiser (daube, carbonade, bœuf mode).

VELOURS Se dit d'un potage Crécy (à la carotte) auquel on ajoute du tapioca poché au consommé, ce qui lui donne une consistance épaisse et veloutée.

VELOUTÉ Potage dont l'élément de base (légume, viande, poisson, crustacé) est cuit dans un liquide lié (au gras ou au maigre), l'ensemble étant ensuite passé à l'étamine avant de recevoir une liaison (jaune d'œuf, crème et beurre), ainsi qu'une garniture finale (blanc de volaille en julienne, queues d'écrevisse, pointes d'asperge, etc.). Ce type de potage doit son nom à son aspect lisse et à sa consistance onctueuse.

▶ *Velouté d'asperge*
Recette voir page 1090.



velouté d'artichaut
Préparer un roux blanc avec 40 g de beurre et 40 g de farine. Le mouiller avec 8 dl de consommé de volaille. Blanchir 8 petits fonds d'artichaut, les escaloper et les faire étuver 20 min dans 40 g de beurre. Les ajouter au consommé, porter à ébullition et cuire jusqu'à ce que les légumes se défassent. Passer alors le tout au mixeur pour que le mélange soit parfaitement lisse ; l'allonger d'un peu de consommé pour lui donner la consistance désirée. Délayer 3 jaunes d'œuf avec 1 dl de crème fraîche et, hors du feu, lier le potage avec ce mélange. Incorporer enfin 60 g de beurre en parcelles, en fouettant.

velouté d'asperge
Préparer 8 dl de consommé de volaille. Couper en tronçons 400 g d'asperges nettoyées ; les blanchir 5 min à l'eau bouillante, puis les égoutter et les faire étuver 10 min avec 40 g de beurre. Les passer pour éliminer les parties fibreuses et ajouter la purée au velouté. Terminer comme pour le velouté d'artichaut. (Voir photographie page 1089.)

velouté de crustacé
Préparer 1 litre de velouté de poisson. Faire sauter les crustacés choisis au beurre avec une très fine mirepoix de légumes. Flamber au cognac, puis mouiller de vin blanc. Assaisonner de sel, de poivre et d'épices. Cuire 20 min. Piler au mortier les crustacés avec leur cuisson. Ajouter cette purée au velouté de poisson et laisser mijoter quelques minutes. Passer au chinois étamine, porter de nouveau à légère ébullition, lier avec 3 jaunes d'œuf et 2 dl de crème fraîche, sans laisser bouillir. Vérifiez l'assaisonnement et, hors du feu, ajoutez un beurre rouge obtenu avec les crustacés. Au moment de servir, incorporer un salpicon des crustacés choisis et parsemer de quelques pluches de cerfeuil.

velouté de gibier, de viande ou de volaille
Préparer un roux blanc et le mouiller avec 1 litre de consommé très corsé de la viande choisie. Faire colorer dans du beurre cette viande, puis la mettre dans le velouté et cuire doucement et longuement. Mixer le tout, puis passer au chinois étamine : la consistance doit être nappante. Porter de nouveau à légère ébullition, puis lier avec 3 jaunes d'œuf et 1 dl de crème fraîche, sans laisser bouillir. Hors du feu, incorporer une noix de beurre frais. Au moment de servir, ajouter un salpicon ou une julienne de la viande choisie et parsemer de quelques pluches de cerfeuil.

RECETTE DE LIONEL JOUNAULT

velouté glacé à l'avocat
« À l'aide d'une cuillère parisienne, prélever des boules dans la pulpe d'un petit concombre pelé et épépiné. Les blanchir rapidement à l'eau bouillante. Peler une tomate bien rouge et ferme après l'avoir ébouillantée ; tailler la pulpe en très petits dés. Partager en deux 3 avocats, extraire les noyaux et récupérer toute la pulpe à la cuillère. Passer cette pulpe au mixeur en ajoutant le jus de 1 citron, 4 cuillerées à soupe de crème fraîche et 1 dl de lait. Saler et poudrer de poivre de Cayenne. Mettre à rafraîchir dans le réfrigérateur. Répartir le velouté dans quatre tasses. Ajouter les petites boules de concombre et les dés de tomate en garniture sur le dessus. Agrémenter de feuilles de menthe ciselées très finement (6 en tout). Servir glacé. »

velouté de poisson
Préparer un roux blanc et le mouiller avec 1 litre de fumet de poisson, dépouillé très soigneusement puis passé à l'étamine. Cuire doucement dans le velouté le poisson choisi désarêté. Mixer le tout et passer à l'étamine. Porter de nouveau à légère ébullition, puis lier avec 3 jaunes d'œuf et 1 dl de crème fraîche, sans laisser bouillir. Passer de nouveau à l'étamine. Hors du feu, incorporer une noix de beurre. Au moment de servir, ajouter un salpicon ou une julienne du poisson choisi et parsemer de quelques pluches de cerfeuil.

VELOUTÉ (SAUCE) Sauce blanche classée parmi les sauces « mères », faite d'un fond blanc (de veau ou de volaille) ou d'un fumet de poisson, lié avec un roux blanc ou blond. Selon les ingrédients complémentaires, le velouté sert de base à de nombreuses sauces dérivées. On donne aussi au velouté de veau le nom de « sauce blanche grasse », et au velouté de poisson celui de « velouté maigre ».

VENACO Fromage corse de lait de chèvre ou de brebis (45 % de matières grasses), à pâte molle et à croûte naturelle grattée, de fabrication uniquement « cabanière », originaire de Venaco et de Corte. Le venaco se présente sous la forme d'un pavé carré de 13 cm de côté et de 6 cm d'épaisseur. Il a une saveur puissante, parfois piquante.

VENAISON Chair comestible du gros gibier à poil (cerf, chevreuil, daim, sanglier, etc.) ; le lièvre et le lapin de garenne forment la « basse venaison ». Le « quartier » – ou « hanche » – de venaison est généralement un cuissot de cerf ou de daim à rôtir, après marinade ou mortification.

Les sauces de « venaison » accompagnent divers gibiers à poil ; la plus classique est une poivrade additionnée de crème fraîche et de gelée de groseille.

▶ Recettes : MARINADE, SAUCE.

VENDANGE Récolte sur une parcelle de vigne des raisins arrivés à bonne maturité, quand leurs baies contiennent un maximum de sucres. En France, les dates de début (de fin août à décembre) et de fin de vendange sont fixées par décret préfectoral, et varient donc d'une région à l'autre, d'une commune à l'autre, selon le type de vin qui sera élaboré. Aujourd'hui, les machines à vendanger remplacent de plus en plus les traditionnels « coupeurs », travailleurs saisonniers ; seuls les vins AOC de renom exigent une cueillette à la main, avec tri des raisins.

VENDÉE La Vendée, façade littorale du Poitou, associe aux traditions culinaires de l'arrière-pays les ressources de la mer. Le Bocage vendéen est un pays d'élevage, au cheptel bovin important. On y cultive aussi céréales et légumes, dont les célèbres choux verts et les « mogettes », haricots blancs souvent cuisinés à la crème ; la purée de fèves au bouillon est aussi appréciée que la chouée (choux verts cuits à l'eau, égouttés et copieusement beurrés) ou l'embeurrée de choux pommés. Sur les étiers du Marais, de Challans à Beauvoir-sur-Mer, on élève des canards renommés. Rivières et étangs fournissent des anguilles, pour les matelotes, et des grenouilles, que l'on cuisine à la luçonnaise (cuites à l'eau vinaigrée, puis sautées au beurre et garnies de gousses d'ail frites) ; les escargots se font griller ou sont cuits à l'eau bouillante avec du fenouil, puis mijotés dans une sauce blanche avec des pommes de terre. Le lapin et le lièvre sont bien apprêtés, avec, notamment, le pâté de lapin (terrine de couches alternées de filets de garenne et de hachis de lapin à l'oignon et à l'échalote) et le lièvre à la vendéenne, spécialité de La Roche-sur-Yon. Avec le porc, on prépare la potée de hure et la fressure vendéenne (abats de porc et lard hachés, additionnés de sang et longuement mijotés).

Quant aux poissons et aux fruits de mer, ils donnent toute une gamme de recettes variées, dont la cotriade, la chaudrée, la mouclade, la soupe de morue et la soupe aux huîtres ; les langoustes de l'île d'Yeu, les sardines des Sables-d'Olonne et les moules de L'Aiguillon-sur-Mer sont justement réputées.

La Vendée connaît les fromages, les pâtisseries et les douceurs du Poitou, mais il faut y ajouter la brioche vendéenne, l'alize pâquaude, les bottereaux, les fouaces et les caillebottes, ainsi que le « flan maraîchin » (œufs au lait sous une croûte caramélisée).

VENDÔME Fromage orléanais de lait de vache (50 % de matières grasses), à pâte molle et à croûte naturelle bleutée ou cendrée (voir tableau des fromages français page 494). Il se présente sous la forme d'un disque de 11 cm de diamètre et de 3,5 cm d'épaisseur. De plus en plus rare, il a une saveur fruitée, qui l'est davantage pour le cendré que pour le bleu.

VENEZUELA La cuisine vénézuelienne est la plus douce de l'Amérique du Sud. Les haricots y tiennent une grande place, mijotés dans le traditionnel ragoût *(sancocho)* avec de la viande de bœuf, des tripes ou du poisson, ou mélangés avec du riz et du maïs. Les grosses bananes plantains vertes font souvent partie des ingrédients de ces potées.

Les *arepas* accompagnent tous les plats ; elles ressemblent aux tortillas mexicaines, bien qu'elles soient préparées avec un maïs de qualité différente. Le mets typique, l'*bayaca*, de tradition pour Noël, se compose de crêpes de maïs farcies de viande ou de poisson, d'œufs, d'olives, de raisins secs, d'amandes et de condiments, cuites dans des feuilles de bananier.

La confiture de papaye est le dessert favori des Vénézuéliens, mais, comme les bananes, elle accompagne aussi les plats salés.

VÉNITIENNE (À LA) Se dit de filets de sole pochés, de tronçons de congre sautés au beurre, d'une volaille pochée, d'œufs mollets ou pochés, accompagnés d'une sauce dite « vénitienne », qui est une réduction de vinaigre et d'estragon mouillée de sauce allemande (ou de sauce au vin blanc), finie avec un beurre vert, passée et garnie de fines herbes.

Pour un poisson, la sauce peut également être une sauce normande additionnée de fines herbes et de câpres hachées.

VENTADOUR Nom d'un apprêt de tournedos ou de noisettes d'agneau, garnis de lames de moelle et de lames de truffe, servis avec une purée d'artichaut et des pommes cocotte, et accompagnés de sauce Chateaubriand.

VENTRÈCHE Poitrine de porc salée, puis roulée (et parfois séchée et commercialisée à plat), spécialité du sud-ouest de la France. Totalement désossée et découennée, la poitrine est salée pendant environ dix jours, puis lavée, égouttée et étuvée. Saupoudrée de poivre concassé, elle est roulée, embossée sous boyau cellulosique, puis séchée pendant une à quatre semaines. La ventrèche connaît tous les emplois de la poitrine salée.

VER Animal ou larve d'insecte au corps mou et allongé, dont certaines espèces constituent des mets appréciés dans plusieurs pays tropicaux. Au Cameroun, une vingtaine d'espèces de larves différentes sont vendues grillées sur les marchés ; elles s'accommodent aussi en sauce, avec des graines d'arachide ou de courge, cuites sur des braises, enveloppées dans des feuilles de bananier, ou encore en brochettes. Les Pygmées, qui en sont friands, les écrasent dans de l'huile de palme pour en faire un condiment. Les Japonais font griller les larves de mante, de libellule ou de guêpe.

En Amérique latine, ce sont les vers d'agave et les chenilles de bambou qui sont appréciés. Aux Antilles, les vers palmistes sont une friandise de choix, grillés en brochettes que l'on sert poudrées de chapelure, avec du jus de citron.

VERDIER Nom d'un apprêt d'œufs durs, farcis de foie gras et gratinés sur un lit d'oignons fondus, nappés d'une béchamel au parmesan additionnée de truffe, dont la création est attribuée au premier propriétaire de la *Maison dorée*.

VERDURE Terme générique désignant de la salade ou un mélange d'herbes vertes. On emploie notamment de la verdure hachée pour réaliser des farces ou des purées. On appelle « verdurette » une sauce vinaigrette additionnée de ciboulette et d'œuf dur hachés, de cerfeuil, d'estragon et de persil ciselés.

VERGEOISE Sucre de betterave ou de canne, de consistance moelleuse, provenant d'un sirop de raffinerie, coloré et parfumé par les composants naturels de sa matière première (voir tableau des sucres page 1007).

On trouve dans le commerce deux vergeoises, la blonde et la brune : la première est obtenue en recuisant le sirop éliminé lors d'un premier essorage du sucre ; la brune, plus foncée et à l'arôme plus soutenu, résulte de la recuisson du sirop éliminé lors du deuxième essorage du sucre.

Dans le nord de la France et en Belgique, on utilise couramment la vergeoise en pâtisserie (tarte au sucre en particulier) et pour sucrer ou fourrer les crêpes et les gaufres.

VERJUS Suc acide de raisin vert ou imparfaitement mûr, largement utilisé jadis comme ingrédient de sauce, condiment ou élément de déglaçage. Au Moyen Âge, le « vertjus » était un fond acide préparé à l'avance avec du jus de raisin vert, parfois du jus de citron ou d'oseille, des fines herbes et des épices, qui intervenait dans la plupart des sauces et des liaisons.

▶ **Recettes** : GRATIN, LAITANCE.

VERMEIL Matériau utilisé en orfèvrerie, qui se présente soit comme une dorure (or appliqué par électrolyse sur du métal argenté), soit comme de l'argent doré (argent massif recouvert d'une fine couche d'or). Couverts, assiettes et pièces de service de table sont réalisés en vermeil par de grands orfèvres, mais rarement utilisés dans la pratique, sauf pour les petites cuillères à café ou à moka.

VERMICELLES Pâtes à potage très fines obtenues par passage à la filière. Le mot désigne aussi le plat ou le potage préparé avec ces pâtes. Les « cheveux d'ange » sont une variété particulièrement fine, qui ne s'emploie que dans les consommés et les potages clairs. On utilise aussi le vermicelle pour réaliser certains entremets (puddings et soufflés).

Les vermicelles chinois, préparés avec de la farine de soja, se présentent en longs écheveaux nacrés ; bouillis ou frits, ils complètent des potages, des mélanges de légumes, des farces, etc. En Extrême-Orient, il existe aussi des vermicelles de farine de riz, blanchâtres, plats et longs, qui s'apprêtent comme les nouilles.

VERMOUTH Apéritif à base de vin, fabriqué en Italie dès le XVIIe siècle et produit aujourd'hui dans le monde entier sous deux types, le vermouth français et le vermouth italien, moins sec.

Les vermouths, blancs ou rouges, sont faits de vin, de sirop de sucre ou de mistelle (jus de raisin non fermenté, additionné d'eau-de-vie de vin), d'alcool et de plantes aromatiques (absinthe, hysope, quinquina, genièvre, clou de girofle, camomille, écorce d'orange, parfois pétales de rose) ; mais chaque marque conserve son secret de fabrication.

Le vermouth se sert frappé, souvent sur des glaçons, parfois avec une rondelle de citron ou d'orange, ou encore allongé d'eau gazeuse, ainsi que dans de nombreux cocktails, comme le dry martini ou l'americano.

En cuisine, le vermouth s'emploie pour relever des farces, déglacer une volaille poêlée ou cuisiner des crustacés.

▶ **Recette** : SOLE.

VERNIS Coquillage marin des fonds sableux, de la famille des vénéridés, comme les clams et les praires, qui connaît les mêmes apprêts que ceux-ci (voir planche des coquillages page 324). Ses grandes coquilles brunes (6 à 10 cm) sont lisses et brillantes, d'aspect vernissé, marquées de bandes sombres rayonnantes.

RECETTE DONNÉE PAR R. DUMAY,
DU SILEX AU BARBECUE, ÉD. JULLIARD

vernis à la mode de Kléber Haedens

« Faire ouvrir les vernis à sec dans une casserole. En détacher les noix. Faire mijoter 5 min au beurre, dans une cocotte, un hachis d'échalote et de mie de pain ; y jeter les vernis coupés en dés. Saler, poivrer, ajouter 2 ou 3 cuillerées de crème fraîche ; ne pas laisser bouillir. Sortir du feu et bien mélanger avec un hachis d'ail et de persil. Remplir les coquilles. Passer au four et laisser dorer. Servir brûlant. »

VERNON Nom d'un apprêt de petites pièces de boucherie sautées, garnies de fonds d'artichaut surmontés de pointes d'asperge, de navets farcis de purée de pomme de terre et de pommes fruits, évidées et emplies de petits pois au beurre.

VÉRON (LOUIS DÉSIRÉ) Médecin et journaliste français (Paris 1798 - *id.* 1867). Après avoir exercé la médecine dans les milieux mondains, il devint critique et directeur de revues littéraires, puis directeur de l'Opéra de Paris et enfin journaliste politique à la tête du *Constitutionnel*, qui soutint Louis-Napoléon et la cause de l'empire. Mais L. D. Véron occupa surtout une place dans l'histoire de la gastronomie par son rôle d'amphitryon fastueux, d'abord dans son appartement de la rue de Rivoli, puis à Auteuil. La réputation de cette table tenait d'ailleurs surtout aux talents de la cuisinière-gouvernante de Véron, Sophie, qui, dit-on, se surpassait avec le canard aux olives et le gigot braisé aux haricots.

En cuisine classique, on a donné le nom de Véron à une sauce normande parfumée aux herbes et additionnée de fumet ou de fond de veau, pour poissons panés ou grillés.

▶ **Recettes** : BARBUE, SAUCE.

VÉRONIQUE Plante commune des régions tempérées, de la famille des scrofulariacées, dont il existe de nombreuses espèces comestibles. La véronique officinale, surnommée « thé d'Europe », fut proposée dès le début du XVIIIe siècle comme succédané du thé. La véronique beccalonga, ou cresson de cheval, que l'on confond souvent avec le cresson, se sert crue en salade ou se cuisine comme l'épinard.

VERRE ET **VERRERIE** Récipient à boire et matière. Le verre naît d'un mélange de sable siliceux, de carbonate de soude et de carbonate de chaux, chauffé à 1 500 °C. Il peut prendre toutes les formes, être gravé,

coloré, doré. Il appartient aux arts de la table et représente un emballage alimentaire de grande qualité. Quand on l'additionne d'oxyde de plomb, il devient cristal, un verre très limpide, à la sonorité claire lorsqu'il est fin.

Histoire. L'invention du verre serait due aux Phéniciens, mais ce sont les Égyptiens qui développèrent sa fabrication. En coulant de la pâte de verre autour d'un noyau d'argile, ils obtenaient des petits vases, des flacons, des gobelets qui pouvaient contenir des parfums et des onguents.

Plus tard, les Romains imaginèrent de souffler dans cette même pâte de verre en fusion à l'aide d'un tube de métal pour créer des récipients plus importants. Cette méthode sera appliquée par les verriers pendant près de 2 000 ans.

À partir du XVIIIe siècle, les progrès techniques vont transformer le destin du vin. Les verriers anglais parviennent alors à produire des verres plus épais et plus résistants pour la fabrication des bouteilles et découvrent le verre au plomb, le *flint glass*, l'ancêtre du cristal. La cristallerie Saint-Louis est créée en Lorraine en 1767, bientôt suivie par celle de Baccarat.

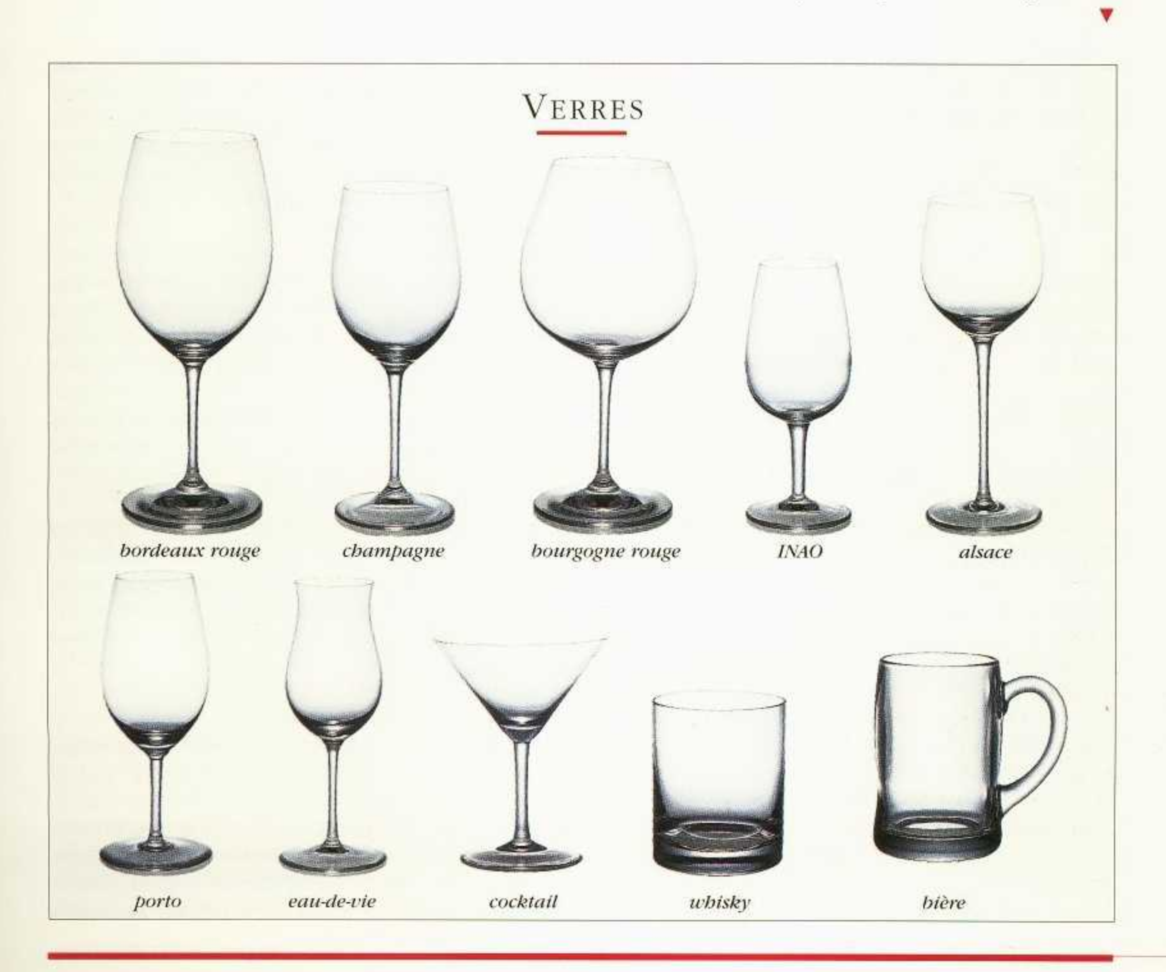
Toutefois, c'est au XIXe siècle que le verre entre dans l'ère industrielle avec l'apparition des machines semi-automatiques, qui permettent désormais d'obtenir des verres et des bouteilles en plus grand nombre et moins chers.

Les verres et le vin. Pendant longtemps, les cristalliers ont dessiné des verres excentriques qui se voulaient beaux, mais ignoraient le vin. Aujourd'hui, ce n'est plus le cas : un verre ne doit pas passer avant le vin, mais au contraire le mettre en valeur.

Il y a encore vingt ans, il était de bon ton de présenter sur la table des services complets avec verre à vin blanc, verre à bordeaux, verre à bourgogne, qui ne tenaient guère compte du plaisir du vin. Avec le développement de la sensibilité de la dégustation, les spécialistes et les œnologues ont étudié des projets de verres plus adaptés.

Ces « nouveaux verres » ont une jambe – ce que l'on appelle couramment le pied – assez haute pour faire rouler facilement le vin et le tenir sans le chauffer. La paraison, le contenant lui-même, est suffisamment élevée, sans être excessivement évasée. L'ouverture est suffisante pour que le nez et la bouche y pénètrent en même temps, mais pas trop large pour que les arômes ne s'échappent pas. Enfin, le bord du verre est fin comme une coquille d'œuf, pour que le contact avec les lèvres (le « buvant », disent les spécialistes) soit le plus délicat possible.

Un verre pour chaque boisson
La forme des verres s'est peu à peu adaptée aux plaisirs de la dégustation.



Il existe aussi des verres destinés à la dégustation des eaux-de-vie, en forme de tulipe allongée, des verres à bords droits et sans pied pour le whisky, des chopes pour la bière et des verres à cocktail de toutes les formes : verre à cocktail (de 8 à 12 cl) pour les short drinks (mélanges non allongés), alors que les long drinks se boivent dans des verre à collins (30 cl). Quant au verre à mélange, dont la capacité varie de 60 à 70 cl, il s'emploie, à la place du shaker, pour préparer les cocktails à base d'alcools secs.

VERRE À FEU Matériau résistant aux chocs thermiques et mécaniques, utilisé pour fabriquer divers ustensiles de cuisson et de service. Pour supporter les brusques variations de température, le verre à feu doit être très bon conducteur de la chaleur, avoir un faible coefficient de dilatation et posséder une grande élasticité. Il est généralement assez épais et transparent.

VERRE GRADUÉ Récipient d'une contenance de 0,25 à 1 litre, généralement en plastique dur ou en verre trempé, parfois muni d'une anse et d'un bec verseur ; le verre gradué sert soit à mesurer le volume des liquides, soit à « peser » sans balance certaines denrées fluides (farine, riz, semoule, sucre en poudre, tapioca), dont on a établi la correspondance entre le volume et le poids en grammes.

VERSEUSE Récipient haut, possédant une poignée latérale horizontale ou une anse, muni d'un goulot verseur long et fin, et fermé par un couvercle. La verseuse est essentiellement utilisée pour le service du café, après avoir été ébouillantée.

VERT (AU) Apprêt flamand de l'anguille cuisinée avec une grande quantité d'herbes, qui varie selon la saison ; on en compte souvent une quinzaine, dont le cerfeuil, la citronnelle, la cressonnette, l'épinard, l'estragon, la menthe fraîche, l'ortie blanche, l'oseille, le persil, la pimprenelle, la sauge, etc.

La sauce « verte » est une mayonnaise additionnée d'une purée d'herbes ; jadis, c'était plutôt une vinaigrette. La recette moderne fut mise au point par Balvay, ex-cuisinier de Napoléon III, puis chef au restaurant *Le Doyen*, à Paris, dont elle devint une spécialité (notamment avec la truite de mer).

Quant au beurre « vert », c'est un beurre composé préparé avec un hachis de fines herbes.

▶ **Recette** : ANGUILLE.

VERT-CUIT Se dit du point de cuisson d'un élément à utiliser ou à servir presque cru ou à peine cuit. Le canard au sang et la bécasse, notamment, sont servis vert-cuits.

VERT-PRÉ Se dit de viandes grillées, garnies de pommes paille et de bouquets de cresson, servies avec un beurre maître d'hôtel (posé sur la pièce, en rondelle, ou ramolli et présenté en saucière).

L'appellation concerne aussi une viande blanche, un caneton, des bouchées en feuilletage, etc., garnis d'un mélange de petits pois, de pointes d'asperge et de haricots verts, lié au beurre. On qualifie également de « vert-pré » une volaille ou un poisson nappés de sauce verte.

▶ **Recettes** : BŒUF, CHOU, CROUSTADE.

VERVEINE Plante de la famille des verbénacées, dont on cultive des formes ornementales et une variété médicinale (**voir** planche des herbes aromatiques page 561) ; avec les feuilles et les sommités fleuries de la verveine odorante, on prépare une infusion qui est depuis longtemps recommandée pour les maladies du foie et des reins. Certains chefs l'emploient aussi pour aromatiser des cuissons.

VERVEINE DU VELAY Liqueur d'Auvergne élaborée en 1853 à partir de trente-trois plantes, macérées vingt jours dans de l'eau-de-vie de vin qui est alors redistillée. L'alcool est ensuite vieilli huit mois en fût de chêne avant d'être édulcoré avec du sucre et du miel. La verveine verte titre 50 % Vol. et la jaune 40 % Vol. Elles se dégustent pures sur glaçon ou en cocktail.

VÉRY Restaurant parisien créé par un garçon de cuisine originaire de la Meuse, d'abord aux Tuileries, puis, en 1808, sous les arcades du Palais-Royal, galerie de Beaujolais, à côté du *Véfour*. On peut penser que la belle M[me] Véry ne fut pas étrangère au succès de cet établissement, l'un des plus réputés de la capitale, jusqu'en 1840, qui proposait cent vingt-sept plats différents, sans compter les hors-d'œuvre et les desserts. C'est chez lui que Balzac se fit offrir par son éditeur un repas fastueux, dont le menu comportait huîtres d'Ostende, côtelettes de pré-salé, canard aux navets, perdreaux rôtis, sole normande, fruits, vins et liqueurs. Dans les années 1840, *Véry* passa de mode et devint un modeste restaurant à prix fixe.

VESSIE DE PORC Poche membraneuse du ventre du porc utilisée en cuisine pour cuire au bouillon une volaille. La vessie de porc doit être dégorgée à l'eau avec du gros sel et du vinaigre, puis soigneusement rincée et essorée avant emploi. La volaille pochée dans ce sac est servie à table « en vessie » (on dit également « en chemise »), car l'arôme qui se dégage de l'apprêt, quand on fend le sac, est particulièrement délectable ; si elle est servie froide, on la laisse refroidir dans la vessie fermée.

Jadis, les vessies de porc séchées faisaient office de récipients : on y coulait du suif ou du saindoux fondu. Elles sont aujourd'hui encore utilisées comme enveloppe pour certains produits de charcuterie, la mortadelle notamment. Gonflées d'air, elles servaient aussi d'enseigne aux charcutiers.

▶ **Recette** : POULARDE.

VIANDE Chair des mammifères et des oiseaux considérée comme nourriture. On distingue la viande rouge (agneau, bœuf, cheval, mouton), la viande blanche (porc, veau, lapin, volaille) et la viande noire (gibier) ; on fait aussi la différence entre la viande « de boucherie » (abats, bœuf, cheval, mouton, porc et veau), la volaille et le gibier. La viande est aussi défi-

nie de la façon suivante : « Toutes les parties des animaux de boucherie et des volailles susceptibles d'être livrées au public en vue de la consommation. »

Le mot « viande » désignait jadis l'ensemble des provisions destinées à l'alimentation, sens qu'il possédait encore au XIV[e] siècle dans le *Viandier* de Taillevent. Ce n'est qu'au XVIII[e] siècle qu'il s'appliqua progressivement à la chair des animaux, puis uniquement à celle des mammifères et des oiseaux.

Nombreux sont les rites et les coutumes qui concernent la viande, l'abattage de la bête, sa découpe, sa consommation et sa conservation. Aujourd'hui encore, dans les campagnes, la « tuerie » du cochon est un moment privilégié de la vie communautaire ; quant aux repas de fête (Noël, Pâques), ils sont toujours associés à des plats de viande copieux ou cuisinés avec des recettes particulières.

■ **Diététique.** La viande est composée de fibres entourées de fines membranes et réunies en faisceaux formant les muscles. Sur un animal de boucherie, il existe environ 200 muscles consommables, pesant de quelques grammes à plusieurs kilos ; certains d'entre eux sont entourés d'épaisses gaines de tissu conjonctif, les aponévroses. La nature des fibres et l'état du tissu conjonctif déterminent la destination culinaire des morceaux. Ainsi, dans le bœuf, on distingue les morceaux à cuisson rapide (à poêler, à griller et à rôtir) et les morceaux à cuisson lente (pour les bouillis, les braisés et les ragoûts). Les masses musculaires sont entourées d'une graisse plus ou moins abondante ; lorsque celle-ci se trouve entre les faisceaux du muscle, la viande est dite « persillée », qualité recherchée.

Dans la composition des viandes, le taux de protéines est constant (20 % environ dans le muscle paré et dégraissé, avec des acides aminés abondants, indispensables à l'alimentation), alors que celui des lipides est très variable selon l'animal et le morceau. Les glucides sont peu présents, car le glycogène musculaire se transforme, après l'abattage, en acide lactique, qui intervient dans la maturation de la viande et sa tendreté. La viande contient aussi des sels minéraux (fer surtout, et phosphore), et des vitamines du groupe B.

La teneur en eau de la viande est d'autant plus importante que l'animal est maigre ; elle oscille entre 65 et 75 %. On distingue généralement les viandes maigres (moins de 5 % de lipides dans le muscle) ; les viandes moyennement grasses (5 à 10 % de lipides) ; les viandes grasses (plus de 10 % de lipides). En ce qui concerne les graisses, il faut encore tenir compte de la façon dont le morceau a été paré et cuisiné.

Comme les autres produits d'origine animale, la viande est un aliment protidique indispensable, riche en acides gras saturés : une ration alimentaire comportant 200 g de viande par jour est considérée comme suffisante.

Contrairement à d'autres aliments, la viande conserve ses sels minéraux et ses vitamines à la cuisson, principalement si elle est grillée ou rôtie. L'odeur et le goût de la viande cuite excitent les fonctions digestives. Elle se digère aisément et s'assimile totalement. Le double plaisir de l'odorat et du goût ainsi que la sensation d'être bien nourri ont fait de la viande l'aliment par excellence, le symbole de l'abondance et du bien-être.

■ **Qualités.** Aussitôt après l'abattage, la viande encore chaude, dite « pantelante », n'est pas consommable : les masses musculaires sont molles, l'eau est fortement liée aux protéines et il y a production d'acide lactique ; au bout de plusieurs heures, les muscles se raidissent, mais, à ce stade, la viande serait, après cuisson, extrêmement dure ; vingt-quatre heures après l'abattage, elle est soumise à maturation ; une fois « rassise », elle devient propre à la consommation. On juge une viande selon cinq facteurs objectifs.

• COULEUR. C'est le premier indice auquel le consommateur est sensible ; la couleur dépend du taux de myoglobine (pigment rouge des muscles) de la race, de l'âge de l'animal et de son alimentation : bœuf rouge vif foncé et brillant, graisse jaune en réseau fin ; veau légèrement rosé et graisse blanche ; agneau rose vif et graisse blanche ; mouton plus foncé ; porc rosé.

• TENDRETÉ. C'est l'aptitude de la viande à être tranchée au couteau, cisaillée (par les dents) ou broyée ; la tendreté dépend de l'animal lui-même (âge, race et alimentation), de la proportion de tissus conjonctifs autour des fibres musculaires, du traitement de la carcasse (stockage ventilé à bonne température), du degré de maturation, du type du muscle et des conditions de cuisson : le bouilli et le braisage améliorent la tendreté, qui ne dépend pas nécessairement de la situation du morceau dans la carcasse.

• CAPACITÉ DE RÉTENTION DE L'EAU. Force de liaison de l'eau aux protéines, c'est aussi un facteur important, tant pour les produits fabriqués que pour la viande destinée à la consommation directe.

• SUCCULENCE (ou jutosité). Elle désigne l'aptitude de la viande à rendre son jus lors de la mastication : la succulence est souvent liée à la présence de gras intramusculaire (viande persillée) ; toutefois, certaines viandes jeunes (veau élevé au pis, notamment), riches en eau, peuvent aussi paraître succulentes si l'eau reste dans les muscles à la cuisson.

• SAVEUR. Elle provient essentiellement du gras ; la saveur est donc liée à la succulence, c'est-à-dire, en fin de compte, à l'alimentation de l'animal. Il ne faut pas confondre la qualité et le type de morceau. Un gîte-gîte de bonne qualité fait un pot-au-feu délectable, alors qu'un bifteck dans le romsteck est décevant s'il provient d'un animal de qualité médiocre.

■ **Gastronomie.** Autrefois, on cuisait généralement les viandes en faisant d'abord pocher les morceaux à l'eau bouillante avant de les faire rôtir, ou, inversement, en commençant par les saisir au feu avant de les laisser mijoter en sauce ou au bouillon ; la viande était en effet plus dure qu'aujourd'hui, le bétail n'étant ni sélectionné ni élevé uniquement pour la boucherie.

Les modes de cuisson de la viande se divisent de nos jours en deux grands procédés : cuisson rapide et cuisson lente.

• CUISSON RAPIDE. Elle relève de trois techniques.

– Poêlage des tranches tendres dans une matière grasse.

– Grillage des tranches tendres sur braises ou sur gril (ce qui élimine une bonne part de matières grasses).

– Rôtissage au four, à la broche ou dans un plat, dans peu ou pas de matières grasses, avec arrosage fréquent de la pièce.
• CUISSON LENTE. Elle regroupe trois sortes d'opérations.
– Braisage (rissolage, puis cuisson à couvert dans un mouillement court et aromatique).
– Mijotage dans du bouillon, du vin, parfois aussi de la bière, du cidre ou du lait, pour attendrir la viande.
– Cuisson dans un liquide plus abondant (eau), avec des légumes et des aromates.

La viande se consomme le plus souvent cuite et chaude, mais aussi froide, et parfois crue (carpaccio, steak tartare) ; elle est dès lors souvent condimentée, ce qui en relève le goût. La viande saignante est parfaitement digeste et conserve toutes ses qualités ; la viande bouillie subit des transformations beaucoup plus importantes (tandis que le bouillon se charge en principes nutritifs) ; la viande rôtie ou grillée, plus odorante et plus sapide, est, pour certains amateurs, plus appétissante que la viande bouillie.

■ **Viande hachée.** Elle est hachée devant le consommateur, à sa demande, ou, dans certaines conditions, préparée à l'avance. On la trouve aussi surgelée.

La saveur de la viande hachée dépend pour une bonne part du hachage ; si la viande est écrasée, elle perd une partie de son jus. La viande hachée peut contenir une certaine quantité de matières grasses. L'appellation « tartare » est réservée aux viandes hachées constituées uniquement de muscles complètement parés. Outre le steak tartare et le steak haché poêlé (bitoke, hamburger), les emplois de la viande hachée (bœuf, mouton ou veau) sont nombreux : boulettes, farces, friands, fricadelles, fritots, hachis, pains de cuisine, etc.

■ **Conservation.** La cuisson peut être considérée comme un premier moyen de conservation, néanmoins limité dans le temps, de même que le stockage de la viande fraîche dans le réfrigérateur. Mais l'homme a découvert très tôt des moyens de prolonger la durée de conservation des viandes (mis à part les préparations de charcuterie, saucisses et saucissons).
– La cuisson dans la graisse en est un exemple, avec les confits d'oie, de canard et de porc.
– Le salage, pratiqué depuis l'Antiquité, concerne les viandes crues : le porc (petit salé, salaisons) et le bœuf (langue écarlate, bœuf en saumure).
– Le fumage s'applique à la viande de porc et à la charcuterie, ainsi qu'à la volaille ; certains morceaux de bœuf étaient aussi traditionnellement traités de la sorte, bien que cette viande supporte moins bien les modifications de goût dues à la fumée.
– Le séchage de la viande est un procédé pratiqué dans les régions dont l'air est sec et pur (brési du Jura, viande des Grisons ou *Bündnerfleisch* suisse, *charqui* en Amérique du Sud, pasterma en Orient, *biltong* en Afrique du Sud) ; les Indiens l'utilisaient traditionnellement pour conserver la viande de bison (pemmican).
– La cryodessiccation, ou lyophilisation, est un procédé récent de préparation des viandes séchées : disposées par couches minces, elles sont congelées, puis desséchées par sublimation (passage direct de leur eau de constitution de l'état solide à l'état gazeux).
– L'appertisation (stérilisation à la chaleur) est aujourd'hui couramment employée pour la conservation des viandes cuites ou cuisinées : bœuf en gelée, corned-beef, mais aussi bourguignon, blanquette, daube, etc.

▶ **Recettes** : CANNELLONIS, COUSCOUS, FRIAND, GELÉE DE CUISINE, GLACE DE CUISINE, MARINADE, PAIN DE CUISINE, SALPICON, SAUCE, VELOUTÉ.

VIARD Cuisinier français du XIXe siècle, auteur d'un recueil de recettes intitulé *le Cuisinier impérial, ou l'Art de faire la cuisine et la pâtisserie pour toutes les fortunes, avec la manière de servir une table depuis vingt jusqu'à soixante couverts* (1806). Le « dispensaire » de cet « homme de bouche » connut au moins trente-deux éditions successives, sous des titres qui variaient selon les circonstances politiques : il devint *le Cuisinier royal* en 1817, sous la Restauration (avec un chapitre supplémentaire sur les vins, par Pierhugue), et même, en 1852, pour sa vingt-deuxième édition, *le Cuisinier national de la ville et de la campagne,* dont les auteurs mentionnés étaient Viart *(sic),* Fouret et Délan. En 1853, l'ouvrage redevint *le Cuisinier impérial de la ville et de la campagne,* augmenté de 200 articles nouveaux par Bernardi.

VICAIRE (GABRIEL) Poète français (Belfort 1848 - Paris 1900). Dans un recueil paru en 1884, *les Émaux bressans,* il chanta la province où il vivait, la Bresse, dont la cuisine est des plus réputées. Il signa également des chroniques gastronomiques.

VICAIRE (GEORGES) Érudit français (Paris 1853 - Chantilly 1921). Cousin du poète Gabriel Vicaire, il est l'auteur d'un *Manuel de l'amateur de livres au XIXe siècle* (huit volumes) et d'une étude sur Balzac imprimeur, mais il est surtout connu des collectionneurs de livres de cuisine pour sa précieuse *Bibliographie gastronomique* (1890), qui recense et décrit quelque 2 500 ouvrages sur la gastronomie et la cuisine, depuis le début de l'imprimerie jusqu'en 1890.

VICHY Nom d'un apprêt de carottes en rondelles, cuites à l'eau sur feu doux (avec du sucre et du bicarbonate de soude, ou « sel de Vichy ») jusqu'à absorption du mouillement. Les carottes Vichy (ou « à la Vichy »), servies avec du beurre frais et du persil, accompagnent bien les côtes de veau et le poulet sauté, saucés de leur déglaçage au fond de veau.

▶ **Recette** : CAROTTE.

VICHYSSOISE Potage au poireau et à la pomme de terre, lié de crème fraîche et servi froid, garni de ciboulette ciselée. Par extension, on appelle aussi vichyssoise un potage froid à base d'un légume différent (courgette, par exemple) et de pomme de terre.

vichyssoise

Émincer 250 g de blancs de poireau et couper en quartiers 250 g de pommes de terre épluchées. Faire fondre les poireaux à couvert, sans coloration, dans 50 g de beurre, puis ajouter les pommes de terre et

bien remuer. Mouiller de 1,75 litre d'eau, saler, poivrer ; ajouter 1 petit bouquet garni et porter à ébullition ; cuire de 30 à 40 min. Égoutter les pommes de terre et réduire les poireaux en purée au mixeur. Passer rapidement les pommes de terre dans le même appareil. Reverser le tout dans la casserole, ajouter 2 dl au moins de crème fraîche et porter de nouveau à ébullition en fouettant régulièrement. Laisser refroidir le potage et le mettre 1 heure dans le réfrigérateur. Le servir dans des tasses à consommé, parsemé de ciboulette ciselée.

VICTORIA Nom donné à de nombreux apprêts et sauces dédiés à Victoria, reine de Grande-Bretagne et d'Irlande (1819-1901), caractérisés par la richesse des ingrédients ou la recherche des préparations. Barquettes et bouchées, filets de sole, œufs pochés et mollets ou omelette fourrée Victoria ont en commun un salpicon de homard et de truffe diversement lié. Les coquilles de poisson Victoria, aux champignons et à la truffe, sont nappées de sauce Nantua et décorées de lames de truffe. La salade composée Victoria associe concombre en dés, salpicon de langouste, céleri-rave émincé, fonds d'artichaut et pommes de terre émincés, avec une julienne de truffe et un assaisonnement de mayonnaise rose. La garniture Victoria (pour petites pièces de boucherie sautées, nappées du déglaçage au madère ou au porto et au fond de veau lié) est faite de petites tomates, farcies de purée de champignon et gratinées, et de fonds d'artichaut en quartiers, étuvés au beurre. Les sauces Victoria concernent le poisson poché (sauce au vin blanc avec beurre de homard et salpicon de homard et de truffe) ou la venaison (espagnole relevée de porto, de gelée de groseille, de jus d'orange et d'épices).

La bombe Victoria est une glace plombières chemisée de glace à la fraise, et le *Victoria cake*, une sorte de plum-cake riche en épices et en sucre, où des cerises confites remplacent les raisins secs.

VIDE-POMME Petit instrument fait d'une gouge en métal emmanchée, dont l'extrémité forme une bague de 3 ou 4 cm de long. Le vide-pomme sert à ôter le « cœur » (pépins et péricarpe) des pommes avant de les cuire entières ou de les détailler en rondelles pour les beignets.

VIDELER Façonner un rebord sur le pourtour d'une abaisse en relevant petit à petit la pâte, que l'on replie de l'extérieur vers l'intérieur pour former un bord enroulé, qui maintient la garniture : on vidèle le tour d'une tarte que l'on fait cuire dans un cercle à flan, celui d'une tourte (pour joindre le couvercle au fond) ou l'ourlet d'un chausson aux pommes.

VIDER Retirer les viscères d'un poisson, d'une volaille ou d'un gibier ; le vidage fait partie de l'habillage.
– Les poissons de mer, en général vendus partiellement vidés, doivent être ébarbés et écaillés, ou débarrassés de leur peau grise. Pour les gros poissons ronds (colin), le vidage proprement dit s'opère ensuite par une incision sur le ventre ; pour les poissons plus petits ou les poissons-portions (merlan, truite), il se pratique par les opercules, afin d'éviter d'ouvrir la partie ventrale (sauf s'ils doivent être farcis). Les gros poissons plats (turbot) se vident côté peau noire, et les poissons-portions plats (sole), par une incision sur le côté droit. D'une manière générale, on retire les branchies (ouïes). Après le vidage, les poissons doivent être soigneusement lavés.
– Les volailles sont souvent disponibles déjà effilées (sans intestin). Le vidage, qui se fait après le flambage et le parage, consiste d'abord à décoller de la peau du cou, pour les supprimer, les tubes digestif et respiratoire, la graisse et les glandes ainsi que le jabot. Ensuite, on glisse l'index à l'intérieur, côté cou, pour décoller les poumons. Enfin, par l'orifice anal que l'on élargit légèrement, on extrait en une fois cœur, poumons, gésier et foie (en veillant à ne pas endommager la poche à fiel) : l'animal est alors prêt à être bridé ou découpé à cru.

VIEILLE Poisson de mer de la famille des labridés, à la bouche épaisse et dentée. Longue de moins de 30 cm, la vieille porte de superbes couleurs, à dominante verte ou rouge, parcourues de reflets dorés, mais sa chair est molle et assez fade.
– La vieille perlée (Manche et Atlantique), la plus fréquente et la meilleure, se cuisine surtout au four.
– Le labre vert, de forme allongée, et le merle, plus trapu, méditerranéens, sont plus petits et entrent dans la composition de la bouillabaisse.
– La coquette, enfin, pêchée sur tous les fonds rocheux, s'emploie aussi dans les soupes de poissons.

RECETTE DE JACQUES LE DIVELLEC

vieilles aux pommes de terre

« Faire blanchir à l'eau 250 g de lard de poitrine demi-sel et le détailler en lamelles fines. Peler et émincer 150 g d'échalotes. Éplucher 1 kg de pommes de terre, les couper en tranches fines, les laver et les éponger. Graisser de saindoux un plat allant au four ; y disposer en couches alternées des lamelles de lard et de pommes de terre, parsemées d'échalotes. Saler et poivrer. Arroser de 5 dl de vin blanc. Mettre à four moyen (200 °C) pendant 30 min. Écailler, vider et laver 4 vieilles de 400 g environ chacune ; les frotter à l'extérieur et à l'intérieur de sel et de poivre. Les poser sur les pommes de terre ; parsemer de noisettes de saindoux et faire cuire 10 min dans le four. Retourner les poissons et poursuivre la cuisson pendant 5 min encore. Servir brûlant dans le plat de cuisson. »

VIEILLISSEMENT Conservation d'un vin destinée à en améliorer les qualités organoleptiques. Ce mûrissement contrôlé peut se faire en évitant plus ou moins le contact avec l'oxygène de l'air : c'est le cas des vins

blancs et rouges classiques de type bourgogne, bordeaux et parfois côtes-du-rhône ; il peut aussi être obtenu par un contact constant avec l'oxygène de l'air : c'est le cas des VDN et des vins jaunes. Un vieillissement trop poussé conduit à une madérisation du vin qui nuit à sa qualité.

VIENNOISE (À LA) Se dit d'escalopes de veau ou de filets de volaille ou de poisson panés à l'anglaise et sautés, servis avec de l'œuf dur haché (blanc et jaune séparés), du persil frit et des câpres ; du beurre noisette est présenté à part. Cet apprêt est une interprétation française de l'authentique *Wiener Schnitzel* (littéralement, « tranche de Vienne », qui peut être de veau ou de bœuf), panée et cuite au saindoux, garnie d'une rondelle de citron et accompagnée d'une salade de pommes de terre, ou bien d'une salade verte et de pommes de terre rissolées ou en purée.

On a également baptisé « à la viennoise » des poussins ou des morceaux de poulet panés à l'anglaise et sautés, ou frits.

La garniture viennoise pour grosses pièces de boucherie comprend des croustades de nouilles frites garnies d'épinard en branches, accompagnées de céleris braisés et de pommes de terre à l'anglaise.

▶ **Recettes** : BEIGNET, CAFÉ (BOISSON), CHOCOLAT (BOISSON), CROQUETTE, KLÖSSE, NOQUE, VEAU.

VIENNOISERIE Ensemble des produits de boulangerie autres que le pain et les articles de pâtisserie tels que les galettes, les biscuits, les sablés, etc. La viennoiserie comprend traditionnellement les croissants, les pains au lait, les pains aux raisins, les brioches, les pains au chocolat, c'est-à-dire des apprêts de pâte levée ou demi-feuilletée.

VIÊT NAM La cuisine vietnamienne, bien qu'elle ait subi les influences de l'Inde et de la France, possède sa propre originalité, liée à la civilisation du pays, à sa géographie et à ses traditions paysannes.

■ **Au royaume du riz.** Le riz, largement cultivé dans les plaines, fait partie des cinq offrandes aux dieux et aux ancêtres du fait de sa grande importance (il nourrit les hommes). Riz gluant, utilisé surtout avec d'autres ingrédients, ou riz long et parfumé (*gao tam thom*, spécialité du Nord), il joue le même rôle que le pain sur les tables européennes. Il accompagne les plats, mais sert aussi à fabriquer le pain de riz, les pâtes (nouilles ou vermicelles) et les fameuses galettes. Celles-ci, humidifiées, enrobent les rouleaux de printemps, qui se consomment crus, ou les nems, qui sont frits. Les Vietnamiens, qui ont toujours à cœur de préparer – et présenter – joliment leurs plats, les aromatisent d'épices, d'herbes et de condiments très divers (ail, aneth, basilic, ciboule, citronnelle, coriandre, échalote, gingembre, menthe, oignon, persicaire, piment, poivre...) et les accompagnent de sauces caractéristiques comme le *mam tôm*, à base de crevettes, le *tuong*, le *nuoc tuong* et, surtout, le nuoc-mâm, omniprésent : fabriqué à partir de poissons fermentés et de sel, ce dernier comporte plusieurs qualités, selon le degré d'azote qu'il renferme.

■ **Des repas de plusieurs plats.** L'habitude de proposer plusieurs plats au cours du même repas est commune à tout le Sud-Est asiatique. La soupe fait partie des traditions. Celle de Hanoi, le *pho*, la plus connue, se prépare avec des légumes et des morceaux de bœuf ou de poule. Mais la plus populaire se nomme *chao* : faite de riz et d'eau, elle se consomme à longueur de journée. Les soupes, notamment celles de poulet, s'accompagnent souvent de salades composées de laitue, de soja, de menthe, de coriandre et de ciboulette. Légèrement sautés *(sao)* ou cuits en ratatouille *(ca bung)*, les légumes (aubergine, champignon, courgette, liseron d'eau, tomate) se servent seuls ou en accompagnement.

■ **Poissons et viandes.** Poissons, coquillages et crustacés se rencontrent plus souvent que la viande. Ils sont généralement cuits à la vapeur ou selon la technique du *kho* : une cuisson lente, avec du sel, du nuoc-mâm et du sucre caramélisé. Le porc tient cependant une place importante, le bœuf restant avant tout un outil de travail. L'épaule et le jambon sont à la base d'une préparation typique : le *gio lua*. Il s'agit d'une pâte de viande enveloppée dans des feuilles de bananier fraîches, puis cuite à l'eau. Découpée en morceaux, elle est servie à l'apéritif ou lors d'un buffet. Le porc peut également être haché, coupé en lamelles très minces ou en petits dés avant d'être sauté ; il peut être grillé au barbecue après avoir macéré dans une marinade d'épices et d'herbes aromatiques. Ces différents modes de cuisson sont appliqués au bœuf, mais aussi aux volailles. Les viandes les plus dures – certains morceaux de bœuf ou de poule –, souvent parfumées au gingembre, mijotent pendant des heures *(dim)*.

Viandes, poissons, crustacés et légumes sont réunis dans un plat très convivial : la fondue *(nhung dâm)*, dans laquelle un bouillon de vinaigre remplace l'huile.

■ **Fruits et desserts.** Les fruits sont aussi variés que le climat : abricot, ananas, banane, durian, goyave, kaki, litchi, mandarine, mangoustan, mangue, pamplemousse, papaye, pêche, ramboutan, sapote, etc. Ils constituent l'élément de base des desserts et servent aussi à agrémenter les préparations salées. De nombreux gâteaux sont à base de farine de riz gluant (*banh deo*, *banh côm*, fourré à la crème de lotus). Le *che*, une préparation sucrée, au maïs ou au lotus, et le flan de soja sont très appréciés.

■ **Boissons.** Le thé est la boisson la plus répandue. Mais les Vietnamiens consomment aussi couramment le *canh*, qui est en fait l'eau de cuisson des aliments. Le seul alcool fabriqué sur place est le *ruou dê*, un alcool de riz titrant 50 à 60 % Vol.

VIEUX PANÉ Fromage de lait de vache (50 % de matières grasses), à pâte molle et à croûte lavée. Le vieux pané se présente sous la forme d'un carré plat et mince pesant 2,2 kg. De création assez récente, fabriqué industriellement, il a une saveur franche de terroir.

▶
Viêt Nam. Dans une rue de Hanoi.
Ce marchand propose aux passants ses canards croustillants.



VIGNERONNE (À LA) Se dit d'apprêts ayant un rapport avec le raisin, la vigne ou les mets d'automne. La salade à la vigneronne à l'huile de noix associe pissenlit (parfois aussi mâche) et lardons rissolés ; elle est relevée d'un filet de vinaigre qui déglace la poêle chaude.

Les petits oiseaux à la vigneronne sont généralement cuits en cocotte avec des grains de raisin.

Quant aux escargots à la vigneronne, ils sont décoquillés, sautés à l'ail et à l'échalote, enrobés de pâte à frire additionnée de ciboulette, puis frits.

▶ **Recettes** : COMPOTE, JÉSUS, PERDREAU ET PERDRIX.

VILLAGEOISE (À LA) Se dit de viandes blanches ou de volailles pochées, accompagnées d'une sauce villageoise : soit une béchamel additionnée d'oignons étuvés, de fond de veau (ou de volaille) et de cuisson de champignon, passée, liée au jaune d'œuf et beurrée ; soit un velouté clair soubisé, lié au jaune d'œuf et à la crème, puis fini au beurre. On qualifie par ailleurs de « villageois » un consommé de poireau, souvent garni de pâtes.

VILLEROI Nom d'une sauce servant à enrober divers éléments, dits « à la Villeroi », qui sont ensuite panés à l'œuf et à la mie de pain et frits à grande friture : attereaux d'abats, brochettes de fruits de mer, tronçons de poisson, ris de veau, morceaux de poulet ou côtelettes de mouton ainsi traités sont servis avec une sauce tomate, diable, chasseur, aux champignons, etc. La sauce Villeroi est une allemande (grasse pour les viandes, maigre pour les poissons), additionnée soit de fond blanc et de cuisson de champignon, réduite, puis éventuellement complétée avec de l'essence de truffe, de la purée de tomate ou d'oignon, soit de truffe, de champignons hachés ou d'une mirepoix.

▶ **Recettes** : ATTEREAU, BROCHETTE, SAUCE.

VIN Boisson née du jus de raisin, dont le sucre s'est transformé en alcool par fermentation. Rouge, rosé ou blanc, le vin appartient intimement à la civilisation occidentale ; il participe depuis sa naissance aussi bien à la religion qu'à la fête.

■ **Histoire.** Les légendes et l'histoire entourent les origines du vin. La vigne *(Vitis vinifera)* est une liane indocile dont on a retrouvé des traces au Moyen-Orient dans des fossiles datant du début de l'ère tertiaire. Mais, pour avoir du vin, il fallut attendre que le premier vigneron ait l'idée de tailler cette vigne pour obtenir des raisins plus gros. Bacchus n'a pas inventé le vin ; celui-ci est plus probablement né au Proche-Orient, de l'expérience et de techniques transmises de génération en génération, 5 000 ou 6 000 ans av. J.-C.

Le vin gagna peu à peu l'Ouest et la Méditerranée. Les grandes civilisations contribuèrent au développement de la culture de la vigne et de la vinification. On a retrouvé à Our, en Mésopotamie, un panneau représentant une scène de libations. Les Égyptiens utilisaient le vin dans leurs rites funéraires quelque 3 000 ans av. J.-C. Quant à la Bible, elle y fait de très nombreuses allusions.

Au temps d'Homère, le vin était déjà de consommation courante ; il apparaît d'ailleurs dans *l'Iliade* et dans *l'Odyssée.* Avec l'expansion des Grecs, la vigne poursuivit son chemin vers la Sicile et la Campanie. Plus tard, les Romains la plantèrent dans tous les pays de leur immense empire. Ils se révélèrent des vignerons remarquables et donnèrent un formidable essor à la viticulture et aux méthodes de vinification.

Le vignoble des régions qui deviendront la France connut une période heureuse avec les Gaulois. Ceux-ci inventèrent le tonneau, qui finit par remplacer les amphores de l'Antiquité. Longtemps romain, le vin devint chrétien dès le début du Moyen Âge ; les ordres monastiques en furent les plus grands propagandistes. Le vin de messe est à l'origine des grands vignobles français, notamment celui de Bourgogne, qui doit tout aux cisterciens.

Au sud, le vignoble bordelais dut son succès aux Anglais et aux Hollandais, friands des vins de la Gironde. Au XVIIe siècle, son extension permit la découverte des fabuleuses terres du Médoc, donnant des vins promis au succès mondial. Avec la maîtrise de la fabrication du verre, permettant d'obtenir des bouteilles plus solides, les exportations connurent un formidable développement.

Cependant, à partir de 1864, le phylloxéra marqua un sérieux coup d'arrêt. Cet insecte venu d'Amérique laissa le vignoble français exsangue. Aucun traitement n'en venant à bout, on trouva la solution miracle en greffant la vigne française sur des porte-greffes d'origine américaine résistant à l'épidémie.

Lentement, le vignoble s'est reconstitué. Il couvre aujourd'hui 1,5 million d'hectares et produit par an en moyenne 75 millions d'hectolitres de vins qui se répartissent en quatre catégories selon leur origine et leur qualité.

• APPELLATIONS D'ORIGINE CONTRÔLÉES (AOC). Créées au début du XXe siècle, les AOC dépendent depuis 1935 de l'Institut national des appellations d'origine. Chacune d'elles est définie par une délimitation parcellaire, par un encépagement, par des méthodes de culture et de vinification et par des caractéristiques analytiques des vins. Les AOC, qui sont soumises à une épreuve de dégustation, regroupent tous les meilleurs vins de France. L'AOC peut concerner toute une région (Bourgogne), une commune (Meursault) ou un cru (romanée-conti).

• VINS DÉLIMITÉS DE QUALITÉ SUPÉRIEURE (VDQS). Ces vins d'appellation d'origine sont produits dans des régions de moindre potentiel que les AOC.

• VINS DE PAYS. Ces vins obéissent à une réglementation spécifique concernant les rendements, l'utilisation de certains cépages, la teneur en alcool ou l'acidité volatile. Ils sont sous le contrôle de l'Office national interprofessionnel des vins.

• VINS DE TABLE. Ces vins destinés à la consommation courante doivent seulement répondre à quelques normes précises concernant le degré alcoolique (8,5 ou 9 % Vol. au minimum), l'acidité et l'encépagement. Ils peuvent être « vin de table français » ou « vin de la Communauté européenne » s'ils proviennent d'un coupage de vins venus de pays différents.

■ **Élaboration.** Blanc, rosé ou rouge, c'est la couleur du vin qui commande la technique de vinification.

Dans la majorité des cas, quand on veut obtenir du vin rouge, le raisin est d'abord égrappé. Les baies sont ensuite foulées pour libérer une partie de leur jus avant d'être mises en cuve, où se déroule la fermentation. La transformation du sucre en alcool sous l'action des levures dure de 6 jours à plusieurs semaines selon les vignobles et le style que l'on veut donner au vin. Dans le même temps, la macération des peaux de raisin et du jus donne au vin rouge sa couleur et ses tanins.

Le vin blanc peut être élaboré à partir de raisins blancs ou rouges à jus blanc. Il existe de nombreux types de vinification en blanc. Dans la plus courante, les raisins sont égrappés, puis pressés, et le jus envoyé immédiatement en cuve où il fermente grâce à l'ajout de levures.

Depuis quelques années se sont développées d'autres techniques comme la macération préfermentaire des peaux pour extraire le maximum d'arômes ou la fermentation en barriques, une méthode réservée aux grands vins.

Quant aux vins rosés, ils sont obtenus par des procédés intermédiaires entre les vinifications « rouge » et « blanc ». Ainsi le rosé peut être élaboré soit par le pressurage direct d'un cépage rouge, soit par macération durant quelques heures avant pressurage.

Selon les régions, les vins peuvent naître d'un cépage unique (le chardonnay ou le pinot noir en Bourgogne) ou par assemblage de plusieurs cépages, comme à Bordeaux. Seuls les plus grands vins subissent un élevage en barrique de chêne qui leur donne finesse et élégance.

■ **Choix d'une cave.** La cave apparaît comme l'habitat naturel du vin. En effet, si certains vins peuvent être bus rapidement, d'autres demandent quelques années de vieillissement pour révéler leurs qualités.

Or les immeubles modernes ne réunissent pas toujours les conditions d'une cave idéale. En revanche, les vins ne sont pas si fragiles qu'on le dit généralement, même s'ils ne supportent pas les conditions extrêmes, une chaleur, une humidité ou une sécheresse excessives.

Une bonne cave doit toutefois répondre à certaines conditions qui assurent un bon vieillissement des vins. Elle doit se trouver en sous-sol, dans l'obscurité, car le vin craint la lumière qui le fait vieillir prématurément. Elle doit être suffisamment humide pour préserver la qualité des bouchons, qui pourraient se dessécher. Pour ménager la santé des vins, il faut aussi éviter de stocker dans la cave des produits qui dégagent des odeurs fortes comme la peinture, les cartons ou les légumes, susceptibles de s'infiltrer à travers le bouchon. Quant aux secousses, même légères, elles sont le plus grand ennemi du vin.

Pour résoudre les problèmes insolubles, il existe des caves d'appartement, montées sur amortisseur pour éviter les vibrations, qui offrent aux vins une température et une humidité parfaites.

La durée de vie d'un vin dépend de son terroir, du ou des cépages qui le composent, des méthodes de vinification, de l'élevage et de la qualité du millésime. Ainsi, un vin élaboré avec des cépages tanniques, élevé dans des barriques de chêne neuf, aura besoin de davantage de temps pour atteindre son apogée qu'un vin fruité qui n'a connu que la cuve. Aussi, le moment où un vin donnera le meilleur de lui-même ne peut être défini que par des moyennes : huit à vingt ans pour un grand bordeaux, neuf à quinze ans pour un bourgogne rouge, cinq à dix ans pour un bourgogne blanc, deux à cinq ans pour un cru du beaujolais. Quant aux champagnes, ils ne gagnent rien à séjourner en cave.

■ **Service et dégustation.** Le service des vins, sans être nécessairement cérémonieux, réclame cependant un peu d'attention et le respect de quelques règles simples. Si les vins jeunes n'exigent pas d'égard particulier, en revanche les vieilles bouteilles doivent être traitées avec respect. Avant l'invention du chauffage central, les vins rouges devaient être « chambrés » : sortant de la cave entre 12 et 13 °C, ils gagnaient ainsi quelques degrés avant d'être servis. Aujourd'hui, la température des appartements atteint souvent 20 °C, et il est inutile de les « chambrer ». Ce qui n'empêche pas que chaque type de vin se déguste à une juste température qui le met en valeur.

Les vins blancs secs sont servis entre 8 et 13 °C, les liquoreux entre 6 et 9 °C. Les vins rouges aromatiques demandent une température de 12 à 14 °C, les bourgognes, de 14 à 17 °C, les bordeaux de 16 à 18 °C. Le champagne enfin doit être ouvert entre 8 et 9 °C.

La décantation demeure toujours une opération délicate. Mettre le vin en carafe permet d'en éliminer le dépôt et de l'oxygéner pour développer ses arômes. Si une décantation de quelques heures est conseillée pour les vins tanniques jeunes, elle peut se révéler désastreuse pour des vins vieux et fragiles. Dans ce domaine, l'expérience et le bon sens sont les meilleurs conseillers.

■ **Mariage des mets et des vins.** Marier un vin et un plat est une aventure toujours exaltante mais souvent aléatoire. L'accord parfait demande de la modestie, de l'intuition et de l'expérience pour que naisse le « troisième goût » qui fera la fusion entre les arômes et les saveurs des mets et du vin.

Les propositions qui suivent n'ont qu'un but : ouvrir des pistes sur le chemin de la gourmandise. Elles représentent à la fois la grande tradition et des idées plus modernes.

• Vins blancs.

– alsace : escargots, tarte à l'oignon, faisan au chou ;
– bourgogne blanc : jambon persillé, sole au plat, lapin à la moutarde ;
– grands bourgognes blancs : asperges sauce mousseline, poularde en vessie, lotte aux légumes, langouste à la nage ;
– bordeaux blanc : huîtres, poisson à la basquaise, maquereau au vin blanc ;
– grands bordeaux blancs : homard à l'américaine, bar grillé, ris de veau à la crème ;
– val-de-loire blanc : plateau de fruits de mer, brochet au beurre blanc, andouillette grillée ;
– vins liquoreux : foie gras, feuilleté au roquefort, poulet au curry.

• VINS ROUGES.

– beaujolais : saucisson chaud, veau marengo, potée au chou ;

– bourgognes rouges : canard aux olives, coq au vin, aiguillette de bœuf à l'ancienne ;

– grands crus de Bourgogne : rognon de veau aux échalotes, bécasse rôtie, filet de bœuf aux morilles ;

– bordeaux rouges : canard aux navets, navarin printanier, entrecôte grillée ;

– grands crus de Bordeaux : foie de veau à l'anglaise, carré d'agneau grillé, perdreau rôti ;

– côtes-du-rhône du Nord : lièvre à la royale, filet de chevreuil, filet de bœuf aux truffes ;

– côtes-du-rhône du Sud : cassoulet, confit, pommes de terre à la sarladaise, daube provençale ;

– val-de-loire : pot-au-feu, côte de veau grand-mère, carré de porc pommes boulangères ;

– champagne : saumon fumé, saint-pierre rôti, poularde à la crème ;

– vins doux naturels : bleu d'Auvergne, gâteau au chocolat.

■ **Vocabulaire des vins.** Les dégustateurs professionnels et les amateurs éclairés emploient parfois, pour parler du vin, un vocabulaire technique dont voici les termes les plus usités.

– Acerbe : à la fois âpre et acide.

– Ambré : vin blanc vieux qui a acquis une couleur dorée comme celle de l'ambre, due à l'oxydation de sa matière colorante ; pour un vin jeune, cette couleur est un défaut.

– Arôme : odeur spécifique que chaque cépage communique au vin qui en est issu ; surtout sensible chez les vins jeunes, car il tend à s'estomper avec l'âge.

– Astringent : trop chargé en tanin ; ce caractère disparaît avec l'âge.

– Bouchonné : qui a un goût de bouchon ; ce défaut, qui rend le vin imbuvable, provient d'une maladie du liège.

– Bouquet : ensemble des qualités olfactives acquises par le vin au cours de sa fermentation et de son vieillissement.

– Brillant : parfaitement limpide.

– Brut : très sec, en parlant d'un champagne.

– Caractère : qualités bien marquées et facilement reconnaissables d'un vin.

– Charnu : qui a du corps, c'est-à-dire qui donne l'impression de remplir la bouche.

– Charpenté : à la fois corsé et charnu.

– Corsé : riche en alcool, bien coloré et de caractère marqué.

– Coulant : frais, agréable à boire, mais peu alcoolisé.

– Court : qui ne laisse pas d'impression durable sur le palais.

– Croûté : vin rouge vieux dont le dépôt est collé à l'intérieur de la bouteille et qui a intérêt à être décanté.

– Délicat : plutôt léger, fin et élégant, sans être un grand vin.

– Distingué : de très grande classe.

– Doux : qui renferme une certaine proportion de sucre non transformé en alcool.

– Dur : manquant de charme, par excès de tanin ou d'acidité ; ce défaut disparaît parfois avec l'âge.

– Élégant : fin et racé.

– Enveloppé : moelleux et velouté car il contient de la glycérine (sous-produit de la fermentation alcoolique).

– Épanoui : vin dont le bouquet emplit la bouche.

– Équilibré : dont les caractéristiques ne sont ni trop faibles ni trop marquées.

– Éventé : oxydé, généralement par une aération au cours de la mise en bouteilles ; le « goût d'évent » disparaît après un long repos à l'abri de l'air.

– Faible : pauvre en alcool et en bouquet.

– Fin : qui a un bouquet délicat ; on appelle communément « vin fin » tout vin AOC.

– Frais : vin jeune fruité et acide sans excès.

– Franc : sain, sans goût anormal.

– Fruité : dont la saveur rappelle celle du raisin ; qualité d'un bon vin jeune.

– Généreux : corsé, riche en alcool.

– Gouleyant : qui se boit facilement ; qualifie un vin léger, servi frais.

– Gras : charnu, moelleux et souple.

– Jeune : qui n'a pas atteint sa plénitude, en parlant d'un vin qui doit vieillir ; au mieux de sa forme, pour un vin qui se boit dans les trois ans.

– Léger : qui a une faible teneur en alcool.

– Liquoreux : très sucré, en parlant d'un blanc.

– Louche : trouble.

– Lourd : très alcoolisé et sans distinction.

– Madérisé : oxydé, en parlant d'un blanc, ce qui lui donne une couleur et une odeur évoquant le madère.

– Maigre : insuffisamment alcoolisé, sans caractère.

– Moelleux : doux et fruité, en parlant d'un blanc.

– Nerveux : auquel une certaine acidité donne du mordant.

– Nouveau : qui a moins de un an d'âge, en parlant d'un rouge.

– Onctueux : corsé, doux et gras.

– Perlant : qui présente un dégagement gazeux très léger, avec une sensation de picotement.

– Pétillant : légèrement mousseux.

– Piqué : qui a pris une saveur piquante, annonciatrice de la transformation en vinaigre.

– Plat : qui ne pétille plus, en parlant d'un mousseux ; sans intérêt, en parlant d'un vin tranquille.

– Plein : qui a du corps.

– Racé : qui a de la classe.

– Robe : couleur du vin.

– Robuste : corsé et puissant, grâce à une teneur élevée en alcool.

– Rond : bien équilibré, franc et loyal.

– Sain : franc de goût, dépourvu de défauts.

– Sec : non sucré, la quasi-totalité du sucre ayant été transformée en alcool par la fermentation ; s'emploie surtout pour les blancs.

– Séché : qui a perdu sa fraîcheur.

– Souple : peu chargé en tanin et peu acide, en parlant d'un rouge.

– Suave : d'une douceur exquise.

– Taché : blanc devenu légèrement rosé après avoir séjourné dans un tonneau ayant contenu du vin rouge.

– Tendre : jeune, frais et léger, se buvant facilement.

– Terne : manquant de caractère.

– Tranquille : non mousseux.

– Tuilé : qui a pris une teinte brique, en parlant d'un rouge guetté par la limite d'âge.
– Usé : qui a perdu ses qualités, en parlant d'un rouge trop vieux.
– Velouté : moelleux, doux comme du velours.
– Vert : provenant de raisins insuffisamment mûrs, ce qui provoque une acidité anormale.
– Vif : jeune, frais, agréablement acide.
– Vineux : fortement alcoolisé et sans finesse.

■ **Cuisine au vin.** L'usage des vins en cuisine est sans doute aussi ancien que la vigne. La pratique est née dans les régions de vignobles, puis bien des recettes comme le coq au vin ou le bœuf bourguignon ont été adoptées par la France entière. Pour réussir une union heureuse, la cuisine au vin obéit à certaines règles.

Rouge ou blanc, le vin doit être de qualité ; sans être nécessairement un grand cru, il sera franc et bien fait.

Matelote d'anguille, bœuf bourguignon, daube, civet, coq au vin, marinades : le vin rouge qui entrera dans ces plats devra présenter de la couleur, du corps, de la charpente, pour prendre toute sa place dans la recette. Ce pourrait être un bourgogne, un bordeaux, un vin des Côtes du Rhône, un cahors ou un chinon. Il est important de le flamber pour en éliminer l'alcool (celui-ci n'étant pas indispensable à la saveur du plat), mais aussi de le faire réduire lentement pour que sa saveur se concentre.

Pour les desserts comme les fraises ou les poires au vin, il faut en revanche des vins légers et fruités comme les beaujolais ou le chinon.

Avec les vins blancs, il faut savoir jouer sur les nuances. Les vins acides comme le muscadet, le sancerre ou le bordeaux peuvent servir à aromatiser des courts-bouillons pour les crustacés, les coquillages et les poissons.

Pour réaliser une sauce plus ronde qui accompagnera un poisson ou une volaille, il conviendra de choisir un vin plus tendre, tel qu'un côtes-du-rhône ou un bourgogne comme le meursault.

Certains vins liquoreux permettent de préparer des sauces remarquables pour accompagner un homard ou du gibier à poil.

▶ **Recettes** : BARBUE, BÉCASSE, BEURRE, BICHOF, BŒUF, CANARD SAUVAGE, CHEVREUIL, COQ, COURT-BOUILLON, FOIE GRAS, GELÉE DE CUISINE, MERLAN, POIRE, RAVIOLE, SANDRE, SAUMON, TARTE, VEAU.

VIN AROMATISÉ Boisson appelée aussi « apéritif à base de vin ». Le terme regroupe les vermouths, les vins aromatisés amers, les vins aromatisés à l'œuf, etc. Le vin doit représenter au moins 75 % du volume, et le titre alcoolométrique se situer entre 14,5 % et 22 % Vol.

VIN CHAUD Boisson à base de vin rouge, mélangé à du sucre, des épices ou des aromates, traditionnellement servie en hiver comme le punch ou le grog. Les recettes de vin chaud sont innombrables. Il peut être relevé de cannelle, de clou de girofle, de vanille ou de zeste d'orange, être mélangé à du thé, ou encore être renforcé de cognac ou de marc. Le vin chaud est très apprécié notamment dans les pays de montagne, en Allemagne et en Scandinavie.

vin chaud à la cannelle et au girofle

Laver une petite orange, la piquer de 2 clous de girofle et la laisser macérer 24 heures dans 1 litre de vin rouge. Retirer l'orange, verser le vin dans une casserole, sucrer à volonté, ajouter 1 bâton de cannelle. Porter à ébullition, puis retirer du feu et laisser infuser la cannelle suivant le goût. La retirer et réchauffer le vin.

VIN CUIT Boisson alcoolisée préparée en faisant bouillir un moût très sucré, auquel on ajoute, après réduction de moitié et filtrage, de l'eau-de-vie, des épices et des aromates.

En Provence, on prépare aussi une « liqueur des villageois », faite de raisins noirs cuits au four, pressés, puis additionnés d'eau-de-vie où ont macéré des pétales d'œillet, des clous de girofle et de la cannelle.

VIN DOUX NATUREL Vin préparé avec des raisins dont la richesse initiale en sucre est supérieure à 252 g par litre de moût. Pendant sa fermentation, il est muté par addition d'alcool, ce qui interrompt cette dernière et conserve une partie des sucres. Cette méthode est appliquée pour élaborer les vins AOC de Banyuls, Maury et Rivesaltes, et les muscats de Beaume-de-Venise et de Frontignan.

VIN GRIS Vin rosé très clair, obtenu en appliquant à des raisins noirs le procédé de fabrication du vin blanc, c'est-à-dire le pressurage immédiat sans cuvaison. Le « gris de gris » provient de cépages classés parmi les « noirs », mais dont la peau est peu colorée, comme le grenache, le cinsault et le carignan. Traditionnel en Lorraine (côtes-de-toul) et en Alsace (Schillerwein), le vin gris est également une spécialité préparée dans l'Hérault (golfe du Lion), en Provence (Var) et au Maroc (Boulaouane).

VIN D'HONNEUR Pratique encore courante de nos jours, surtout en province et dans les campagnes, consistant à réunir, en l'honneur d'une personne ou d'un événement, la municipalité, les notables et les citoyens pour porter quelques toasts, généralement avec un vin du cru. Pour les vins d'honneur de la mairie de Dijon, le chanoine Kir (alors maire) avait inventé un apéritif qui garda son nom.

VIN JAUNE Vin AOC du Jura et en particulier de Château-Chalon. Le vignoble, planté exclusivement en cépage savagnin, n'est vendangé que dans la première quinzaine de novembre, pour que soient obtenues une maturation complète du raisin (au moins 12 % Vol. en puissance) et une concentration sur pied des jus.

Au printemps de la deuxième année, le vin est mis dans des tonneaux de chêne épais, qui ne sont jamais ouillés, d'où une continuelle oxydation ménagée du vin. Il va y rester durant six ans au moins, durée fixée par la législation.

Il se forme alors à sa surface une pellicule composée de levure, similaire à la *flor* du xérès. Ce traitement spécifique donne un vin de prix d'un jaune superbe, sec, titrant 16 % Vol., à la saveur de noix et de prunes légèrement miellées ; les meilleurs crus font « la queue

de paon » dans la bouche. Le vin jaune se conserve très bien pendant un à deux siècles ; c'est le seul vin blanc qui se boive chambré. Il est utilisé en cuisine, surtout pour le coq au vin jaune, fleuron de la gastronomie franc-comtoise.

▶ **Recette** : POULARDE.

VIN DE LIQUEUR Vin dû à l'assemblage de moût en fermentation avec une eau-de-vie d'origine vinique. L'appellation « vin de liqueur » s'applique au pineau des Charentes (vin et cognac), au floc de Gascogne (vin et armagnac) et au macvin du Jura (vin et marc de Franche-Comté).

VIN MUTÉ Vin qui, au cours de sa fermentation, a reçu une certaine quantité d'alcool ou d'anhydride sulfureux. Le but du mutage est d'obtenir des vins doux conservant une certaine quantité de sucre. Ils doivent posséder au moins 14 ° d'alcool en puissance et reçoivent de 5 à 10 % d'alcool de titre supérieur à 90 % Vol.

VIN DE PAILLE Vin moelleux produit surtout dans le Jura et dans le nord des Cotes du Rhône. Il est obtenu par la vinification de raisins séchés, autrefois sur un lit de paille (d'où son nom). Aujourd'hui, les grappes sont suspendues dans un endroit sec et aéré pendant deux ou trois mois, le temps que les baies perdent une partie de leur eau et que le sucre se concentre. D'une couleur cuivrée à topaze, les vins de paille présentent des arômes de fruits confits, de l'harmonie et de la rondeur.

VIN DE PALME Boisson obtenue à partir de la sève du palmier, qui, en fermentant naturellement, peut atteindre 15 à 18 % Vol. Sous l'action de la chaleur, la fermentation commence dès la récolte de la sève ; après quelques heures, on a un liquide très légèrement pétillant, dont le goût rappelle celui du raisin.

VINAIGRE Liquide condimentaire (« vin aigre ») qui résulte de l'oxydation du vin ou d'une solution alcoolisée ; par la fermentation, l'alcool se transforme en acide acétique sous l'action de l'oxydation.

En 1865, Louis Pasteur découvrit que cette fermentation était due à un micro-organisme. Mais on savait fabriquer et utiliser du vinaigre, avec des emplois souvent plus diversifiés qu'aujourd'hui, depuis l'Antiquité : à Rome, le vinaigre allongé d'eau était une boisson courante des légionnaires et de la population. Orléans, grand centre du transport des vins par la Loire, devint très tôt la capitale du vinaigre, et la moitié du vinaigre de vin français y est toujours produite.

■ **Fabrication.** L'acétification, qui se produit au contact de l'air, donne un bon vinaigre si le vin, rouge ou blanc, titre entre 8 et 9 % Vol., s'il est léger, acide et bien dépouillé. L'opération se fait à une température de 20 à 30 °C.

La fermentation s'accompagne de l'apparition d'un voile régulier, gris velouté, qui s'enfonce progressivement dans le liquide en une masse gélatineuse ; c'est la « mère de vinaigre ». La qualité de ce dernier dépend toujours de celle du vin ; il doit renfermer au moins 6 ° d'acide acétique, être clair, transparent et incolore s'il provient de vin blanc, plus ou moins rosé s'il vient d'un rouge.

En France, on consomme surtout du vinaigre de vin, mais il existe aussi des vinaigres de cidre ou de malt, ainsi que des vinaigres diversement aromatisés, à la framboise, au miel... Le vinaigre d'alcool, cristal ou coloré, est surtout utilisé pour la conserve.

■ **Variétés.** On fabrique toujours des vinaigres de tradition artisanale : « vinaigre vieux à l'ancienne », souvent aromatisé, et « vinaigre d'Orléans », par exemple ; on les obtient en versant du vin rouge ou blanc dans des fûts de chêne où se trouve déjà la « souche », proportion de vinaigre qui reste dans le fût pendant une ou deux générations. Le vinaigre prélevé est filtré et mis en bouteilles, parfois après un vieillissement en fût ; il est frais et bouqueté, bien acide mais sans aucune âcreté.

Le vinaigre de xérès, fabriqué artisanalement aussi, est un peu plus corsé, comme le vinaigre de Banyuls.

D'autres vinaigres plus rares sont produits de la même façon, tels le vinaigre de malt, très doux, obtenu à partir du jus d'orge germée, le vinaigre de cidre, de teinte dorée, doux, ainsi que les vinaigres d'érable, de riz et même de lait (en Suisse).

Le vinaigre de vin industriel est fabriqué en vingt-quatre heures avec du vin rouge ou blanc, que l'on brasse avec des copeaux de hêtre trempés de vinaigre, méthode rapide (dite « allemande »), qui donne un produit mordant.

Caractéristiques des différentes variétés de vinaigres

variétés	fabrication	degré d'acidité	aspect	saveur
d'alcool	air insufflé dans un mélange de vinaigre et d'alcool de betterave parfois coloré (caramel, glucose)	6 à 8°	incolore ou coloré	d'alcool
balsamique	vinaigre de vin vieilli longtemps en fûts (huit bois différents successifs)	6-7 °	très foncé	très puissante, ronde
de cidre	fermentation acétique du cidre	5 °	doré	douce
de vin	fermentation acétique du vin (naturelle, sur copeaux, ou mécanique)	> 6 °	blanc ou rouge	selon le vin

■ **Emplois.** Essentiel dans la préparation des moutardes, des sauces froides et des vinaigrettes (où il est parfois remplacé par du jus de citron ou mélangé avec lui), le vinaigre joue également un rôle majeur dans les sauces cuites à base de réduction et les déglaçages ; il est indispensable pour les apprêts à l'aigre-doux, les macérations, les marinades et les conserves. Selon sa nature et son parfum, ses emplois sont néanmoins diversifiés.

– Le vinaigre d'alcool sert à limoner poissons et champignons ; il s'emploie aussi pour préparer petits oignons et cornichons.

– Le vinaigre de vin blanc convient pour assaisonner les salades croquantes, pour les marinades de viande et de gibier, pour confectionner le beurre blanc, la hollandaise et la béarnaise, pour finir le beurre noisette, ainsi que pour déglacer le récipient de cuisson des viandes blanches et préparer les poissons marinés. Il convient parfaitement pour préparer soi-même des vinaigres aromatisés.

– Le vinaigre de vin rouge, de goût plus affirmé, assaisonne plutôt les salades délicates ou un peu fades ; il permet d'apprêter le chou rouge, d'agrémenter le foie de veau poêlé, la sanguette, les viandes rouges, la sauce poivrade ou même les œufs sur le plat.

– Le vinaigre de cidre s'emploie, comme celui de vin blanc, dans les courts-bouillons de poissons, de crustacés et de coquillages, mais aussi pour le poulet au vinaigre, voire dans une compote de pomme ; on peut l'utiliser, ainsi que le vinaigre de malt, pour les maquereaux ou les harengs marinés, les chutneys et les salades où se mêlent fruits et légumes.

■ **Vinaigre maison.** La méthode consiste à verser dans un vinaigrier du vin blanc ou rouge de bonne qualité et à poser délicatement à la surface une parcelle de « mère de vinaigre » ; le récipient est alors bouché avec un tampon de papier (qui permet à l'air de passer) et laissé à la température ambiante pendant un mois au moins et deux mois au plus.

aiguillettes de canard au vinaigre de miel → CANARD
brochet au vinaigre → BROCHET
cerises au vinaigre à l'allemande → CERISE
cornichons au vinaigre, à chaud, cornichons au vinaigre, à froid → CORNICHON
écorce de melon au vinaigre → MELON
foies de raie au vinaigre de cidre → RAIE
grives à la purée d'oignon au vinaigre de xérès → GRIVE
noix au vinaigre → NOIX
pigeons rôtis, vinaigre à l'échalote → PIGEON ET PIGEONNEAU
poulet sauté au vinaigre → POULET

vinaigre à l'estragon

Blanchir 1 min 2 branches d'estragon dans de l'eau bouillante, les rafraîchir, les éponger, puis les introduire dans une bouteille contenant 1 litre de vinaigre de vin blanc. Laisser macérer 1 mois avant l'emploi.

vinaigre aux herbes

Peler 2 petits oignons et 2 échalotes, les émincer et les blanchir 30 s à l'eau bouillante, en même temps que 5 brins de ciboulette ; les rafraîchir, les éponger et les mettre dans un litre de vinaigre de vin vieux. Laisser macérer 1 mois avant l'emploi.

zestes de citron confits au vinaigre → ZESTE

VINAIGRETTE Sauce froide émulsionnée, faite du mélange instable d'un produit acide (vinaigre ou citron) et d'un produit gras (huile ou crème fraîche), de poivre et de sel, auquel on peut ajouter divers éléments, tels que : ail, anchois, câpres, cornichons, échalote, fines herbes, moutarde, œuf dur, oignon, etc. La vinaigrette, qui se sert parfois tiède, assaisonne les salades vertes et divers mets froids : légumes, viandes froides et poissons au court-bouillon. Elle passe pour être une sauce typiquement française (on l'appelle *french dressing* dans les pays anglo-saxons).

dindonne pochée vinaigrette à l'huile de noix → DINDE, DINDON ET DINDONNEAU

RECETTE DE RAYMOND OLIVER

sauce vinaigrette

« Mettre dans un bol un peu de sel à dissoudre dans 1 cuillerée à soupe de vinaigre (le sel ne se dissout pas dans l'huile) ; ajouter 3 cuillerées à soupe d'huile et du poivre. Mélanger bien. On peut remplacer le vinaigre par un autre acide, comme le jus de citron, d'orange, de pamplemousse. On mélange alors moitié jus de citron, moitié huile. On peut aussi remplacer l'huile par de la crème fraîche. »

VINAIGRIER Burette, le plus souvent en verre, utilisée pour le service du vinaigre à table, conjointement avec le flacon à huile.

Le vinaigrier est également un grand récipient en faïence, en grès ou en terre, en forme de bouteille ou de cruche, d'une contenance de cinq litres en général, muni, à la base, d'une cannelle permettant de soutirer le vinaigre au fur et à mesure des besoins : c'est l'ustensile traditionnel employé pour préparer soi-même son vinaigre.

VINCENT Nom d'une mayonnaise additionnée d'herbes ciselées ou en purée et d'œuf dur haché, accompagnant les crudités, les viandes et les poissons froids.

VINHO VERDE Vin blanc ou rouge du Portugal, produit par un vignoble localisé entre les deux fleuves Minho et Douro. Pour que le vinho verde soit peu alcoolisé (9 % Vol.) et très acide, on cueille les raisins avant maturité. Les blancs sont secs et légers, les rouges riches en tanins et très vineux.

VIOLET Animal marin très primitif des eaux méditerranéennes, dont les organes jaune vif sont entourés d'une « tunique » en forme de sac ; le violet ressemble à une grosse figue brun violacé, d'où son surnom de « figue de mer » (**voir** planche des coquillages et des mollusques page 324). Il possède deux orifices et se fixe sur les algues. Riche en iode et en manganèse, il se mange cru, comme l'oursin.

VIOLETTE Petite plante vivace de la famille des violacées, dont les fleurs violettes peuvent, lorsqu'elles sont juste écloses, décorer des salades et intervenir dans des farces de volaille ou de poisson. La violette odorante servait jadis à préparer des pâtes pectorales ; aujourd'hui, elle est surtout utilisée en confiserie.

Les violettes candies sont une spécialité de Toulouse : les fleurs entières sont versées dans un sirop de sucre, parfois coloré, auquel on laisse prendre un bouillon ; après cristallisation, elles sont égouttées et séchées ; on les emploie comme décor ou comme arôme d'entremets.

On fabrique également des bonbons de sucre cuit aromatisés à l'essence de violette, colorés et moulés en forme de violette.

▶ **Recette** : SOUFFLÉ.

VIROFLAY Nom d'un apprêt des épinards. Il s'agit de subrics faits de purée d'épinard, enveloppés de feuilles blanchies, puis nappés de sauce Mornay et gratinés au four. Les subrics d'épinard figurent en outre dans la garniture Viroflay pour grosses pièces de boucherie rôties, saucées de jus lié, avec des quartiers de fonds d'artichaut sautés et des pommes château.

VISITANDINE Petit gâteau rond ou en forme de barquette pleine, à la pâte riche. Il est parfois abricoté après cuisson et glacé de fondant au kirsch.

visitandines

Mélanger 500 g de sucre semoule et 500 g de poudre d'amande ; ajouter 150 g de farine tamisée, puis incorporer peu à peu 12 blancs d'œuf, en travaillant bien le mélange, et enfin 750 g de beurre fondu, à peine tiède. Ajouter pour terminer 4 blancs d'œuf très froids battus très fermes. Beurrer des moules à barquette et y déposer la préparation en petites masses, à l'aide d'une poche munie d'une grosse douille lisse. Cuire au four préchauffé à 220 °C jusqu'à ce que les gâteaux soient dorés à l'extérieur et moelleux à l'intérieur.

VITAMINE Substance organique, contenue dans les aliments et indispensable à la bonne utilisation de leurs principes nutritifs (lipides, protides et glucides). Les quantités de vitamines nécessaires sont très faibles (du microgramme au milligramme), mais elles doivent être fournies impérativement, et si possible chaque jour (elles ne sont, pour la plupart, pas stockées par l'organisme). Les carences vitaminiques peuvent être graves, mais elles sont rares lorsque l'alimentation est diversifiée et équilibrée.

La notion de vitamine ne date que de la fin du XIXe siècle. Dans un pénitencier de Java, un médecin hollandais, Eijckmann, constata que le béribéri apparaissait chez des sujets nourris exclusivement de riz blanc, ce qui l'amena à la déduction que le riz complet contenait un facteur préventif. Ce facteur, isolé en 1911, fut baptisé vitamine (« amine nécessaire à la vie »), mais on découvrit par la suite que les vitamines n'ont pas toutes la formule biochimique des amines. La maîtrise de cette science a permis de savoir que nombre de maladies considérées comme des épidémies (scorbut, béribéri, pellagre) étaient, en réalité, des maladies de carence, ou avitaminoses.

Selon leurs propriétés et leurs conditions de conservation, les vitamines, désignées par une lettre, sont classées en deux groupes :
– les vitamines hydrosolubles (solubles dans l'eau : C, PP et B) se trouvent dans les fruits, les légumes et les viandes, mais elles passent dans l'eau quand l'aliment trempe ou cuit, d'où l'intérêt de remployer, quand cela est possible, la cuisson de celui-ci ;
– les liposolubles (solubles dans les graisses : A, D, E et K) se trouvent surtout dans les viandes, le lait, les produits laitiers et les matières grasses.

VIVANEAU Poisson tropical des Antilles et d'Afrique, proche des dorades. Le vivaneau, robuste, qui pèse jusqu'à 2 kg, a une tête triangulaire terminée par un museau pointu, et de vives couleurs. Sa chair, fine et ferme, se prête très bien aux marinades de citron vert et d'épices, mais ce poisson se prépare aussi au lait de coco ou se fait simplement griller.

VIVE Poisson de mer de la famille des trachinidés, qui vit souvent enfoncé dans le sable, apprécié pour la qualité de sa chair, mais redouté pour ses épines venimeuses (**voir** planche des poissons de mer pages 820 et 821) ; il faut couper nageoires et piquants avant tout apprêt, en manipulant le poisson avec des gants.
– La grande vive (25 cm en moyenne), au corps allongé à dos brun rayé de bleu et à flancs jaunes, possède une tête courte, avec une large bouche et de gros yeux rapprochés. Elle a une chair ferme et parfumée ; ses filets se cuisinent comme ceux de la sole ; entière et vidée, elle se prépare comme le rouget ou grillée ; en tronçons, elle entre dans une matelote au vin blanc.
– La petite vive (grosse comme une sardine) n'a guère de saveur.
– L'uranoscope, de la même famille, ne se rencontre qu'en Méditerranée et intervient dans la bouillabaisse.

VIVEUR Synonyme de fêtard ou de noceur, surtout employé au XIXe siècle. Le mot a servi à désigner divers apprêts de cuisine assez riches ou épicés : le potage viveurs (ou des viveurs) est un consommé de volaille relevé au poivre de Cayenne, garni d'une julienne de céleri et servi avec des diablotins au paprika à part ; il peut aussi être coloré de jus de betterave et garni de petites quenelles de volaille. Quant à l'omelette viveur, elle est agrémentée d'une garniture de céleri-rave, de fonds d'artichaut et de bœuf coupé en petits dés.

VOANDZEIA Haricot de la famille des papilionacées, également appelé « voandzou bambara » ou « pois arachide », dont le fruit est une gousse jaune, contenant des grains comestibles sphériques, très riches en matières azotées. Cette variété joue un rôle alimentaire et économique important en Afrique tropicale, car c'est l'un des produits végétaux les plus nutritifs (367 Kcal pour 100 g). Elle a été aussi introduite en Amérique tropicale.

VODKA Alcool de grain, de pomme de terre ou de betterave, originaire de Pologne, que l'on prépare également en Russie et dans les pays Baltes. La distillation de la vodka est très poussée, puis rectifiée. La vodka nature n'a que peu de goût et de parfum ; on l'apprécie surtout pour le coup de fouet que donne l'alcool, qui titre entre 32,5 et 49 % Vol. Diverses vodkas de marque, russes et polonaises, sont aromatisées avec des plantes, des feuilles ou des baies. En Pologne, on prépare notamment la *zubrowka*, où macère une graminée appelée « herbe de bison ».

La vodka, naguère breuvage traditionnel des Polonais, qui la buvaient nature avant, pendant et après les repas, est devenue l'alcool national russe, mais aussi un alcool international, consommé surtout avec le caviar, le poisson fumé, etc. On l'emploie aussi pour flamber des écrevisses, aromatiser par déglaçage un sauté de veau ou la cuisson d'une volaille grasse, flamber une omelette d'entremets ou préparer un sorbet. La mode de la vodka en Occident débuta après la Première Guerre mondiale, aux États-Unis, où elle devint un élément privilégié des cocktails. Elle se boit également en digestif, ou encore additionnée d'eau gazeuse ; on l'ajoute aussi dans le jus de tomate (bloody mary).

▶ **Recette** : COCKTAIL.

VOILER Recouvrir d'un voile de sucre cuit au grand cassé et filé certaines pièces de pâtisserie comme les croquembouches ou des entremets glacés.

VOISIN Restaurant installé rue Saint-Honoré, à Paris, considéré comme l'un des meilleurs de la capitale entre 1850 et 1930. Son directeur fut d'abord Bellanger, qui monta une cave de bourgognes réputés. Le menu du réveillon de Noël 1870, dans Paris assiégé par les Prussiens, composé avec les meilleurs morceaux des animaux du Jardin d'Acclimatation, est resté célèbre : consommé d'éléphant, civet de kangourou, cuissot de loup sauce chevreuil, terrine d'antilope aux truffes, etc. Reprise par un Bordelais nommé Braquessac, la maison conserva sa réputation, avec, aux cuisines, le chef Choron, créateur entre autres d'une béarnaise tomatée. Les écrivains Alphonse Daudet, les frères Goncourt et Émile Zola étaient des habitués, ainsi que le prince de Galles. Le nom de Voisin reste attaché à une timbale de filets de caneton aux truffes en gelée.

▶ **Recette** : CANARD.

VOLAILLE Terme générique désignant l'ensemble des oiseaux élevés pour leur chair ou leurs œufs, ou les deux (canard, coquelet, dinde, oie, pigeon, pintade, poule, poulet), auxquels on ajoute le lapin domestique. La viande de ces animaux, riche en protéines et en vitamines B et PP, est à l'origine de plats simples et économiques, de grands classiques régionaux et des préparations les plus raffinées. En cuisine, on utilise le terme « volaille » pour la chair de poulet ou de poule, lorsqu'elle est utilisée dans des apprêts de base.

■ **Consommation.** La volaille la plus populaire en France est le poulet. Vient ensuite la dinde, plus largement consommée depuis qu'elle est vendue en morceaux. La France est par ailleurs le premier producteur de pintades du monde. Les oies sont aujourd'hui surtout engraissées pour la production de foie gras. L'élevage du canard, lui, s'est développé sous la double impulsion de la vogue du foie gras de canard et des magrets. Enfin, la France est le deuxième producteur mondial de lapins, après la Chine.

Une volaille conditionnée pour la vente doit porter un chiffre de 1 à 4, indiquant le « calibre » de l'animal (poids, compte tenu de sa présentation : éviscéré, vidé, etc.) ; le 1 correspond à un volatile jeune, pesant au maximum 850 g, prêt à cuire. En outre, une lettre, A, B ou C, indique la « classe » de la volaille (degré d'engraissement, développement des muscles, conformation). Enfin, l'animal peut porter une étiquette ou un label, qui précise son origine.

■ **Histoire.** Au Moyen Âge, la volaille (avec le petit gibier) était vendue par les « rôtisseurs-oyers » et les « poulaillers » ; l'élevage du pigeon était privilège féodal ; la poularde fit son apparition au XVe siècle. Sous la Renaissance, on commença à engraisser les volailles « à la mue ». Au XVIe siècle, le dindon, venu d'Amérique, était encore rare, mais la pintade, oubliée depuis les Romains, réapparut grâce aux Portugais, qui la rapportèrent de Guinée. À partir du XVIIe siècle, on établit une distinction entre les poulets de ferme, nourris en liberté, et ceux qui étaient engraissés. Canards de Barbarie et oies étaient alors plus recherchés que les lapins. Au XVIIIe siècle, l'oie était devenue un plat bourgeois, mais on faisait grand cas des canards de Rouen. À Paris, jusqu'à la fin du XIXe siècle, le marché de la volaille se situait à « la Vallée », quai des Grands-Augustins et dans les rues avoisinantes.

■ **Gastronomie.** Autrefois, on commençait souvent par faire pocher ou bouillir ce qui devait être rôti, et inversement, procédé encore utilisé par de grands chefs.

Les procédés classiques de cuisson de la volaille sont le rôti, le plus courant, le bouilli, le braisé (surtout pour les volatiles un peu vieux ou de grande taille, ainsi que les abattis), le sauté, et parfois la vapeur ou la grillade. La volaille farcie est une préparation qui se raréfie. Foies de volaille, gésiers et, plus rarement, crêtes et rognons de coq connaissent aussi divers emplois en cuisine.

La volaille donne lieu à des apprêts chauds ou froids, jamais crus. En cuisine ménagère ou régionale, les plus usuels sont les plats dits « en cocotte » ou « à la casserole », les fricassées, le salmis, la poule au pot et le coq au vin ; les plus élaborés regroupent l'aspic, la ballottine, les chauds-froids, les médaillons, les suprêmes, les turbans, les soufflés, les bouchées, les vol-au-vent et les apprêts « à la reine ».

Caractéristiques des différentes volailles * et des lapins

variétés	provenance	époque	aspect	particularités
caille d'élevage	toute la France	toute l'année	150-200 g, ronde	chair assez fine, grasse
canard				
aylesbury	Angleterre	toute l'année	massif, puissant	chair très fine
de Barbarie	toute la Francce	toute l'année	corpulent (4 kg), muscles abondants	chair plutôt ferme, très fine
blanc de l'Allier	Bourbonnais	toute l'année	assez corpulent	chair fine, peu grasse
de Challans	Vendée	toute l'année	petit	chair blanche, goûteuse
colvert	hémisphère Nord	nov.-déc.	petit	chair ferme, tendance « gibier »
mulard (croisement)	Sud-Ouest, pays de Loire, Vendée	toute l'année	moyen à gros selon gavage	chair un peu grasse, goûteuse
nantais	Nantes et région, Marais breton	juill.-déc.	lourd	chair assez ferme, fine, typée
orpington	toute la France	toute l'année	mi-lourd	chair fine
de Pékin	toute la France	toute l'année	petit, blanc pur	chair un peu grasse, très fine, délicate
de Rouen (clair)	Normandie	nov.-déc.	assez corpulent, belle ampleur	chair très fine
chapon	Landes, Bresse	déc.	jusqu'à 6 kg, jaune ou blanc	chair très fine, délicate
coq	toute la France	toute l'année	volumineux, 4-5 kg	chair ferme, goûteuse
dinde, dindon				
bronzé d'Amérique	toute la France	toute l'année	10-15 kg (mâle), 6-8 kg (femelle), noir, reflets cuivrés	chair succulente
dindon noir du Bourbonnais	toute la France	toute l'année	élégant, noir, reflets métalliques	chair succulente
dindon rouge des Ardennes	Ardennes	toute l'année	10 kg (mâle), 6-7 kg (femelle), fauve rouge uniforme	chair blanche, savoureuse
géline	Touraine	toute l'année	2-3 kg, peau blanche	chair ferme, très fine
oie				
oie d'Alsace	basse Alsace	fin juin-mars	4-4,5 kg, grise, gris clair ou blanche	pour foie gras
oie blanche du Poitou	Poitou	fin juin-déc.	6 kg, blanc pur	pour peau, duvet
oie du Bourbonnais	Allier	fin juin-déc.	7-9 kg, blanc pur	chair assez fine
oie d'Embden	Allemagne	fin juin-mars	10-11 kg, blanc pur	chair assez fine
oie grise des Landes	Sud-Ouest	fin juin-mars	6-7 kg, gris clair à foncé	pour foie gras
oie de Guinée	Asie	fin juin-mars	4-5 kg, grise à reflets brunâtres	chair très fine
oie normande	Normandie	avr.-déc.	4-5 kg, jars blanc, oie gris et blanc	chair assez fine
oie de Toulouse à bavette	Sud-Ouest	fin juin-mars	8-12 kg, grande	chair assez fine
oie de Toulouse sans bavette	Sud-Ouest	fin juin-mars	gris foncé à reflets bleu chatoyant	chair assez fine
pigeon d'élevage texan	toute la France	toute l'année	750-800 g, couleurs diverses	chair fine

Caractéristiques des différentes volailles * et des lapins

variétés	provenance	époque	aspect	particularités
pintade	toute la France	toute l'année	1,2-1,5 kg, ovoïde	chair typée, teintée
poularde, poule, poulet				
chair tendre				
orpington	toute la France	toute l'année	2,8-3,5 kg, corpulent	chair assez fine
wyandotte	toute la France	toute l'année	2,4-3 kg	chair assez fine
chair très fine				
de Bresse	Bresse	toute l'année	2-2,5 kg, pattes bleues	chair tendre, très blanche
Bresse gauloise, Houdan, bourbonnaise, faverolles claire	toute la France	toute l'année	2-2,5 kg	chair tendre, très blanche
marans	La Rochelle	toute l'année	2,8-3 kg, extra roux	gros œufs
sussex	toute la France	toute l'année	2,5-3 kg	chair assez ferme, goûteuse
poussin	toute la France	toute l'année	250-300 g	chair délicate
lapin (vendu avec les volailles)				
géant blanc du Bouscat	toute la France	toute l'année	5-6 kg	chair tendre
géant des Flandres	toute la France	toute l'année	5-7 kg	chair tendre
géant papillon français	toute la France	toute l'année	blanc, marques noires, 5-6 kg	chair tendre
lièvre belge	toute la France	toute l'année	3-4 kg, roux foncé	chair tendre
néo-zélandais	toute la France	toute l'année	4-5 kg, blanc pur	chair tendre
normand	toute la France	toute l'année	3-4,5 kg, gris garenne	chair tendre
rex du Poitou	Poitou	toute l'année	3,2-5 kg, fourrure dense	chair fine, soyeuse

* *Source : Société centrale d'aviculture de France*

aspic de volaille → ASPIC
attereaux de foies de volaille à la mirepoix → ATTEREAU
chaud-froid de volaille → CHAUD-FROID
consommé simple de volaille → CONSOMMÉ
crème de volaille → CRÈME-POTAGE
croustades de foies de volaille → CROUSTADE
farce de volaille → FARCE
feuilletés de foies de volaille → FEUILLETÉ
flan de volaille Chavette → FLAN
fond blanc de volaille → FOND
fritots de foies de volaille → FRITOT
galantine de volaille → GALANTINE
gâteau de foies blonds de volaille → GÂTEAU
glace de volaille → GLACE DE CUISINE
jambonnettes de volaille → JAMBONNETTE

médaillons de volaille Beauharnais

Faire étuver au beurre autant de fonds d'artichaut que de médaillons de volaille. Préparer une sauce Beauharnais et la réserver au chaud. Détacher les filets d'un gros poulet et les détailler en 2 ou 3 escalopes de même épaisseur. Les aplatir légèrement à l'aide d'une batte à côtelette et les parer pour leur donner une forme ronde ou ovale ; saler, poivrer et dorer au beurre. Frire dans du beurre des croûtons de même taille que les médaillons. Dresser chaque médaillon sur un croûton frit et le garnir d'un fond d'artichaut empli de sauce Beauharnais. Servir en saucière le reste de la sauce.

pain de volaille → PAIN DE CUISINE
pâté de foie de volaille → PÂTÉ
pâté pantin de volaille → PÂTÉ PANTIN
royale de purée de volaille → ROYALE
salade de volaille à la chinoise → SALADE

RECETTE DE JEAN-CLAUDE FERRERO

sot-l'y-laisse aux morilles

« Laver soigneusement 4 ou 5 morilles et les fendre en deux dans le sens de la longueur. Hacher 1 échalote grise épluchée. Fariner de 6 à 8 sot-l'y-laisse. Faire fondre 25 g de beurre dans une sauteuse à fond épais ; y faire revenir à feu très vif les sot-l'y-laisse et l'échalote hachée. Laisser prendre couleur, saler, poivrer et ajouter les morilles. Laisser cuire ensemble de 7 à 8 min, puis déglacer avec 1 dl de sauvignon et finir la cuisson à découvert. Une pointe de muscade râpée améliorera encore le goût. Ajouter 1 cuillerée à dessert de crème épaisse et laisser cuire de 10 à 12 min. Dresser dans un plat chaud. »

soufflé aux foies de volaille, soufflés à la volaille → SOUFFLÉ
suprêmes de volaille à blanc, suprêmes de volaille au sauternes et au citron confit → SUPRÊME
velouté de volaille → VELOUTÉ

RECETTE DE PAUL BOCUSE

volaille de Bresse Halloween

« Ouvrir une courge de 4 à 5 kg comme une soupière. Enlever les pépins, mettre au fond 200 g de riz et 50 g de riz sauvage, préalablement trempés dans l'eau tiède, 100 g de maïs, 200 g de champignons de Paris, 100 g de bacon coupé en dés et sautés à la poêle, 100 g de crème fraîche, 200 g de beurre, 50 g de raisins de Corinthe et 50 g de pignons de pin. Saler intérieurement au gros sel 1 volaille de Bresse de 1,8 kg et la mettre dans la courge. Recouvrir avec le chapeau et cuire 2 h 30 au four préchauffé à 200 °C. (On peut aussi la placer entre 4 grosses pierres, la recouvrir de mousse des bois, puis de terre glaise, allumer un feu de bois dessus et la laisser ainsi 3 heures.) À la fin de la cuisson, retirer la volaille, bien mélanger le riz, le maïs, le beurre, la crème et la chair de la courge, qui doivent se retrouver en purée. La courge sert de plat de service. »

VOL-AU-VENT Croûte ronde en pâte feuilletée de 15 à 20 cm de diamètre, munie d'un couvercle également en pâte, dont on garnit l'intérieur après cuisson. Le vol-au-vent, lorsqu'il est cuit, reçoit une garniture liée d'une sauce, dont la nature est très variable : à la bénédictine, aux champignons à la béchamel, aux escalopes de homard, aux filets de sole, aux filets de volaille émincés, à la financière, aux fruits de mer, à la Nantua, aux quenelles de volaille ou de veau, à la reine, aux ris de veau, au saumon, à la toulousaine, etc. Il peut encore s'agir d'une purée de crustacé ou de volaille, voire de gibier, que l'on complète d'un salpicon de l'ingrédient de base, et même de spaghettis liés de sauce tomate, additionnés de petits dés de jambon.

croûte à vol-au-vent : préparation → CROÛTE

vol-au-vent financière

Blanchir 50 g de ris de veau, les rafraîchir, les éponger, enlever la peau et les couper en gros dés. Détailler en dés moyens 200 g de quenelles de volaille. Blanchir 12 rognons de coq, puis les cuire au beurre 2 min ; les assaisonner de sel et de poivre. Dorer à la poêle 300 g de champignons en lamelles et les égoutter. Dans la même poêle, faire sauter 2 min les ris de veau salés et poivrés. Les réserver avec les champignons. Déglacer la poêle avec 10 cl de madère. Réduire légèrement et remettre les ris et les champignons ; couvrir et laisser mijoter 3 ou 4 min. Préparer un roux blond avec 40 g de beurre, 40 g de farine et 50 cl de bouillon de volaille. Ajouter sel, poivre, muscade, 1 petite boîte de pelures de truffe hachées et leur jus, et 1 dl de madère. Cuire doucement 10 min. Réunir dans une cocotte les ris, les champignons et leur jus, les dés de quenelle, les rognons de coq, 12 écrevisses décortiquées. Verser la sauce et laisser mijoter 4 ou 5 min. Hors du feu, au moment de servir, ajouter en remuant 1 jaune d'œuf délayé dans 1 dl de crème épaisse. Garnir les croûtes et poser les chapeaux dessus.

VOLIÈRE (EN) Se dit d'un mode de dressage très décoratif du gibier à plume (faisan et bécasse surtout) employé jusqu'au XIXe siècle. Sur l'oiseau cuit, on remettait en place la tête, la queue et les ailes déployées, ces éléments étant fixés par des chevilles de bois.

VOLNAY Vin AOC rouge de la Côte de Beaune, aux arômes de framboise et de violette, renommé pour la qualité de son terroir. Cette appellation, dotée d'admirables premiers crus (clos-des-chênes, champans, clos-des-ducs, caillerets, santenots, taillepieds) produit des vins qui allient la race, la finesse et le bouquet et qui se bonifient jusqu'à dix ans (voir BOURGOGNE).

VOLVAIRE SOYEUSE Champignon à chapeau soyeux, blanchâtre, et à lamelles roses à maturité, dont le pied, sans anneau, est enveloppé dans une ample volve. Sa chair blanche, au goût délicat et agréable, se prépare comme celle de l'oronge. Elle est particulièrement savoureuse quand la volvaire est très jeune.

VOSNE-ROMANÉE Vin AOC rouge de la Côte de Nuits, parmi les plus grands du monde, puissant mais délicat et velouté, d'une souplesse et d'une finesse exceptionnelles (voir BOURGOGNE).

VOUVRAY Vin AOC blanc du Val de Loire, tranquille, pétillant ou mousseux, frais et fruité (voir LOIRE).

VUILLEMOT (DENIS-JOSEPH) Cuisinier français (Crépy-en-Valois 1811 - Saint-Cloud 1876). Fils et petit-fils de maître d'hôtel, il commença son apprentissage chez *Véry*, devint l'élève d'Antonin Carême, puis s'établit à son compte à Crépy, ensuite à Compiègne, avant de prendre la direction du *Restaurant de France*, place de la Madeleine, à Paris, et de terminer sa carrière à *l'Hôtel de la Tête-Noire*, à Saint-Cloud. Ami d'Alexandre Dumas, il fut son collaborateur technique pour les recettes du *Grand Dictionnaire de la cuisine* (1873). Il organisa également en son honneur, à son retour de Russie, un banquet resté célèbre pour ses créations, toutes baptisées d'un nom évoquant le romancier et ses ouvrages : potages à la Buckingham et aux Mohicans, truite à la Henri III, homard à la Porthos, filet de bœuf à la Monte-Cristo, bouchées à la reine Margot, bombe à la dame de Monsoreau, salade à la Dumas, gâteau à la Gorenflot, crème à la reine Christine, etc.

► *Vol-au-vent financière*



WX

WALDORF Nom d'une salade composée, associant pommes reinettes et céleri-rave en dés, semés de cerneaux de noix pelés, assaisonnés d'une mayonnaise fluide. On lui ajoute parfois des rondelles de banane.

L'appellation concerne aussi un apprêt de filets de congre marinés, puis farinés et grillés, arrosés de beurre fondu, servis avec des petites pommes de terre au four et une mayonnaise américaine.

WALEWSKA (À LA) Nom d'un apprêt de poisson poché au fumet, garni de queues de langoustine coupées en deux en longueur ou en escalopes et de lames de truffe, nappé d'une sauce Mornay finie au beurre de crustacé et glacé au four.

▶ **Recette** : SOLE.

WAPITI Grand cervidé d'Amérique, proche du cerf européen, que l'on chasse notamment dans l'Ouest canadien. Il s'apprête comme tous les gibiers à poil.

WASHINGTON Nom d'une garniture pour volailles pochées ou braisées, faite de grains de maïs cuits à l'eau, liés de crème très réduite.

L'appellation concerne aussi un consommé dit « de petite marmite », garni de julienne de céleri-branche cuite au consommé, de julienne de truffe étuvée au madère, et une garniture de peau de joue de veau coupée en carrés et étuvée au madère et au jus de veau.

WATERFISH Nom d'une sauce anglaise ou hollandaise pour poisson. La sauce waterfish chaude (pour brochet et perche, notamment) est une réduction de vin blanc avec une julienne de légumes, mouillée de court-bouillon, réduite à nouveau, additionnée de hollandaise, puis garnie de persil.

La sauce waterfish froide est une gelée préparée avec le court-bouillon du poisson qu'elle accompagne, additionnée d'une julienne de légumes, de poivron rouge, de cornichons et de câpres ; le poisson en est nappé puis décoré de lanières d'anchois et servi avec une sauce rémoulade.

▶ **Recette** : SAUCE.

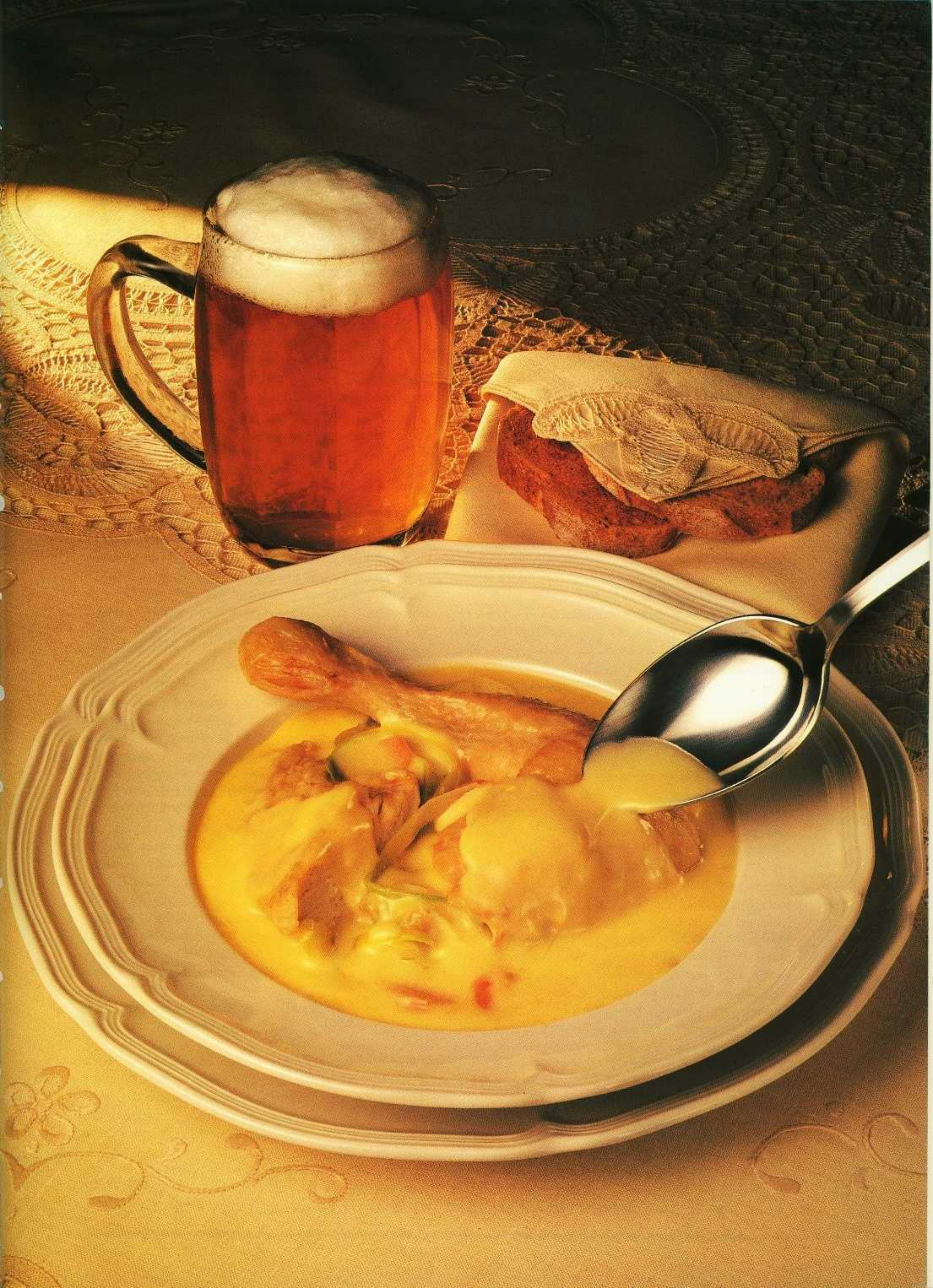
WATERS (ALICE) Née dans les années 1950, diplomée de « culture française », Alice Waters se marie en 1972 avec un négociant en vin, également restaurateur, et crée à Berkeley un restaurant de cuisine méditerranéenne, *Chez Panisse*, en hommage à Marcel Pagnol. Sa seule règle est la recherche systématique de produits d'exception, et, pour cela, elle s'entoure d'éleveurs et de maraîchers respectueux des principes de la culture biologique. Selon les arrivages et la qualité des produits, elle compose l'unique menu quotidien.

WATERZOÏ Plat de la cuisine flamande, préparé avec des poissons de la mer du Nord et de l'anguille, cuits au court-bouillon avec des aromates, des racines de persil et des légumes. Le waterzoï (ou waterzooï) se prépare également à Gand, avec une volaille découpée en morceaux.

waterzoï de poulet

Faire pocher 40 min environ un poulet entier dans un fond blanc aromatisé avec 1 oignon piqué de 2 clous de girofle, 1 bouquet garni, 1 pied de céleri et 1 poireau effilés. Préparer une julienne et la cuire dans une cocotte, avec un peu de bouillon de cuisson

▶
Waterzoï de poulet



du poulet. Découper le poulet en 8 morceaux et les disposer sur la julienne. Mouiller à hauteur avec le bouillon et cuire encore 30 min. Égoutter les morceaux de poulet, ajouter dans la cocotte 2 dl de crème épaisse et faire réduire pour rendre la sauce onctueuse ; rectifier l'assaisonnement. Remettre le poulet dans la cuisson et servir dans la cocotte avec, à part, des tartines grillées beurrées.

waterzoï de saumon et de brochet

Tailler en julienne 200 g de céleri-branche ; beurrer une cocotte et en masquer le fond ; saler, poivrer et ajouter 1 bouquet garni enrichi de 4 feuilles de sauge. Mouiller juste à hauteur de fumet de poisson (ou de court-bouillon) 2 kg de saumon et de brochet et ajouter 100 g de beurre en parcelles. Couvrir, cuire doucement 30 min et laisser refroidir. Nettoyer et couper en tronçons les poissons, les remettre dans la cuisson refroidie ; rajouter au besoin un peu de court-bouillon, couvrir à moitié, porter à ébullition et laisser pocher 20 min. Égoutter les poissons ; jeter le bouquet garni et incorporer à la cuisson un peu de biscotte écrasée. Faire réduire cette sauce, puis y réchauffer les poissons. Servir dans la cocotte, avec, à part, des tartines grillées beurrées.

WEBER Café-restaurant ouvert à Paris, rue Royale, en 1865, et agrandi d'un « bar américain » en 1898. On y servait du welsh rarebit, du jambon d'York, du bœuf mode froid, l'assiette anglaise, qui, dit-on, y fut créée, et du *whisky and soda*. Considéré jusque vers 1935 comme un restaurant « chic », l'établissement disposait d'une terrasse fréquentée tant par le petit monde de la haute couture que par les habitués de *Maxim's*. Il ferma ses portes en 1961.

WEISSLACKER Fromage allemand de lait de vache (30 à 40 % de matières grasses), à pâte molle et à croûte lavée (voir tableau des fromages étrangers page 498). Le Weisslacker se présente sous la forme d'un cube ou d'une petite meule de 125 g à 2 kg, sous papier métallisé. Il a une saveur accentuée et se sert traditionnellement avec du pain de seigle et de la bière Doppelbock.

WELSH RAREBIT Spécialité britannique composée d'une tranche de pain de mie grillée, nappée de cheshire (ou de cheddar) fondu dans de la bière blonde anglaise, avec de la moutarde anglaise et du poivre. Le toast garni est passé sous le gril et servi brûlant. En Grande-Bretagne (où le pain est doré à la graisse fine de rognon de veau), le welsh rarebit constitue un en-cas du matin ou du soir ; il s'accompagne exclusivement de bière.

welsh rarebit

Détailler en fines lamelles 250 g de cheshire et les mettre dans une casserole. Ajouter 20 cl de bière pale ale, 1 cuillerée à dessert de moutarde anglaise et du poivre. Chauffer le mélange en remuant jusqu'à ce qu'il soit fluide et homogène. Griller 4 tranches de pain de mie et les beurrer. Placer chacune d'elles dans un plat à feu individuel également beurré et les napper de la préparation au fromage. Passer 3 ou 4 min au four préchauffé à 260 °C. Servir très chaud.

WEPLER Brasserie ouverte en 1891, place Clichy, à Paris, non loin du *Père Lathuile*, dont elle espérait ravir la célébrité déclinante. En 1906, son propriétaire adopta la formule des bouillons Duval. *Wepler* redevint une brasserie vers 1930. C'est dans ce décor d'« aquarium triste et congelé » (René Crevel, 1900-1935), animé par un orchestre tsigane, que l'écrivain américain Henry Miller (1891-1980) s'installa. Pour le prix d'un café crème jamais renouvelé, il disposait de papier à lettres, d'enveloppes, d'encre et d'une plume : « Tout cela gratuit ! Cela ne se trouve qu'à Paris. »

WHISKY Eau-de-vie de grain, originaire d'Écosse, plus ou moins malté (les Irlandais écrivent « whiskey »). On distingue le whiskey irlandais du whiskey américain, lequel est du rye ou du bourbon (voir tableau).

• Scotch whisky. Après fermentation, l'orge est séchée sur un foyer dans lequel brûle de la tourbe d'Écosse, dont le fumet donnera à l'alcool son arôme si particulier. L'orge est ensuite broyée, délayée dans de l'eau et distillée en deux opérations, selon des méthodes artisanales. On obtient de cette façon le *malt whisky*, appelé *single malt* quand il est issu d'une seule distillerie et *pure malt* quand il s'agit d'un mélange de différents *malt whiskies*. La demande sans cesse croissante a conduit les producteurs à développer le marché des *blended whiskies*, mélanges de whisky de malt et de whisky de grain. Extrêmement répandus, ceux-ci se sont imposés dans le monde entier avec une dizaine de grandes marques. Mais, en France, la consommation des *pure malt* augmente nettement.

• Irish whiskey. Le whiskey irlandais était depuis longtemps produit et consommé à l'échelle familiale. Confectionné à partir d'orge, mais aussi de blé, de seigle et d'avoine, il n'est pas séché à la tourbe. Distillé trois fois, il subit, comme le whisky écossais, divers assemblages avant d'être commercialisé.

• Canadian whisky. Cet alcool de céréales canadien se retrouve sous de nombreuses appellations, au goût plus ou moins léger. Le maïs entre dans des proportions importantes dans les bouillies, mises à fermenter sous l'action d'orge maltée comme pour les autres whiskies.

• Corn whiskey. Alcool de grain américain, produit à partir d'un mélange de céréales contenant au moins 80 % de maïs.

• Bourbon whiskey. Ce whisky américain, le plus répandu, originaire du Kentucky, provient d'un mélange de maïs (51 % au moins), de seigle et d'orge maltée, vieilli deux ans au moins en fût de chêne brûlé.

• Rye whiskey. Alcool de grain américain, produit à partir du seigle.

Le whisky se boit généralement en apéritif, sur des glaçons, sec ou avec de l'eau plate ou gazeuse ; les Écossais le boivent avec un verre d'eau plate à part.

Il entre aussi dans la composition de nombreux cocktails, dont le « whisky collins », le « whisky sour » et le « bourbon sour » (voir IRISH COFFEE). En cuisine, il intervient dans diverses recettes (à base de poulet ou de coquillages, notamment), et certains amateurs le préfèrent de loin au cognac ou à l'armagnac pour le flambage.

▶ **Recettes** : CREVETTE, PÉTONCLE.

WINTERTHUR Nom d'un apprêt de la langouste, préparée comme le homard Victoria, mais garnie intérieurement d'un salpicon de langouste et de queues de crevette décortiquées, puis nappée d'une sauce crevette et glacée.

WLADIMIR Nom de divers apprêts datant de la Belle Époque. Le turbot ou la sole Wladimir sont pochés, nappés d'une sauce au vin blanc additionnée de tomate concassée et de clovisses pochées, puis glacés au four. Les petites pièces de boucherie Wladimir sont sautées, garnies de gousses de concombre étuvées et de dés de courgette sautés, puis saucées du fond de cuisson déglacé à la crème aigre, avec un assaisonnement de paprika et de raifort râpé. Les œufs sur le plat Wladimir sont cuits au miroir, puis poudrés de parmesan et garnis de dés de truffe et de pointes d'asperge.

WOK Grande poêle en fonte à fond bombé, légèrement conique, munie de deux anses et sans queue, très utilisée dans la cuisine chinoise, surtout pour préparer les sautés, mais aussi rôtis, fritures et même potages. L'avantage essentiel du wok est de permettre d'y remuer rapidement les ingrédients à saisir à feu vif sans qu'ils absorbent trop de matière grasse, selon le procédé de cuisson le plus courant en Chine pour cuisiner les aliments coupés en petits morceaux.

WORCESTERSHIRE SAUCE Sauce anglaise, dont la recette fut, semble-t-il, découverte au XIX[e] siècle en Inde par sir Marcus Sandys, originaire du comté de Worcester. De retour au pays, il demanda à des épiciers anglais, Lea et Perrins, de mettre au point une sauce proche des condiments indiens qu'il avait appris à aimer.

La Worcestershire sauce est composée de vinaigre de malt, de mélasse, de sucre, d'échalote, d'ail, de tamarin, de girofle, d'essence d'anchois et d'épices.

Caractéristiques des différents types de whiskeys et whiskies

types	**provenance**	**fabrication**	**vieillissement**	**arôme**
canadian whisky	Canada	maïs, seigle, blé ou orge ; 2 distillations	≥ 3 ans	plus ou moins léger
whisky de grain ou patent still whisky	Nouvelle-Écosse	avoine, seigle, maïs, malt (10-20 %) ; 2 distillations	≥ 3 ans	corsé
irish whiskey	Irlande	orge maltée non tourbée (avec parfois blé, avoine, seigle ou maïs) ; 3 distillations	≥ 3 ans, jusqu'à 8-15 ans	fruité, malté
scotch whisky (whisky de malt)				
Highlands malts	Écosse du Nord	orge maltée, tourbée ; 2 distillations	≥ 3 ans	léger, de fruité à salé et tourbé
Lowlands malts	Écosse du Sud	orge maltée, tourbée ; 2 distillations	≥ 3 ans	léger, fruité
Islay malts	île d'Islay	orge maltée, tourbée ; 2 distillations	≥ 3 ans	tourbé, très parfumé
Campbeltown malts	presqu'île de Kintyre	orge maltée, tourbée	≥ 3 ans	très parfumé
whiskey américain				
bourbon whiskey	Kentucky	≥ 51 % grains de maïs, orge maltée ; 2 distillations	≥ 2 ans (fûts charbonnés)	rond, mais puissant
corn whiskey	États-Unis	mélange de céréales (≥ 80 % maïs) ; 2 distillations	sans restriction (fûts non charbonnés)	très corsé
rye whiskey	Pennsylvanie, Maryland	mélange de céréales (≥ 51 % seigle) ; 1 à plusieurs distillations	≥ 2 ans	corsé
Tennessee whiskey	Tennessee	mélange de céréales ; 2 distillations	≥ 2 ans	très parfumé, marqué bois brûlé

De saveur piquante, elle est employée pour relever les ragoûts, les potages, les farces, les vinaigrettes, la sauce diable ou tomate, le steak tartare et les mets exotiques ; elle aromatise également divers cocktails, notamment le bloody mary, et le jus de tomate. Certaines variantes de la Worcestershire sauce comportent de la sauce soja, telle la *Lord Sandys' sauce*, que la célèbre épicerie londonienne Fortnum and Mason présente comme l'authentique « sauce de Worcester ».

WYNANTS (PIERRE) Cuisinier belge (Bruxelles 1939), fils et petit-fils des propriétaires du *Comme chez soi*, modeste bistrot bruxellois créé dans l'entre-deux-guerres. Pierre Wynants commence sa carrière à seize ans au *Savoy* de Bruxelles, puis en France, au *Grand Véfour* et à *La Tour d'Argent*, à Paris. En 1973, il reprend la direction de *Comme chez soi*, où son talent lui vaut une troisième étoile Michelin six ans plus tard. Sa cuisine au parfum des Flandres n'est pas exempte d'une touche wallonne.

XAVIER Nom d'une crème-potage ou d'un consommé lié à l'arrow-root ou à la farine de riz, garni de dés de royale simple ou de volaille. On peut l'aromatiser au madère, le garnir de rondelles de petites crêpes salées ou le servir avec des œufs filés.

XÉRÈS Vin espagnol très célèbre, appelé *jerez* dans son pays d'origine et *sherry* en anglais, élaboré en Andalousie, dans un triangle limité par Jerez de la Frontera, el Puerto de Santa María et Sanlúcar de Barrameda.

■ **Fabrication.** Le xérès est un vin muté dont le degré d'alcool est augmenté par l'addition d'eau-de-vie. La fermentation a lieu dans des chais bien aérés, les *bodegas*. D'abord tumultueuse, puis calme, elle dure trois mois ; les fûts sont alors classés en deux catégories : ceux dans lesquels a commencé à se développer une couche de fleur *(flor)*, destinés à donner du *fino*, sec et léger, sont mutés à l'eau-de-vie jusqu'à 15,5 % ; ceux où nulle *flor* ne s'est développée sont vinés à 18 % et donneront de l'*amontillado* ou de l'*oloroso*, plus coloré et plus puissant, auquel on ajoutera peut-être un peu de *pedro jimenez* (un cépage donnant un vin très noir et sucré car ses raisins sont séchés au soleil avant d'être pressés) pour le rendre plus doux.

Le xérès est ensuite vieilli suivant la méthode très originale de la *solera* et *criadera* : il est entreposé dans des fûts disposés en plusieurs rangées, souvent superposées, remplis aux cinq sixièmes de leur capacité et contenant des vins d'âge différent ; la rangée inférieure *(solera)* abrite le vin le plus vieux ; chaque fois qu'on en prélève pour le mettre en bouteilles, on le remplace par la même quantité de vin provenant de la rangée *(criadera)* immédiatement supérieure, qui est, à son tour, complétée par du vin de la *criadera* supérieure, etc. Les vins vieux font ainsi l'« éducation » des vins nouveaux. Ils ne sont donc jamais millésimés, puisqu'ils proviennent toujours d'un coupage fractionné.

Le *fino* doit se boire très jeune et ne vieillit pas en bouteille, tandis que les autres xérès peuvent se conserver plusieurs années, tels que l'*amontillado*, à l'arôme de noisette, et l'*oloroso*, idéal aussi pour l'apéritiif. La *manzanilla* est un *fino* élaboré à Sanlúcar de Barrameda, à l'embouchure du Guadalquivir : on dit que les embruns de l'océan lui donnent des arômes iodés tout en finesse et en vivacité.

XIMÉNIA Petit arbuste tropical de la famille des olocacées, dont le fruit, assez acide, est comestible.

XYLOPIA Arbre africain de la famille des anonacées, dont toutes les variétés donnent des baies sèches très aromatiques, utilisées comme condiment sous le nom de « poivre de Guinée », moins fin de goût que le poivre authentique, et dont l'odeur rappelle à la fois le gingembre et le curcuma.

YZ

YACK Ruminant à longs poils et au corps massif, vivant sur les hauts plateaux de l'Asie centrale (Tibet), où il est domestiqué ; utilisé comme animal de bât, il fournit aussi de la viande et du lait. La chair de yack se cuisine notamment en fines tranches passées dans du beurre bouillant, ou grillée sur des bambous ; les morceaux plus gros sont bouillis, après marinade si l'animal est vieux. Séchée avec les os, la viande est parfois réduite en une grosse poudre qui sert de base à des potages et des bouillies. Avec le lait, les Tibétains confectionnent des petits fromages cubiques très durs, ainsi que du beurre, qu'ils consomment rance.

YAKITORI Brochettes japonaises de volaille cuites sur des braises de charbon de bois. Il s'agit souvent de morceaux de foie, de chair de poulet, de boulettes de poulet haché avec de la ciboule, de champignons, parfois d'œufs de caille, de poivrons ou de noix de ginkgo, que l'on enfile par quatre ou cinq sur de fines brochettes de bambou ; celles-ci, une fois garnies, sont trempées dans une sauce dite *teriyaki* (saké, sauce soja, sucre et gingembre), puis grillées 4 ou 5 minutes.

YA-LANE Arbre originaire de Chine dont les boutons sont cueillis avant leur éclosion et confits dans du vinaigre pour donner un excellent condiment. Les fleurs, séchées, sont utilisées comme épice dans le riz.

YAOURT Lait fermenté, obtenu par l'action associée de deux ferments lactiques (*Streptococcus thermophilus* et *Lactobacillus delbrueckii* sp. *bulgaricum*, découverts par le biologiste russe Metchnikoff, assistant de Louis Pasteur) ; il se présente comme une sorte de lait caillé plus ou moins liquide, légèrement acide et peu stable. Fabriqué et consommé depuis des siècles dans les Balkans, en Turquie et en Asie, le yaourt (ou yoghourt, ou yogourt) fit une apparition fugace en France sous François Ier : un médecin juif de Constantinople soigna les troubles intestinaux du roi avec ce produit, mais remporta ensuite en Orient le secret de sa préparation.

Le mot et le produit qu'il désigne ne devinrent vraiment courants en France que dans les années 1920, lorsque de nombreux émigrés grecs et géorgiens, chassés par la guerre, en propagèrent le goût en le servant dans les restaurants qu'ils ouvrirent ou en le préparant artisanalement pour une clientèle restreinte avant d'en fabriquer pour les crémiers de quartier, en petits pots de grès. Marcel Aymé, dans *Maison basse* (1935), le considère encore comme un terme à expliquer : « Un matin, il rangeait des pots de yaourt, sorte de lait caillé d'une assez grande réputation, quoique sans orthographe bien sûre. »

■ **Préparation.** Malgré l'argument publicitaire du « goût bulgare » du yaourt, celui-ci est bien une invention turque, dont la recette authentique est assez éloignée de celle qui est connue en Occident : le lait de vache, de brebis ou de bufflonne (qui, de l'avis des connaisseurs, donne un produit plus dense et plus savoureux) est longuement bouilli (jusqu'à ce qu'il perde 30 % de son eau), versé dans une outre ou une jarre de terre cuite, puis abandonné à sa fermentation naturelle. Produit aujourd'hui industriellement et en grandes quantités (plusieurs millions de pots par jour), le yaourt peut aussi être préparé avec une yaourtière électrique, ou un récipient calorifugé et un thermomètre.

■ **Diététique.** Le yaourt est légèrement laxatif et de digestion facile ; il reconstitue la flore intestinale. Peu énergétique (de 44 à 70 Kcal et de 0,2 à 1,5 g de lipides pour 100 g, selon le lait employé), il contient des protides, des sels minéraux (calcium, phosphore) et des vitamines B1, B2 et PP.

On trouve aujourd'hui dans le commerce : le yaourt nature (de consistance plus ou moins ferme), parfois sucré ; le yaourt maigre (0,2 g de matières grasses) ; le yaourt « goût bulgare » (lait ensemencé incubé en cuve, puis brassé, de consistance crémeuse) ; le yaourt aromatisé (parfois coloré) et le yaourt aux fruits (brassé, puis additionné de morceaux de fruits, de confiture, etc.).

Le yaourt se voit concurrencé dans son utilisation par les laits fermentés au bifidus qui lui ont emprunté sa présentation en pots.

En Europe, les yaourts sont surtout consommés avec du sucre, du miel, de la confiture, des fruits frais ou secs, en dessert ou au petit déjeuner ; ils servent aussi à préparer des entremets froids ou glacés, ainsi que des boissons rafraîchissantes.

Les cuisiniers ont également découvert les qualités du yaourt comme base de sauces froides, en remplacement de la crème fraîche ; dans ce cas, on le stabilise avec un peu de fécule s'il doit cuire, notamment pour les potages, ragoûts, gratins, farces, etc.

En Asie et en Orient, en revanche, le yaourt connaît traditionnellement de très nombreux emplois : d'abord comme boisson glacée, battu avec un peu d'eau ; les Syriens, les Turcs et les Afghans l'emploient pour cuire viandes et légumes, pour assaisonner des salades de crudités (raita indienne ou cacik turc au concombre, relevés de fines herbes), pour préparer des potages ainsi que des sauces pour les brochettes grillées.

▶ **Recettes** : BOMBE GLACÉE, PORC, SALADE.

YAOURTIÈRE Appareil destiné à la fabrication ménagère du yaourt. Une résistance électrique, commandée par un thermostat, porte à la température voulue le lait additionné de ferments, placé sous une cloche isolante, dans des pots de verre ou de céramique. Dans certains cas, le chauffage est lent et continu ; dans d'autres, la mise en température s'effectue assez rapidement (1 heure env.) ; une minuterie coupe alors le chauffage, et l'incubation (5 ou 6 heures) se fait pendant que la température redescend doucement. Sur certains appareils, température et temps de chauffage sont variables, ce qui permet de modifier la consistance, et donc le goût, du yaourt.

YASSA Plat sénégalais, à base de mouton, de poulet ou de poisson découpés en morceaux qui sont marinés dans du jus de citron vert et des condiments relevés, puis grillés et saucés avec la marinade. On sert le yassa avec du riz ou du mil.

yassa de poulet

La veille (ou au minimum 2 heures à l'avance), découper un poulet en 4 ou 6 morceaux ; les faire mariner dans le jus de 3 citrons verts, avec 1/2 piment rouge fragmenté, 1 cuillerée à soupe d'huile d'arachide, 3 gros oignons émincés, du sel et du poivre. Égoutter les morceaux de poulet et les faire griller, de préférence sur des braises, en les faisant bien dorer sur toutes les faces. Égoutter ensuite les oignons de la marinade et les dorer dans une sauteuse avec un peu d'huile, puis les mouiller avec la marinade et 2 cuillerées à soupe d'eau. Ajouter les morceaux de volaille, couvrir le plat de cuisson et laisser mijoter 25 min. Servir le poulet très chaud, nappé de sauce, au centre d'une couronne de riz créole.

YORKAISE (À LA) Se dit d'apprêts d'œufs où intervient du jambon d'York. Les œufs froids à la yorkaise sont pochés, dressés sur des petites tranches rondes et épaisses de jambon avec un décor de cerfeuil et d'estragon, puis nappés de gelée au madère. Les œufs frits à la yorkaise sont préparés avec des œufs durs : ceux-ci sont coupés en deux et les jaunes sont tamisés, puis additionnés d'un salpicon de jambon lié de béchamel ; les œufs sont ensuite reconstitués, panés, frits et servis avec une sauce tomate.

YORKSHIRE PUDDING Spécialité britannique composée d'œufs, de farine et de lait, cuite au four, dans la graisse du rôti de bœuf qu'elle accompagne. Le four doit être très chaud pour cuire cette grosse pâte à frire : une fois la viande cuite et tenue au chaud, on récupère une partie de sa graisse, on augmente un peu le feu, puis on enfourne le Yorkshire pudding versé dans un plat graissé, pour 30 min. Le service complet de ce plat du dimanche comprend, outre le rôti, son jus et le pudding, des pommes de terre rôties, de la moutarde et de la sauce au raifort.

Yorkshire pudding

Battre 2 œufs et 1/2 cuillerée à café de sel ; incorporer 150 g de farine en fouettant. Ajouter 1/4 de litre de lait versé en mince filet et battre jusqu'à ce que le mélange soit mousseux. Mettre 1 heure dans le réfrigérateur. Chauffer dans un plat à rôtir 2 cuillerées à soupe de graisse de rôti de bœuf (ou de saindoux) jusqu'à ce qu'elle grésille ; battre la pâte encore une fois et la verser dans le plat. Cuire 15 min dans le four préchauffé à 210 °C, puis abaisser la température à 200 °C et poursuivre la cuisson 15 min. Servir brûlant.

YORKSHIRE SAUCE Sauce classique de la cuisine anglaise pour jambon braisé et canetons rôtis ou braisés, à base de porto, de zeste d'orange, d'épices et de gelée de groseille.

▶ **Recette** : SAUCE.

ZAKOUSKI Petits mets russes variés, chauds et froids, servis en assortiment avant le repas, avec de la vodka. L'origine de cette tradition toujours bien vivante est liée à l'hospitalité russe : les invités impromptus patientent autour d'une « table de zakouski », tandis que la maîtresse de maison prépare le repas proprement dit.

Les éléments d'une table de zakouski complète sont : le caviar et les œufs de poisson fumés, sur canapés de pain noir beurré ; des croûtons de pain de seigle évidés, garnis de choucroute et de tranches d'oie fumée ; des pirojki diversement fourrés, du poisson mariné ou fumé (saumon, anguille, esturgeon),

des boulettes de viande, du pâté de hareng, des œufs farcis, des salades à base de poisson ou de volaille, de betteraves et de pommes de terre agrémentées de fines herbes, ainsi que des gros cornichons à l'aigre-doux, des betteraves, des quetsches et des champignons marinés, le tout accompagné de pains divers, le plus souvent au seigle, parfumés au cumin, à l'oignon, au pavot. Les zakouski sont disposés sur un buffet ou sur des plateaux, où chacun fait son choix.

ZAMPONE Spécialité italienne originaire de Modène : il s'agit d'un pied de porc désossé, farci et étuvé, vendu prêt à cuire ou déjà cuit, et servi chaud.

zampone

Faire tremper un zampone 3 heures à l'eau froide ; bien gratter la couenne et le piquer de part en part avec une aiguille à brider. L'envelopper dans un linge fin, le ficeler aux deux bouts et au centre, puis le mettre dans une marmite et le couvrir d'eau froide. Porter à ébullition et laisser pocher 3 heures. Servir chaud, avec une purée de pomme de terre ou de lentilles, des épinards ou du chou braisé.

ZARZUELA Ragoût espagnol de poissons et de fruits de mer *(mariscos)*. Cette spécialité en associe toutes sortes, telles que calmars, cigales de mer, gambas, langoustines, moules, palourdes, etc., ainsi que des poissons de roche variés, coupés en tronçons ; on peut aussi y ajouter un homard ou une langouste et des coquilles Saint-Jacques. Le fond de cuisson est fourni par des oignons et des poivrons revenus à l'huile d'olive avec de l'ail, auxquels on ajoute du jambon fumé émincé, des tomates hachées, des amandes en poudre, du laurier, du safran, du persil et du poivre ; le mouillement est complété par du vin blanc et du jus de citron.

La zarzuela est servie dans sa cocotte de cuisson, avec des petits croûtons frits à l'huile. Cest un plat emblématique de la cuisine catalane.

ZÉBU Bovidé domestique originaire de l'Inde, répandu également en Malaisie, en Afrique et surtout à Madagascar. Le zébu se caractérise par une barre graisseuse sur le garrot. Il est exploité pour le trait et la production de viande.

ZÉPHYR Nom donné à divers apprêts salés ou sucrés, chauds ou froids, caractérisés par leur légèreté et leur consistance mousseuse et délicate ; il s'agit le plus souvent d'un soufflé. Quenelles, mousses ou petits gâteaux moulés en darioles, préparés en pilant du maigre de veau, de la chair de volaille, des filets de poisson ou des fruits de mer avec du beurre et des jaunes d'œuf, puis de la crème fraîche ou des blancs d'œuf en neige, prennent aussi le nom de « zéphyr ».

Les zéphyrs antillais sont des entremets faits de boules de glace parfumée à la vanille et au rhum, entourées de coques de meringue et accompagnées d'un sabayon au chocolat.

On appelle également « zéphyrs » des petits gâteaux faits de fonds à succès ou à progrès masqués de crème au beurre pralinée ou au café, superposés et glacés au fondant.

RECETTE DE MARIE-LOUISE CORDILLO (ÉD. FLAMMARION)

zéphyr aux fruits de mer

« Lavez soigneusement 2 litres de moules, faites-les ouvrir ; retirez la carapace de 300 g de crevettes grises ; réservez 6 moules et 12 crevettes. Hachez ensemble très finement les moules et les crevettes restantes. Faites un soufflé en mélangeant à feu doux 60 g de beurre et 75 g de farine, et en les délayant avec 1/2 litre de lait froid jusqu'à l'ébullition. Ajoutez alors 5 jaunes d'œuf, puis le hachis de fruits de mer. Les blancs, battus en neige très ferme, sont incorporés délicatement à l'appareil auquel on a ajouté les fruits de mer. Beurrez un plat à soufflé de 20 cm de diamètre. Versez-y la préparation, qui doit la remplir jusqu'aux trois quarts de la hauteur, et égalisez-la en secouant le plat. Faites cuire à four moyen, en chauffant surtout par-dessous. Pendant ce temps, roulez les moules et les crevettes entières dans 1/2 jaune d'œuf et 30 g de gruyère râpé ; lorsque le soufflé est presque cuit, versez sur le dessus les moules et les crevettes réservées avec un peu de fromage râpé (très vite pour que le soufflé ne retombe pas). Faites dorer à four très chaud et servez tout de suite. »

ZESTE Écorce extérieure, colorée et parfumée, de tous les agrumes. On prélève le zeste à l'aide d'un couteau spécial, le zesteur, ou d'un couteau économe, qui permet de séparer l'écorce de la partie blanchâtre et amère de la peau (le ziste).

Taillé en fine julienne ou en petits morceaux, le zeste s'emploie pour parfumer des crèmes, des pâtes à gâteau et des entremets. On peut aussi le confire, soit au sucre, soit au vinaigre (pour parfumer des terrines). Le zeste s'utilise encore râpé ou frotté sur des morceaux de sucre. Les zestes d'orange confits au sucre, parfois enrobés de chocolat, sont appelés « écorces d'orange » ou « orangettes ».

salade d'oranges maltaises au zeste confit → SALADE DE FRUITS

zestes de citron confits au vinaigre

Lever finement les zestes de 3 citrons et les détailler en julienne, puis jeter celle-ci dans une petite casserole contenant de l'eau bouillante et laisser bouillir doucement de 10 à 15 min. Égoutter la julienne, nettoyer la casserole et remettre les zestes dedans avec 1 grosse cuillerée à soupe de sucre et 1 verre de

vinaigre ; laisser réduire à petit feu jusqu'à ce qu'il ne reste plus de liquide. Rouler alors la julienne dans le caramel qui s'est formé.

ZINC Oligoélément jouant un rôle important dans de multiples processus physiologiques tels que le renouvellement des cellules, la synthèse des protéines, la production d'énergie à partir des glucides et la détoxification des radicaux libres ou de l'alcool. Nécessaire également à plusieurs hormones, dont l'insuline, le zinc intervient dans la croissance, le métabolisme des os, l'état de la peau, la défense contre les infections, la biologie de la sexualité, l'appréciation des saveurs, la vision des couleurs et la croissance des cellules nerveuses. Les aliments les plus riches en zinc sont les viandes (rouges surtout), les poissons, les fruits de mer, les céréales et les légumes secs.

ZINFANDEL Cépage noir à jus blanc, très répandu aux États-Unis, surtout en Californie. Le zinfandel donne des vins blancs légers et élégants qui vont du sec au doux, des rosés aromatiques et des rouges (dans ce cas, souvent associé à la syrah) massifs et tanniques.

ZINGARA Nom d'une sauce et d'une garniture faisant appel au paprika et à la tomate. La sauce zingara est un mélange de demi-glace et de sauce tomate, additionné de jambon, de langue écarlate et de champignons, et relevé de paprika. La garniture, utilisant les mêmes éléments, concerne notamment les escalopes de veau et le poulet sauté, poudrés de paprika, saucés du déglaçage à la sauce tomate et au madère.
► Recette : SAUCE.

ZISTE Petite peau blanchâtre qui se trouve entre la peau et la pulpe des agrumes. Le ziste est amer et doit toujours être enlevé avec précaution.

ZOLA (ÉMILE) Romancier français (Paris 1840 - *id.* 1902). De son ascendance italienne paternelle et de son enfance aixoise, Zola garda le goût des apprêts méditerranéens, provençaux ou piémontais.

Auguste Escoffier (1846-1935), qu'il rencontra à Londres, rapporte qu'il avait « un véritable culte pour le chou farci à la mode de Grasse » ; il aimait aussi les sardines grillées arrosées d'huile d'olive, ainsi que la blanquette d'agneau de lait à la provençale. Zola lui-même avouait : « Ce qui me perdra, ce sont les bouillabaisses, la cuisine au piment, les coquillages et un tas de saletés exquises dont je mange sans mesure. »

Attribuant aux mets de luxe la valeur symbolique de la réussite sociale, Zola passa parfois pour un parvenu, et les dîners qu'il offrait étaient souvent ostentatoires. Était-ce, comme dans ses romans, pour stigmatiser le « goût jouisseur de la bourgeoisie » ? Toujours est-il que son œuvre, des soupers fins de *Nana* aux modestes repas de *Germinal*, offre un panorama gourmand du Paris de son époque, à travers les restaurants parisiens en vogue des grands boulevards ou les guinguettes de banlieue.

ZUPPA INGLESE Entremets dû aux pâtissiers-glaciers napolitains venus s'installer dans les grandes villes d'Europe au XIXe siècle, inspiré des puddings anglais très en vogue à l'époque. La zuppa inglese est souvent une génoise imbibée de kirsch, fourrée de crème pâtissière et de fruits confits macérés dans du kirsch ou du marasquin, puis masquée de meringue italienne et dorée au four. Une autre variante de cette « soupe anglaise » consiste à superposer dans un plat à gratin des tranches de pain brioché dorées au four et des lits de fruits confits macérés dans du rhum, que l'on imbibe de lait bouillant additionné d'œufs battus et de sucre ; après cuisson, l'entremets est recouvert de meringue italienne et doré rapidement au four.

Annexes

Gastronomie pratique

Capacités et contenances 1122
Fours de cuisson 1123
Matériels de conservation et de congélation 1124
Tables alimentaires 1125
Aliments les plus riches en... 1129
Grands vins de France 1131
Confréries gastronomiques et vineuses 1139
Adresses des chefs et des restaurants 1145

Bibliographie 1150

Recettes des chefs et des restaurants 1158

Index des recettes 1165

Index général 1179

Tableaux des produits 1212
Proportions par personne 1212
Remerciements 1213
Illustrations 1215

GASTRONOMIE PRATIQUE

CAPACITÉS ET CONTENANCES

Ce tableau vous permettra, si vous n'avez pas à portée de main d'instruments de mesure précis, d'estimer approximativement la capacité et le poids des ingrédients dont vous avez besoin pour réaliser telle ou telle recette. Vous trouverez en bas un rappel de leurs équivalences au Canada.

	CAPACITÉS	CAPACITÉS	POIDS
1 c. à café	0,5 cl	5 cm^3	5 g (sel, sucre, tapioca), 3 g (fécule)
1 c. à dessert	1,5 cl	10 cm^3	
1 c. à soupe	1,5 cl	15 cm^3	5 g (fromage râpé), 8 g (cacao, café, chapelure), 15 g (sucre semoule, farine, riz, semoule, beurre, crème fraîche)
1 tasse à moka	de 8 à 9 cl	de 80 à 90 cm^3	
1 tasse à café	10 cl	100 cm^3	
1 tasse à thé	de 12 à 15 cl	de 120 à 150 cm^3	
1 tasse à déjeuner	de 20 à 25 cl	de 200 à 250 cm^3	
1 bol	35 cl	350 cm^3	300 g de farine, 425 g de sucre semoule, 440 g de légumes secs, 470 g de riz
1 assiette à soupe	de 25 à 30 cl	de 250 à 300 cm^3	250 g environ
1 verre à liqueur	de 2,5 à 3 cl	de 25 à 30 cm^3	
1 verre à madère	de 5 à 6 cl	de 50 à 60 cm^3	
1 verre à bordeaux	de 10 à 15 cl	de 100 à 150 cm^3	
1 verre à eau (ou à moutarde)	de 20 à 25 cl	de 200 à 250 cm^3	100 g (farine, café), 140 g (sucre glace, ou en morceaux), 160 g (coquillettes), 180 g (lentilles crues), 200 g (riz, sucre semoule, crème fraîche)
1 bouteille de vin	75 cl	750 cm^3	

POIDS : équivalence des mesures impériales et métriques (Canada)

1 oz	30 g
1/4 lb	125 g
1/3 lb	150 g
1/2 lb	250 g
3/4 lb	375 g
1 lb	500 g

CAPACITÉS : équivalence des mesures impériales et métriques (Canada)

5 ml	0,5 cl	2/3 tasse	15 cl
15 ml	1,5 cl	3/4 tasse	17,5 cl
1/4 tasse	5 cl	4/5 tasse	20 cl
1/3 tasse	7,5 cl	1 tasse	25 cl
1/2 tasse	12,5 cl		

FOURS DE CUISSON

Les fours, qu'ils soient à gaz ou à électricité, permettent de réaliser toutes les cuissons, même les plus subtiles. Les appareils professionnels sont aujourd'hui d'une grande sophistication.

FOUR ÉLECTRIQUE TRADITIONNEL

therm.	*°C*	*chaleur*	*emploi*
1	40-60	à peine tiède	meringues
2	60-80	tiède	macarons
3	80-100	très douce	flans, crèmes
4	100-130	douce	sablés, biscuits, plats à réchauffer, ragoûts
5	130-160	modérée	pâtés, flans, soufflés
6	160-190	moyenne	clafoutis, flans, choux
7	190-220	assez chaude	feuilletés, brioches, viandes blanches, poissons, volaille
8	220-250	chaude	viandes rouges
9	250-280	très chaude	grillades, gratins
10	280-310	vive	gratins, « coup de feu »

FOURS À MICRO-ONDES

500 W, 600 W et 700 W	décongélation, remise en température, cuisson

FOURS ET FOURNEAUX PROFESSIONNELS

type	*cuisine*	*pâtisserie*	*remarques (emplois particuliers)*
fourneaux			
fourneau « coup de feu »	X	X	gaz ou électricité
fourneau « feu vif »	X		gaz
fourneau d'appoint	X	X	gaz ou électricité
fourneau plaques mijotage	X	X (si à gaz)	
fourneau double service (plusieurs modèles)	X	X	gaz et électricité. Solide ; pour un usage intensif.
fours			
cuiseur à vapeur (« sans pression », ou « basse pression », ou « haute pression, polyvalents)	X		gaz ou électrique. Très bonne cuisson pour tous les aliments (sauf la pâtisserie)
four à convection forcée (four à air pulsé, four à chauffage direct)	X	X	gaz ou électricité. Service intensif, cuissons particulièrement remarquables pour la pâtisserie
four ventilé et polycuiseur	X	X	électricité. Cuisson sous vide à basse température
fours superposés à pâtisserie		X	électricité. Cuisson simultanée des grosses et petites pièces
fours superposés à rôtir	X	X	gaz ou électricité. Cuissons simultanées de moyennes et grandes quantités, à des températures différentes

MATÉRIELS DE CONSERVATION ET DE CONGÉLATION

Réfrigérateur, freezer, congélateur, armoire frigorifique ou chambre froide, tous ces appareils permettent de conserver ou de congeler les aliments. Leur efficacité dépend de leur température.

MATÉRIEL COURANT

classe	***températures***	***durée de stockage***
pas d'étoile		surgelés dans le freezer : 24 h
*	– 6 °C	surgelés (sauf les glaces) : 1 semaine
**	– 12 °C	surgelés : de 2 semaines à 1 mois ; glaces : quelques heures
***	– 18 °C	surgelés : jusqu'à la date limite
****	– 20 °C	produits frais à congeler

MATÉRIEL PROFESSIONNEL

type	***températures***	***capacités***	***usages***
armoires frigorifiques	+ 1 à + 6 °C	variable	tous usages
armoire frigorifique démontable		1 500 litres 270 kg	placards, compartiment et clayette ; pour petite et moyenne restauration
armoire frigorifique non démontable		1 500 litres 270 kg	conservation et stockage des aliments frais
armoire frigorifique à chariots		2 500 litres environ	établissemnts spécialisés dans les banquets, cocktails, réceptions
chambres froides	– 20 °C (froid négatif) de 0 à + 8 °C (froid positif)	de 2 m³ à 20 m³ (et plus)	
chambre froide maçonnée		variable (jusqu'à 200 m³)	
chambre froide préfabriquée			
congélateurs	de – 20 à – 30 °C	variable	
congélateur-conservateur armoire		variable 1 300 litres environ	tous types de restauration
congélateur coffre		très variable de 300 à 600 litres et plus	tous types de restauration
surgélateur-conservateur		2 600 litres environ	cuisines collectives
cellule de refroidissement rapide		20 à 150 kg environ	cuisines centrales, traiteurs, pâtisseries, etc.
cellule de congélation rapide			

TABLES ALIMENTAIRES

Au cours de la digestion, les aliments sont décomposés dans l'intestin en nutriments, petits éléments assurant chacun une ou plusieurs fonctions dans l'organisme.

On distingue ainsi :

- Les protéines : structure et fonctionnement des muscles et des organes.
- Les glucides : carburant énergétique facilement utilisable par les muscles et les organes.
- Les lipides : éléments de structure et carburant énergétique pour les muscles et les organes ; facilement mis en réserve dans la graisse corporelle.
- L'alcool : non indispensable ; directement brûlé par l'organisme.

Les calories, unités de mesure de l'énergie disponible dans les aliments, se trouvent dans les protéines, les glucides, les lipides et l'alcool, qui apportent respectivement 4, 4, 9 et 7 calories par gramme. 50 à 55 % des calories de la journée proviennent des glucides, 30 à 35 % des lipides, 10 à 15 % des protéines.

Les fibres interviennent dans la régulation du transit intestinal et dans le contrôle de l'appétit.

Les vitamines (comme la vitamine C) et les minéraux (comme le fer ou le magnésium) jouent un rôle indispensable dans de nombreuses fonctions de l'organisme.

Les valeurs sont données pour des aliments prêts à être consommés (par exemple après cuisson pour les pâtes ou les légumes secs).

* *en grammes pour 100 grammes d'aliments.*

	Protéines *	Glucides *	Lipides *	Calories *
VIANDES				
Agneau				
côtelette grillée	23	0	16	234
épaule dégraissée, rôtie	19	0	12	185
gigot rôti	25	0	13	217
Bœuf				
bifteck grillé	28	0	4	148
entrecôte grillée	24	0	12	203
faux-filet grillé	28	0	6	166
à pot-au-feu, cuit	29	0	14	240
rosbif rôti	28	0	4	148
steak haché 5 %	21	0	5	129
– steak haché 10 %	20	0	10	171
– steak haché 15 %	18	0	15	204
– steak haché 20 %	17	0	20	251
Cheval	21	0	3	107
Lapin et poulet	29	0	10	216
Porc				
côtelette cuite	29	0	25	340
échine rôtie	21	0	30	357
filet maigre cuit	29	0	5	158
rôti cuit	29	0	25	320
travers braisé	29	0	30	389
Veau				
côte	21	0	3	112
escalope	31	0	3	151
filet rôti	29	0	4	155
rôti	29	0	14	238

	Protéines *	Glucides *	Lipides *	Calories *
Abats				
cervelle	12	0	12	156
cœur	27	0	6	160
foie de veau	25	2	6	163
foie de volaille	21	3	11	194
langue de bœuf	24	0	18	258
ris de veau	18	0	4	106
rognons	25	0	7	164
Gibier				
canard rôti	25	0	10	188
chevreuil rôti	35	0	6	197
faisan rôti	32	0	9	214
sanglier	21	0	2	103
Charcuterie				
andouillette	20	0	8	152
bacon fumé cuit	26	0	31	388
boudin blanc	11	1	27	290
boudin noir	11	2	33	345
fromage de tête	23	0	13	207
jambon de Bayonne ou de Parme	23	0	13	206
jambon cuit dégraissé	30	0	5	167
jambon fumé	21	0	28	331
mortadelle	15	1	29	329
pâté de campagne	13	2	30	332
saucisse de Francfort	14	2	24	283
saucisson sec	26	2	41	479

	Protéines *	Glucides *	Lipides *	Calories *
POISSONS				
d'eau de mer				
anchois (conserve)	22	0	13	206
carrelet	19	0	2	94
colin	17	0	1	79
églefin	23	0	1	99
flétan	20	0	4	111
hareng frit	23	0	15	233
hareng fumé	22	0	14	210
hareng grillé	22	0	12	197
lieu noir	20	0	1	87
limande, sole	21	0	1	91
maquereau	22	0	12	191
merlan	21	0	1	92
morue, cabillaud	18	0	1	80
poisson-croquette frit	14	0	10	186
poisson pané	14	0	11	210
raie	20	0	1	89
sardine (conserve)	23	0	13	203
thon (conserve au naturel)	27	0	2	121
thon à l'huile (conserve)	20	0	12	188
thon à la vapeur	23	0	4	128
turbot	16	0	2	88
d'eau douce				
anguille	21	0	14	203
brochet	22	0	1	94
carpe	20	0	6	135
lotte	18	0	1	77
saumon fumé	22	0	7	146
saumon à la vapeur	20	0	12	188
truite	23	0	4	128
COQUILLAGES, CRUSTACÉS, MOLLUSQUES				
bigorneau	26	5	1	135
calamar	16	2	1	83
caviar	25	4	14	270
coquille Saint-Jacques	23	0	1	106
crabe (chair cuite)	20	0	5	127
crabe (conserve)	20	1	2	97
crevette	24	0	2	112
homard	20	1	2	96
huître	9	5	2	68
langoustine	12	29	18	323
moule	20	3	3	118
œufs de lump	14	3	5	114
ŒUF	13	1	11	153
PRODUITS LAITIERS				
fromage blanc 20 % MG	9	4	3	79
fromage blanc 40 % MG	8	3	8	116
lait demi-écrémé	3	4	2	45
lait écrémé	3	5	0	33
lait entier	3	5	4	62
milk-shake	3	19	2	103
petit-suisse 40 % MG	10	3	10	141
yaourt aromatisé	5	14	1	85
yaourt aux fruits	5	18	3	115
yaourt au lait entier	4	4	4	64
yaourt maigre	4	4	0	38
yaourt nature	4	5	1	49
FROMAGES				
à pâte cuite, type emmental, comté	29	0	28-31	370-400
à pâte fondue	18	3	22	281
à pâte molle, type brie, camembert, munster	17-23	0	21-29	280-330
à pâte persillée, type bleu, roquefort	20	0	29-32	340-370
à pâte pressée non cuite, type gouda, cantal, reblochon	23-25	0	25-30	300-350
de chèvre, à pâte molle	11	1	18	206
FÉCULENTS				
Pommes de terre				
au four	3	25	0	111
bouillies	1	20	0	84
chips	6	49	35	541
frites	4	33	14	270
Tapioca (cru)	1	94	0	381
Légumes secs				
haricot blanc	7	17	1	100
haricot rouge	8	11	1	80
lentille	8	17	1	102
petit pois	5	11	1	65
pois cassés	8	22	0	123
pois chiche	8	22	3	143

	Protéines *	Glucides *	Lipides *	Calories *
PRODUITS D'ORIGINE CÉRÉALIÈRE				
boulghour (blé concassé)	4	22	0,5	105
farine de blé	10	79	1	365
maïs	4	23	2	128
pâtes aux œufs	4	23	2	123
pâtes ordinaires	4	24	0	115
riz blanc	3	31	0	138
riz complet	3	29	1	132
semoule	6	36	0	170
BOULANGERIE				
croissant (ordinaire ou au beurre)	8	57	17	413
brioche	7	54	8	302
baguette	8	58	1	274
biscotte	10	79	4	392
pain au lait	9	53	6	302
pain complet	8	49	2	244
pain d'épice	7	68	4	336
pain de mie	8	54	3	271
LÉGUMES FRAIS				
asperge, betterave, brocoli, carotte, chou de Bruxelles, épinard, fenouil, poireau	0	7	0	30
aubergine, bette, champignon, chou rouge, chou vert, chou-fleur, cresson, endive, haricot vert, navet, oignon, poivron, potiron, radis, salade frisée, tomate	0	5	0	10
céleri, concombre, courgette, laitue	0	2	0	10
artichaut, cœur de palmier en conserve, germes de soja en conserve	0	10	0	40
FRUITS				
frais				
abricot, cassis, fraise, framboise, fruit de la Passion, orange, papaye, pamplemousse	0	10	0	40
ananas frais, figue fraîche, nectarine, pêche, poire, pomme, prune	0	12	0	50
banane, ananas au sirop, litchi en conserve, compote de pomme en conserve	0	20	0	80
cerise, grenade, litchi, mangue, mirabelle, myrtille, raisin	0	15	0	60
citron, coing, groseille, melon, pastèque	0	7	0	30
pruneau, salade de fruits en conserve	0	40	0	160
rhubarbe	0	5	0	20
gras				
avocat	2	3	22	220
olives noires	2	4	30	294
olives vertes	1	0	13	117
oléagineux				
amandes, cacahouètes, noix, pistaches, graines de sésame	20	10	50	580
noisettes, noix de coco	3-8	4-7	36	370
secs				
abricots, bananes, dattes, figues	0	65	0	260
ALIMENTS SUCRÉS				
bonbon	0	9	0	396
chocolat à croquer	5	65	30	550
chocolat au lait	8	59	32	557
confiture	0	69	0	278
crème de marron	4	60	3	279
crêpe Suzette	6	36	16	307
gaufre	6	44	10	299
glace au lait	4	25	7	173
lait concentré sucré	8	56	9	338
meringue	5	90	0	403
miel	0	76	0	305
pâte d'amande	9	52	24	460
pâte de fruits	1	56	0	228
pop-corn	8	57	30	534
poudre de cacao sucrée	6	80	6	398
sorbet	1	26	1	112
sucre blanc	0	99	0	396
sucre roux	0	95	0	380
BISCUITS				
d'apéritif (biscuit salé)	9	76	2	448
madeleines	6	44	11	299
petit-beurre	7	74	8	397
recouverts de chocolat	5	69	21	471

	Protéines*	Glucides*	Lipides*	Calories*
GÂTEAUX				
cake aux fruits confits	5	58	13	354
éclair (café ou chocolat)	6	23	12	226
quatre-quarts	6	53	26	464
tarte aux pommes	2	28	8	180
CÉRÉALES DU PETIT DÉJEUNER				
corn flakes	9	85	2	368
flocons d'avoine	14	68	7	384
muësli non sucré	9	62	8	356
à type de blé soufflé	15	79	1	385
à type de riz soufflé	6	90	1	416

	Protéines*	Glucides*	Lipides*	Calories*
MATIÈRES GRASSES				
beurre traditionnel	1	0	83	751
beurre allégé 40 % MG	7	2	42	411
crème fraîche 20 % MG	2	3	21	212
crème fraîche 30 % MG	3	4	30	298
crème Chantilly	2	10	31	331
huile (olive, tournesol, colza, maïs, etc.)	0	0	100	900
huile de paraffine	0	0	0	0
margarine traditionnelle	0	0	84	753
margarine allégée 40 % MG	1	1	42	378
mayonnaise traditionnelle	1	1	78	710
mayonnaise allégée	1	12	39	396

	Protéines*	Glucides*	Lipides*	Calories*
BOISSONS				
sucrées				
jus d'ananas	0	13	0	54
jus de citron	0	9	0	27
jus d'orange (frais ou en conserve)	1	10	0	47
jus de pamplemousse	0	9	0	37
jus de pomme	0	11	0	46
jus de raisin	1	16	0	66
jus de tomate	1	4	0	20
limonade ou fruité	0	12	0	48
soda au cola	0	11	0	42
soda aux fruits	0	11	0	44
sirop de fruit dilué	0	8	0	32
sans calories				
boisson allégée « light »	0	0	0	0
café, thé, tisanes non sucrés	0	0	0	0
eau, eau minérale	0	0	0	0

	Protéines*	Glucides*	Lipides*	Calories*	Alcool*
BOISSONS ALCOOLISÉES					
sucrées					
bière brune	0	3	0	37	4
bière export	0	5	0	68	6
bière de table (3 % Vol.)	0	3	0	32	3
brandy, cherry	0	30	0	330	30
cidre	0	3	0	38	4
liqueur	0	29	0	263	21
vin blanc (11 % Vol.)	0	2	0	70	9
vin doux (porto, muscat)	0	14	0	184	15
vin mousseux	0	1	0	73	10
sans sucre					
cognac, armagnac	0	0	0	243	35
eau-de-vie	0	0	0	252	36
gin	0	0	0	265	38
pastis	0	0	0	285	40
rhum	0	0	0	233	33
vin rouge (11 % Vol.)	0	0	0	63	9
whisky	0	0	0	252	36

Aliments les plus riches en fibres (g/100 g)

(Pour les légumes, les pâtes et le riz, la teneur en fibres est donnée pour 100 g de produit cuit)

Légumes	
Chou de Bruxelles	5 g
Chou-fleur, chou rouge, haricot vert, brocoli, carotte	3 g
Maïs, pomme de terre, épinard, asperge	2 g
Courgette, tomate, salade verte	1 g
Légumes secs	
Pois chiche	9 g
Haricots blanc, rouge	8 g
Lentilles	8 g
Flageolet	6 g
Petits pois	4 g
Produits d'origine céréalière	
Son brut	47
Céréales au son pour petit déjeuner /corn flakes	29 g / 1,6 g
Flocons d'avoine, muësli	7 à 10 g
Farine complète (blé, seigle)/blanche	10 à 15 g / 4 g
Pâtes complètes / pâtes courantes	3 g / 1 g
Riz complet / blanc	2 g / 1 g
Pain complet / blanc	5 à 6 g / 3 g
Fruits	
Fruits frais	1 à 3 g et jusqu'à 7 g pour le cassis
Fruits secs (abricot, pruneau, figue, raisin)	5 à 15 g
Fruit oléagineux	5 à 15 g

* *d'après* Répertoire général des aliments : *table de composition, 2ᵉ édition, Tec et Doc, Lavoisier/ INRA, 1995*

Aliments les plus riches en vitamine C (mg/100 g)

Les apports quotidiens recommandés pour un adulte s'élèvent à 60 mg.

Cassis frais, persil frais, goyave en conserve, poivron cru, radis noir, poivron cuit, brocoli cru	100 à 200 mg
Kiwi, brocoli cuit, chou de Bruxelles cuit, ciboulette, cresson, fraise, litchi, ris de veau braisé, chou rouge cru, céréales enrichies pour petit déjeuner, orange, citron frais, chou-fleur cru, jus d'orange frais	50 à 100 mg
Mangue fraîche, lime, clémentine, groseille, pétales de maïs enrichi, jus d'orange pasteurisé, jus de pamplemousse frais, chou-fleur cuit, mâche, cerfeuil frais, jus de citron frais, pomelo, salade verte, chou de Bruxelles appertisé, pissenlit, chou rouge cuit, ail, jus de pamplemousse pasteurisé, oseille cuite, framboise, melon, ratatouille, foie de veau cuit, nectar d'orange pasteurisé, radis.	25 à 50 mg

* *d'après* Répertoire général des aliments : *table de composition, 2ᵉ édition, Tec et Doc, Lavoisier/ INRA, 1995*

Aliments les plus riches en fer (mg/100g)

Les apports quotidiens recommandés s'élèvent à 10-15 mg chez l'homme adulte, 20-30 mg chez la femme adulte (besoin plus important en raison des règles). Le fer des aliments d'origine animale (viandes, produits de la mer) est mieux assimilé que celui d'origine végétale : 15 % contre 5 %.

Boudin noir cuit	22 mg
Viande de pigeon rôti	20 mg
Céréales au son pour petit déjeuner	15 mg
Foie d'agneau cuit, clam, praire ou palourde crus	14 mg
Bigorneau cuit	13 mg
Cacao en poudre	12,5 mg
Lièvre en ragoût	10,5 mg
Foie de volaille cuit	10,4 mg
Pâté de foie de volaille à tartiner	9,2 mg
Rognon cuit, farine de soja	9 mg
Viande de faisan rôti	8,5 mg
Lentilles sèches, germe de blé	8 mg
Moule cuite	7,9 mg
Foie de génisse cuit, cœur de bœuf cuit	7,5 mg
Haricots blancs secs, pistaches grillées	7 mg
Céréales chocolatées pour petit déjeuner, riz soufflé enrichi, foie gras, graine de tournesol	6,4 mg
Foie de veau cuit, huître crue, pétales de maïs enrichi	6 mg

* *d'après* Répertoire général des aliments : *table de composition, 2ᵉ édition, Tec et Doc, Lavoisier/ INRA, 1995*

Aliments les plus riches en magnésium (mg/100 g)

Les apports quotidiens recommandés pour un adulte s'élèvent à 350 mg.

Cacao en poudre	520 mg
Graine de tournesol	387 mg
Céréales au son pour petit déjeuner	340 mg
Bigorneau cuit	300 mg
Farine de soja	256 mg
Noix de cajou salée, amande, germe de blé, bulot ou buccin cuit, escargot	250 mg
Cacahouète, haricot blanc sec, pâte d'arachide	180 mg
Noisette, noix, pistache grillées	160 mg
Farine de sarrasin, flocons d'avoine	150 mg
Riz complet cru, blé soufflé pour petit déjeuner, blé entier	140 mg
Farine de blé complet, pâte d'amande	125 mg
Chocolat à croquer, cube de bouillon, lait écrémé en poudre	112 mg
Lait demi-écrémé en poudre	105 mg
Mélange graines salées et raisins secs, muësli	103 mg
Boisson maltée sucrée en poudre, lentille sèche	100 mg
Lait entier en poudre, farine de seigle, oseille cuite, bette cuite	85 mg
Pain complet	81 mg

* *d'après* Répertoire général des aliments : *table de composition, 2ᵉ édition, Tec et Doc, Lavoisier/ INRA, 1995*

GRANDS VINS DE FRANCE*

*extrait de *les Vins*, du docteur Gérard Debuigne (Larousse, Paris, 1996)

Crus du Bordelais

Classification des crus du Médoc

Classement de 1855

La classification officielle, datant de 1855, avait toujours été en usage depuis son institution. Mais l'arrêté du 21 juin 1973 a mis en vigueur un nouveau classement pour les premiers crus du Médoc. En vertu de cet arrêté, les premiers crus, classés par ordre alphabétique, admettent désormais mouton-rothschild dans leur rang. Pour les autres crus classés en 1855 dans les deuxièmes, troisièmes, quatrièmes et cinquièmes crus, aucun changement n'est intervenu : ces crus sont répertoriés non par ordre alphabétique ou géographique, mais par ordre de mérite.

PREMIERS CRUS

Châteaux	Communes
Château lafite-rothschild	Pauillac
Château latour	Pauillac
Château margaux	Margaux
Château mouton-rothschild	Pauillac

DEUXIÈMES CRUS

Châteaux	Communes
Château rausan-ségla	Margaux
Château rauzan-gassies	Margaux
Château léoville-las-cases	Saint-Julien
Château léoville-poyferré	Saint-Julien
Château léoville-barton	Saint-Julien
Château durfort-vivens	Margaux
Château lascombes	Margaux
Château gruaud-larose	Saint-Julien
Château brane-cantenac	Cantenac-Margaux
Château pichon-longueville-baron	Pauillac
Château pichon-longueville-comtesse-de-lalande,	Pauillac
Château ducru-beaucaillou	Saint-Julien
Château cos-d'estournel	Saint-Estèphe
Château montrose	Saint-Estèphe

TROISIÈMES CRUS

Châteaux	Communes
Château giscours	Labarde-Margaux
Château kirwan	Cantenac-Margaux
Château d'issan	Cantenac-Margaux
Château lagrange	Saint-Julien
Château langoa-barton	Saint-Julien
Château malescot-saint-exupéry	Margaux
Château cantenac-brown	Cantenac-Margaux
Château palmer	Cantenac-Margaux
Château la-lagune	Ludon
Château desmirail	Margaux
Château calon-ségur	Saint-Estèphe
Château ferrière	Margaux
Château marquis-d'alesme-becker	Margaux
Château boyd-cantenac	Cantenac-Margaux

QUATRIÈMES CRUS

Châteaux	Communes
Château saint-pierre	Saint-Julien
Château branaire-ducru	Saint-Julien
Château talbot	Saint-Julien
Château duhart-milon-rothschild	Pauillac
Château pouget	Cantenac-Margaux
Château la-tour-carnet	Saint-Laurent
Château lafon-rochet	Saint-Estèphe
Château beychevelle	Saint-Julien
Château prieuré-lichine	Cantenac-Margaux
Château marquis-de-terme	Margaux

CINQUIÈMES CRUS

Châteaux	Communes
Château pontet-canet	Pauillac
Château batailley	Pauillac
Château grand-puy-lacoste	Pauillac
Château grand-puy-ducasse	Pauillac
Château haut-bataille	Pauillac
Château lynch-bages	Pauillac
Château lynch-moussas	Pauillac
Château dauzac	Labarde-Margaux
Château d'armailhacq (ex-mouton-baron-philippe)	Pauillac
Château du-tertre	Arsac-Margaux
Château haut-bages-libéral	Pauillac
Château pédesclaux	Pauillac
Château belgrave	Saint-Laurent
Château de-camensac	Saint-Laurent
Château cos-labory	Saint-Estèphe
Château clerc-milon	Pauillac
Château croizet-bages	Pauillac
Château cantemerle	Macau

Classification des crus de Sauternes et de Barsac

Les crus de Sauternes ont été classés officiellement en 1855,
en même temps que ceux du Médoc.

PREMIER CRU SUPÉRIEUR

Château	Commune
Yquem	Sauternes

PREMIERS CRUS

Châteaux	Communes
La tour-blanche	Bommes
Lafaurie-peyraguey	Bommes
Clos-haut-peyraguey	Bommes
Rayne-vigneau	Bommes
Suduiraut	Preignac
Coutet	Barsac
Climens	Barsac
Guiraud	Sauternes
Rieussec	Fargues
Rabaud-sigalas	Bommes
Rabaud-promis	Bommes

DEUXIÈMES CRUS

Châteaux	Communes
Myrat	Barsac
Doisy-daëne	Barsac
Doisy-védrines	Barsac
Arche	Sauternes
Filhot	Sauternes
Broustet	Barsac
Nairac	Barsac
Caillou	Barsac
Suau	Barsac
de Malle	Preignac
Romer	Fargues
Lamothe	Sauternes

Classification des crus des Graves

Les châteaux des Graves avaient été négligés lors de la classification de 1855, à l'exception du château-haut-brion, classé comme premier cru en compagnie des médocs. En 1953, l'Institut National des Appellations d'Origine (INAO) a donné un classement officiel des crus de Graves, confirmé par un arrêté du 16 février 1959.

PREMIER CRU CLASSÉ EN 1855

Château	Commune
Haut-brion	Pessac

GRAVES BLANCS

CRUS CLASSÉS EN 1959

Châteaux	Communes
Bouscaut	Cadaujac
Domaine de Chevalier	Léognan
Carbonnieux	Léognan
Malartic-lagravière	Léognan
Olivier	Léognan
Latour-martillac	Martillac
Laville-haut-brion	Talence
Couhins	Villenave-d'Ornon

GRAVES ROUGES

CRUS CLASSÉS EN 1959

Châteaux	Communes
Bouscaut	Cadaujac
Haut-bailly	Léognan
Domaine de Chevalier	Léognan
Carbonnieux	Léognan
Fieuzal	Léognan
Malartic-lagravière	Léognan
Olivier	Léognan
Latour-martillac	Martillac
Smith-haut-lafitte	Martillac
Pape-clément	Pessac
La mission-haut-brion	Talence
Latour-haut-brion	Talence

Classification des crus de Saint-Émilion

Il a fallu attendre un siècle après la classification de 1855 pour qu'un classement officiel des vins de Saint-Émilion soit réalisé. Après accord des producteurs et approbation de l'INAO, le décret du 7 octobre 1954 avait établi un classement des crus selon leur qualité et leur réputation : saint-émilion, saint-émilion grand cru, saint-émilion grand cru classé, saint-émilion premier grand cru classé.
Ce classement des crus de Saint-Émilion avait été homologué par arrêté du ministre de l'Agriculture le 17 novembre 1969. Le décret du 11 janvier 1984 ne conserva que deux appellations : saint-émilion et saint-émilion grand cru.
À l'intérieur de l'appellation « grand cru », un classement, fondé sur des critères précis, distingue les : premiers grands crus classés et grands crus classés.
L'arrêté du 23 mai 1986 a officialisé le classement des grands crus de Saint-Émilion : onze premiers grands crus classés (dont deux premiers grands crus classés « A » et neuf premiers grands crus classés « B ») et soixante-trois grands crus. En voici la liste :

SAINT-ÉMILION PREMIERS GRANDS CRUS

Classés A
Ausone
Cheval-blanc

Classés B
Beauséjour (duffau-lagarosse)
Belair
Canon
Clos-fourtet
Figeac
Gaffelière (la)
Magdelaine
Pavie
Trottevieille

SAINT-ÉMILION GRANDS CRUS CLASSÉS

Angélus (l')
Arrosée (l')
Balestard-la-tonnelle
Beauséjour (bécot)
Bellevue
Bergat
Berliquet
Cadet-piola
Canon-la-gaffelière
Cap-de-mourlin
Châtelet (le)
Chauvin
Clos-des-jacobins
Clos-la-madeleine
Clos-de-l'oratoire
Clos-saint-martin
Clotte (la)
Clusière (la)
Corbin
Corbin-michotte
Couvent-des-jacobins
Croque-michotte
Curé-bon-la-madeleine
Dassault
Dominique (la)
Faurie-de-souchard
Fonplégade
Fonroque
Franc-mayne
Grand-barrail-lamarzelle-figeac
Grand-corbin
Grand-corbin-despagne
Grand-mayne
Grand-pontet
Guadet-saint-julien
Haut-corbin
Haut-sarpe
Lamarzelle
Laniote
Larcis-ducasse
Larmande
Laroze
Matras
Mauvezin
Moulin-du-cadet
Pavie-decesse
Pavie-macquin
Pavillon-cadet
Petit-faurie-de-soutard
Prieuré (le)
Ripeau
Sansonnet
Saint-georges-côte-pavie
Serre (la)
Soutard
Tertre-daugay
Tour-du-pin-figeac (la) (Giraud-Belivier)
Tour-du-pin-figeac (la) (Moueix)
Tour-figeac (la)
Trimoulet
Troplong-mondot
Villemaurine
Yon-figeac

Les crus de Pomerol

Il n'existe pas de classement officiel des vins de Pomerol. Mais, officieusement, on a coutume de classer comme exceptionnel le Pétrus. Les principaux crus, dont la liste suit, sont présentés par ordre alphabétique.

CRU EXCEPTIONNEL

Pétrus

PRINCIPAUX CRUS

Beauregard
Bel-air
Bourgneuf
Certan-de-may
Certan-giraud
Château-guillot
Château-monregard-lacroix
Clinet
Clos-beauregard
Clos-de-l'église-clinet
Clos-des-templiers
Clos-du-clocher
Clos-haut-mazeyres
Clos-l'église
Clos-les-grands-champs
Clos-rené
De-sales
Domaine-de-cantereau
Domaine-de-haut-pignon
Domaine-de-haut-trop-chaud
Domaine-de-l'église
Ferrand
Franc-maillet
Gazin
Gombaude-guillot
Gouprie
Gratte-cap
Haut-maillet
Hautes-rouzes
La cabane
La commanderie
La conseillante
La croix
La croix-de-gay
La croix-saint-georges
La croix-taillefer
Lafleur
Lafleur-gazin
Lafleur-pétrus
Lagrange
La pointe
Latour-à-pomerol
La violette
Le caillou
Le gay
L'enclos
Le pin
L'évangile
Mazeyres
Moulinet
Nénin
Petit-village
Pignon-de-gay
Plince
Rouget
Taillefer
Thibéaud-maillet
Trotanoy
Vieux-château-certan
Vieux-château-trop-chaud
Vraye-croix-de-gay

Climats de Bourgogne

Il n'est pas possible de classer les vignobles de Bourgogne avec autant de précision que les châteaux du Bordelais. En effet, en Côte-d'Or, à Chablis, la plupart des vignobles appartiennent à des propriétaires différents (plus de soixante, par exemple, rien que pour le célèbre clos-de-vougeot). Bien avant le système moderne des appellations d'origine contrôlée, un travail extrêmement sérieux et complet de délimitation et de classification des crus avait été publié en 1861 par le « Comité d'agriculture de l'arrondissement de Beaune ».
La liste suivante est nécessairement bien incomplète : il existe 419 « climats » officiellement reconnus pour la Côte de Nuits et deux fois plus pour la Côte de Beaune ! Elle cite la plupart des noms de climats que l'amateur peut rencontrer, dans un ordre plus ou moins admis par la majorité des experts. Les grands crus sont indiqués en lettres capitales, par exemple : Musigny.

CÔTE DE NUITS

Communes	**Climats**
CHAMBOLLE-MUSIGNY	MUSIGNY
	BONNES-MARES *(une partie)*
	Les amoureuses
	Les charmes
	Les cras
	Les baudes
	Les plantes
	Les horniques
	Les hauts-doix
	La colombe-d'orveau
	Les groseilles
	Les fuées
	Les chatelots
	Les gruenchers
	Les lavrottes
	Derrière-la grange
	Les noirots
	Les sentiers
	Les fousselottes
	Aux beaux-bruns
	Les combettes
	Aux combottes
FIXIN	Clos-de-la-perrière
	Les hervelets
	Clos-du-chapitre
	Les arvelets
	Clos-napoléon
	Les meix-sas
GEVREY-CHAMBERTIN	CHAMBERTIN *(cru exceptionnel)*
	CHAMBERTIN-CLOS DE-BÈZE *(cru exceptionnel)*
	LATRICIÈRES-CHAMBERTIN

Communes	**Climats**
	MAZOYÈRES-CHAMBERTIN
	CHARMES-CHAMBERTIN
	MAZIS-CHAMBERTIN
	RUCHOTTES-CHAMBERTIN
	GRIOTTE-CHAMBERTIN
	CHAPELLE-CHAMBERTIN
	Clos-saint-jacques
	Varoilles
	Aux combottes
	Bel-air
	Les cazetiers
	Combe-au-moine
	Poissenot
	Étournelles
	Lavaut
	Les goulots
	Champeaux
	La perrière
	Cherbaudes
	Les corbeaux
	Issarts
	Clos-prieur *(partie supérieure)*
	Le fonteny
	Champonnet
	Au closeau
	Craipillot
	Champitennois (ou petite-chapelle)
	En ergot
	Clos-du-chapitre
MOREY-SAINT-DENIS	BONNES-MARES *(une partie)*

Communes	**Climats**
	CLOS-DE-LA-ROCHE
	CLOS-SAINT-DENIS
	CLOS-DE-TART
	CLOS-DES-LAMBRAYS
	Les ruchots
	Les sorbets
	Clos-sorbet
	Les millandes
	Le clos-des-ormes *(une partie)*
	Monts-luisants
	Meix-rentiers
	Les bouchots
	Clos-bussière
	Aux charmes
	Les charnières
	Calouères
	Côte-rôtie
	Maison-brûlée
	Les mauchamps
	Les froichots
	Les fermières
	Les genévrières
	Chabiots
	Les chaffots
	Les chénevery *(une partie)*
	Aux cheseaux
	La riotte
	Les gruenchers
	Clos-baulet
	Les faconnières
NUITS-SAINT-GEORGES	Les saint-georges
	Les vaucrains
	Les cailles
	Les porrets
	Les pruliers
	Les hauts-pruliers

Communes	Climats
	Aux boudots
	Aux murgers
	La richemone
	Les procès
	La roncière
	La perrière
	Les chabœufs
	Aux cras
	Rue-de-chaux
	Aux chaignots
	Aux thorey
	Aux rousselots
	Aux vignes-rondes
	Les poulettes
	Les vallerots
	Aux champs-perdrix
	En la perrière-noblet
	Aux crots
	Aux damodes
	Les argillats

Communes	Climats
	En la chaîne-corteau
	Aux argillats
sur Prémeaux	Clos-de-la-maréchale
	Clos-les-arlots
	Clos-des-forêts
	Clos-des-corvées
	Les didiers
	Les corvées-paget
	Le clos-saint-marc
	Clos-des-argillières
	Clos-des-grandes-vignes
	Aux perdrix
VOSNE-ROMANÉE (ET FLAGEY-ÉCHEZEAUX)	ROMANÉE-CONTI
	RICHEBOURG

Communes	Climats
	LA TÂCHE
	ROMANÉE
	ROMANÉE-SAINT-VIVANT
	GRANDS-ÉCHEZEAUX
	ÉCHEZEAUX
	Les malconsorts
	Les gaudichots
	La grande-rue
	Les beaux-monts
	Les suchots
	Clos-des-réas
	Aux brûlées
	Aux petits-monts
	Aux reignots
	La chaume
VOUGEOT	CLOS-VOUGEOT
	Le clos-blanc-vougeot
	Les petits-vougeots
	Les cras

CÔTE DE BEAUNE

Communes	Climats
ALOXE-CORTON (Ladoix et parcelles de Pernand-Vergelesses)	CORTON
	CORTON-CHARLEMAGNE
	- CHARLEMAGNE
	CORTON-BRESSANDES
	CORTON-CLOS-DU-ROI
	CORTON-RENARDES
	Les vergennes-corton
	Le rognet-corton
	Clos-de-corton
	Les chaumes
	Les fiètres
	Les meix
	La vigne-au-saint
	Les languettes
	Les petits-vercots
	Boulmeau
	Les grèves
	Les pougets
	Clos-boulmeau
	Les perrières
	Les brunettes
	Les sallières
	Les guérets
	Les chaillots
	Les maréchaudes
	Les genévrières
	Les fournières

Communes	Climats
	Les combes
	La boulotte
	Les paulands
	Les planchets
	Les vercots
	Suchot
	Les valozières
AUXEY-DURESSES	Les duresses
	Les bas-des-duresses
	Reugne
	Climat-du-val (ou clos-du-val)
	Les bretterins
	Les écusseaux
	Les grands-champs
BEAUNE	Les grèves
	Fèves
	Clos-des-mouches
	Les bressandes
	Les marconnets
	Clos-du-roi
	Sur-les-grèves
	Les cras
	Clos-de-la-mousse
	Les teurons
	Champimonts
	En l'orme
	En genêt
	Les perrières
	À l'écu

Communes	Climats
	Aux coucherias
	Les boucherottes
	Les toussaints
	Les cent-vignes
	Les chouacheux
	Les vignes-franches
	Les sizies
	Tiélandry
	Pertuisots
	Les aigrots
	Les avaux
	Les bas-des-seurons
	Les reversées
	Les seurey
	Montée-rouge
	La mignotte
	Les montrevenots
	Les blanches-fleurs
	Les épenottes
	Les chilènes
	Chaume-gaufriot
CHASSAGNE-MONTRACHET	MONTRACHET ***(une partie)***
	BÂTARD-MONTRACHET ***(une partie)***
	CRIOTS-BÂTARD-MONTRACHET
	Les grandes-ruchottes
	Les ruchottes

Communes	Climats
	Morgeot
	Les caillerets
	Les boudriottes
	Clos-de-la-boudriotte
	La maltroie
	Clos-saint-jean
	Les-champs-gain
	La romanée
	Les chaumées
	Les macherelles
	Les vergers
	Les brussonnes
	Les chénevottes
	En remilly
	Dent-de-chien
	Vide-bourse
	Blanchet-dessus
	Bois-de-chassagne
	La grande montagne
MEURSAULT	Perrières et clos-des-perrières
	Les charmes-dessus
	Les charmes-dessous
	Les genévrières-dessus
	Les genévrières-dessous
	La goutte-d'or
	Le porusot
	Les bouchères
	Les petures
	Les cras
	Les caillerets
	Les santenots-blancs
	Les santenots-du-milieu
sur Blagny :	La jennelotte
	La pièce-sous-le-bois
	Sous-le-dos-d'âne
MONTHÉLIE	Sur-la-velle
	Les vignes-rondes
	Le meix-bataille
	Les riottes
	La taupine
	Le château-gaillard
	Le cas-rougeot
	Le clos-gauthey
	Les champs-fulliot
	Duresse

Communes	Climats
PERNAND-VERGELESSES	Île-des-vergelesses
	Les basses-vergelesses
	Creux-de-la-Net
	Les fichots
	En caradeux
POMMARD	Les rugiens-bas
	Les rugiens-hauts
	Les épenots
	Les petits-épenots
	Clos-de-la-commaraine
	Le clos-blanc
	Les arvelets
	Les charmots
	Les argillières
	Les pézerolles
	Les boucherottes
	Les saussiles
	Les croix-noires
	Les chaponnières
	Les fremiers
	Les bertins
	Les jarollières
	Les poutures
	Le clos-micot
	Clos-du-verger
	Derrière-saint-jean
	La platière
	La refène
	Les chanlins-bas
	Les combes-dessus
	La chanière
PULIGNY-MONTRACHET	MONTRACHET ***(une partie)***
	BÂTARD-MONTRACHET ***(une partie)***
	CHEVALIER-MONTRACHET
	BIENVENUE-BÂTARD-MONTRACHET
	Les pucelles
	Le cailleret
	Les combettes
	Les chalumeaux
	Les folatières
	Clavoillens
	Le champ-canet
	Le refert
	Sous-le-puits
	Garenne
	Hameau-de-blagny

Communes	Climats
SAINT-AUBIN	Derrière-la-tour
	En créot
	Bas-de-vermarain
	Les champlots
	Sur-gamay
	La chatenière
	Les murgers-des-dents-de-chien
	En remilly
	Les combes
	Le charmois
	Village
	Les dastets
	Derrière-chez-édouard
	Le puits
	Sur-le-sentier-du-clou
	Les frionnes
SANTENAY	Les gravières
	La comme
	Clos-de-tavanne
	Beauregard
	Beaurepaire
	La maladière
	Le passe-temps
SAVIGNY-LÈS-BEAUNE	Aux vergelesses
	Les marconnets
	La dominode
	Jarrons
	Les lavières
	Guettes
	Gravains
	Talmettes
	Charnières
	Aux clous
	Fourneaux
	Aux serpentières
	Les hauts-marconnets
	Les hauts-tarrons
	Redrescuts
	Les narbantons
	Petits-godeaux
	Aux petits-liards
	Aux grands-liards
	Les rouvrettes
VOLNAY	Les caillerets
	Les caillerets-dessus
	Les champans
	Clos-des-ducs
	Les mitans
	Les brouillards
	L'ormeau
	Les angles

Communes	Climats
	Les pointes-d'angle
	Les fremiets
	Les chevrets
	Le clos-des-chênes
	La barre
	La bousse-d'or

CÔTE CHALONNAISE

Commune	Climats
GIVRY	Clos-saint-pierre
	Clos-saint-paul
	Clos-salomon
	Clos-du-cellier-aux-moines
MERCUREY	Clos-du-roi
	Les voyens
	Les fourneaux
	Les montaigus
	Clos-marcilly
MONTAGNY	Les saint-morille
	Le clou
	Les vignes-derrière
	Les resses
	Les perthuis
	Les gouresses
	Les bordes
	Les las
	Clos-chaudron
	Les combes
	Sous-les-roches
	Les pidans
	La grande-pièce
	Les saintes-catages
	Les vignes-saint-pierre
	Les chacolets
	Les garchères
	Les champs-tozeau
	Les charmelottes
	Les clouseaux
	Les carlins
	Le breuil
	Les champs-de-coignée
	Les burnins
	Les montcuchots
	Les jardins
	Les pandars
	Les beauchamps
	Les crets
	La mouillère
	Les bassets
	Les bonnevaux
	Le mont-laurent
	Les pasquiers
	Les coères
	Les thillonnés
	Les chandits
	Les chazelles
	Le vieux-château
	Les vignes-du-puits
	Les bouchots
	Les vignes-sur-le-clou
	Les vignes-couland
	Les trouffières
	Les vignes-du-soleil
	Les morais
	Les perrières
	Le pallye
	Le varignus
	Les thilles
	La vigne-devant
	La corvée
	Les vignes-dessous
	Les marcques
	La thi
	Les mâles
	La condemine
	Les vignes-longues
	Les vignes-blanches
	Cornevent
RULLY	Vauvry
	Mont-palais
	Meix-caillet
	Les pierres
	La bressande
	Champ-clou
	La renarde
	Pillot
	Cloux
	Raclot
	Raboursay
	Écloseaux
	Marisson
	La fosse
	Chapitre
	Préau
	Moulesne
	Margoty
	Grésigny

CHABLIS

CHABLIS GRAND CRU

Blanchot
Bougros
Les clos
Grenouilles
Preuses
Valmur
Vaudésir

CHABLIS PREMIER CRU

(arrêté du 12 mars 1986)
Mont-de-milieu
Montée-de-tonnerre
Chapelot
Pied-d'aloup
Côte-de-bréchain
Fourchaume
Vaupulent
Côte-de-fontenay
L'homme-mort
Vaulorent
Vaillons
Chatains
Sécher
Beugnons
Vaucoupin
Vosgros
Vaugiraut
Les fourneaux
Morein
Côte-des-prés-girots
Les lys
Mélinots
Roncières
Les épinottes
Montmains
Forêts
Buteaux
Côte-de-léchet
Beauroy
Troesmes
Côte-de-savant
Vau-ligneau
Vau-de-vey
Vaux-ragons
Côte-de-vaubarousse
Berdiot
Chaume-de-talvat
Côte-de-jouan [1]
Les beauregards
Côte-de-cuissy

1. L'arrêté du 9 décembre 1987 a remplacé le nom du lieu-dit « Les Landes et Verjuts » par celui de « Côte-de-Jouan ».

CONFRÉRIES GASTRONOMIQUES ET VINEUSES

Les confréries gastronomiques et vineuses (voir page 313) sont des associations constituées autour de la dégustation d'un produit du cru, afin d'en préserver et d'en promouvoir la qualité. Héritées du Moyen Âge, elles se sont multipliées ces dernières années en France et dans un certain nombre de pays (Allemagne, Belgique, Suisse, etc.).

Cet ouvrage ne saurait présenter une liste complète de ces confréries : elles sont en effet très nombreuses. La liste figurant ci-dessous en représente donc une sélection non exhaustive. Ces informations, à jour à la date de la mise sous presse, pourraient avoir changé d'ici à la parution. Veuillez nous en excuser. Les coordonnées des associations nationales, européennes et internationales permettront à tout amateur d'effectuer des recherches s'il le souhaite.

Fédérations gastronomiques et vineuses européennes

Académie internationale de la gastronomie
34, rue Chaptal
92300 Levallois-Perret

« Europa Gastronomia » Fédération européenne Délégation du Benelux
10, rue Saint-Sébastien
b-1300 Wavre, Belgique

Fédération européenne des Confréries « Europa Gastronomia »
Siège social : hôtel de ville
79000 Niort

Musée des Confréries européennes Monmousseau
73, rue de Vierzon
41400 Montrichard

Fédérations gastronomiques et vineuses nationales françaises

Académie culinaire de France
45, rue Saint-Roch
75001 Paris

Académie des gastronomes
23, rue d'Artois
75008 Paris

Académie nationale de cuisine
8, rue Duhamel
69227 Lyon

Amis de Curnonsky
75866 Paris

Association Amicale des Amateurs d'Authentiques Andouillettes (AAAAA)
4, quai de l'Écluse
78290 Croissy-sur-Seine

Chaîne des Rôtisseurs
7, rue d'Aumale
75019 Paris

Chevaliers du taste-fromage
60, boulevard de Clichy
75018 Paris

Club des Cent
31, rue de Penthièvre
75008 Paris

Club Prosper Montagné
45, rue Saint-Roch
75001 Paris

Confrérie des chevaliers de Saint-Antoine
9, rue Bachaumont
75002 Paris

Fédération française des Confréries gastronomiques, vineuses et Arts de la table
Siège social : hôtel de ville de Niort
79000 Niort

Guilde des fromagers, Confrérie de Saint-Uguzon
10, rue Philibert-Papillon
21100 Dijon

Ordre national des Gourmets dégustateurs
7, rue d'Aumale
75009 Paris

Toques blanches lyonnaises
309, rue Duguesclin
69007 Lyon

Confréries gastronomiques régionales françaises

ALSACE

Confrérie de l'asperge d'Alsace Maison de haute Alsace
81, rue Vauban
68300 Village-Neuf

Confrérie de la choucroute
9, rue de Bâle
68480 Bettlach

Confrérie du Haut-Kœnigsbourg
67600 Orschwiller

Saint-Julien des hosteliers de la Haute-Bruche
Hostellerie du Champ-du-Feu 150, « La Serva »
67130 Belmont

ANJOU

Commanderie de France des Talmeliers du bon pain
50, boulevard du Doyenné
49006 Angers

Rillauds d'Anjou et de Brissac
49320 Brissac-Quincé

Tables gourmandes de l'Anjou
MIN d'Angers
49000 Angers

ARDENNES

Jambon sec d'Ardennes
1, rue du Stade
08150 Renwez

AUVERGNE

Bourbonnaise des Léchoux de la fameuse pompe aux grattons
1, rue de la Rivière
03460 Villeneuve-sur-Allier

Gourmandins et Gourmandines des fromages
5, rue de Marmilhat
63100 Clermont-Ferrand

BASQUE (PAYS)

Chevaliers de l'Operne
Agence Beuquet
Javaquinto, square d'Ixelles
64200 Biarritz

Chipiron de Bidart
64210 Bidart

Confrérie du jambon de Bayonne
24, rue Aristide-Briand
64100 Bayonne

Bordelais

Confrérie de la tête de veau
Hôtel de ville
33600 Pessac

Ortolan Dou Bénarit
Place Aristide-Briand
40400 Tartas

Bourgogne

Amicale des Confréries gastronomiques de Bourgogne
25, chemin des Cent-Écus
21000 Dijon

Confrérie des chevaliers de la pochouse
Hostellerie bourguignonne
71350 Verdun-sur-le-Doubs

Ordre du collier de l'escargot de Bourgogne
Clos « Au Soleil levant »
21200 Beaune

Poulardiers de Bresse
70, rue des Dôdanes
71500 Louhans

Bretagne

Académie culinaire de la coquille Saint-Jacques
6, rue Émile-Loubet
44300 Nantes

Chevaliers de l'huître de Bretagne
8, rue des Orfèvres
56000 Vannes

Confrérie de la saucisse au muscadet du pays nantais
Le moulin du Pé
44430 Le Loroux-Bottereau

Confrérie des chevaliers de la coquille Saint-Jacques
22046 Saint-Brieuc Cedex 2

Confrérie des hît'es de la baie de Cancale
Hôtel de ville
35260 Cancale

Coquille Saint-Jacques - Côte d'Émeraude
Route de Cancale
35350 Saint-Méloir-des-Ondes

Grand Ordre de la Frigousse
4, quai de Richemont
35000 Rennes

Marée de Quimper en Cornouaille
10 bis, quai de Steir
29000 Quimper

Marron de Redon
10, avenue de la Gare
35600 Redon

Ordre des dignitaires de l'étiquette
21, rue Painlevé
44000 Nantes

Saucisse au muscadet
10, allée du Cerny
44850 Le Cellier

Champagne

Compagnie de la madeleine de Commercy
31, rue Heurtebize
55200 Commercy

Gousteurs de groseilles ducales et tastepépineuses
12, rue Mozart
52200 Saint-Dizier

Charentes

Chevaliers de la tartine
56, fief de Montamer
La Noue
17740 Sainte-Marie-de-Ré

Galants de la verte marennes
29, rue Bellevue-Avallon
17530 Arvert

Dauphiné

Ordre des abeilleurs de France
Mairie de Taulignon
26770 Taulignon

Franche-Comté

Confrérie des taste-cancoillotte de Franche-Comté
70300 Luxeuil-les-Bains

Gascogne

Académie des dames du floc de Gascogne
Rue des Vignerons
32800 Eauze

Ordre de la poule farcie
7, rue du Brésidou
82200 Moissac

Paloumayres
Mairie
40430 Luxey

Île-de-France

Brie de Melun
19, rue Paul-Doumer
77000 Melun

Compagnons de l'asperge d'Argenteuil
8 *ter*, Sente de la Tourfine
95220 Herblay

Compagnons de Saint-Grégoire
165, rue de l'Allée verte
Le Gros Bois
91330 Yerres

Compagnons du brie de Meaux
Office de tourisme
2, rue Saint-Remy
77100 Meaux

Languedoc

Association « L'Art dans les métiers de la bouche »
9, rue Gambetta
34200 Sète

Carotte de Blagnac
Hôtel de ville
31700 Blagnac

Chevaliers de l'assiette
Domaine de Saint-Aunès
34270 Saint-Mathieu-de-Tréviers

Confrérie de l'anguille
Hôtel-restaurant *Le Tahiti*
11430 Gruissan-Plage

Confrérie du cassoulet de Castelnaudary
Le Haut Moulin
11150 Villepinte

Confrérie pacifique et souveraine des tasto-monjetos du Comminges
17, place Valentin-Abeille
31210 Montréjeau

Gentes dames de Vatel
140, rue Vatel
30913 Nîmes

Limousin

Goûteux de cul noir et de madeleine
13, place de la Nation
87500 Saint-Yrieix-la-Perche

Lorraine

Friands de l'escargot de Gerbéviller
54830 Gerbéviller

Macaron et bergamote de Nancy
5, rue Saint-Nicolas
54000 Nancy

Potée portoise
7, rue de la Belle-Sauce
54210 Saint-Nicolas-de-Port

Lyonnais

Confrérie de la raie
Restaurant *Le Pasteur*
83, quai Perrache
69002 Lyon

Nord

Compagnons du boudin noir
Restaurant du Boudin Noir
02200 Villeneuve-Saint-Germain

Confrérie de l'andouillette de Cambrai
Maison espagnole de Cambrai
59406 Cambrai

Gastronomes picards
9, rue de Noyon
80000 Amiens

Hareng côtier de la région de Berck-sur-Mer
Restaurant *Chez Mireille*
32, chemin Gentil
62600 Berck-Plage

Normandie

Chevaliers du hareng et de la coquille Saint-Jacques
Restaurant du Port
99, quai Henri-IV
76200 Dieppe

Chevaliers du livarot
8, place Pasteur
14140 Livarot

Chevaliers du pont-l'évêque
7, rue du Long-Clos
14130 Pont-l'Évêque

Confrérie de gastronomie normande de la tripière d'or
1, rue Picard
14111 Louvigny

Confrérie des chevaliers des rillettes sarthoises
72600 Mamers

Confrérie des chevaliers du goûte-boudin
61400 Mortagne-au-Perche

Confrérie des goustiers de Falaise
Hôtel de ville
14700 Falaise

Confrérie gastronomique de la tripière fertoise
12 bis, rue Wilfrid-Challemer
61600 La Ferté-Macé

Ordre des Canardiers
Office de tourisme
25, place de la Cathédrale
76000 Rouen

Toques normandes
Rue du 8-Mai
50570 Marigny

Pays niçois

Ordre des chevaliers de Provence
63, rue Barberis
06300 Nice

Périgord

Académie gastronomique du Périgord noir
24200 Madrazes

Commanderie du pâté de Périgueux
Hôtel de ville
24000 Périgueux

Maistres de la truffe et du foie gras du Périgord
Mairie
24800 Thiviers

Poitou

Goustes-chèvre de France
79401 Saint-Maixent-l'École

Mangeux de Lumas
La Garette-de-Sansais
79270 Frontenay-Rohan

Raballée Dau Mighot et les Dames de l'angélique (la)
Mairie
79340 Ménigoute

Tire-Douzils
Château de la Mare
86380 Marigny-Brizay

Tourteau fromager (le)
5, place du Marché
79340 Ménigoute

Provence

Association des maîtres restaurateurs
Chambre de commerce et d'industrie
Service tourisme et hôtellerie
190, place Coullet
83700 Saint-Raphaël

Chevaliers de l'olivado de Provence
Les Terrassonnes
83440 Tourettes

Chevaliers de l'ordre du melon de Cavaillon
340, avenue René-Coty
84300 Cavaillon

Commanderie du rameau d'argent
La Goélette
Avenue de l'Infanterie-de-Marine
83057 Toulon

Union provençale pour la restauration
8, rue Saint-Adrien
13008 Marseille

Savoie

Confrérie du Sarto
Route du Lac
73470 Novalaise

Sologne

Chevaliers du goûte-andouille de Jargeau
7, rue Guinotte
45150 Jargeau

Commanderie cassis et Berry
8, rue de la Poste
36110 Vineuil

Confrérie du pithiviers
2, rue des Forges
45300 Pithiviers

Grande Table du Fuzelien
3, rue de la Mairie
41600 Nouan-le-Fuzelier

La Faisanderie
Office de tourisme
Place de Gaulle
45600 Sully-sur-Loire

Mangeux d'asperges de Sologne
10, rue de la Forêt
41120 Seur

Tables gourmandes du Berry
24, place Gambetta
36028 Chateauroux

Touraine

Commanderie des fromages de Sainte-Maure-de-Touraine
3, rue de la Manse
37800 Noyant-de-Touraine

Confrérie des macarons de Cormery
Syndicat d'initiative
Rue Nationale
37320 Cormery

Confrérie gastronomique du Val de Claise « le Coussin d'Amour »
Mairie
37350 Le Grand-Pressigny

La Marmite d'or
5, allée de la Basse-Chevalerie
37170 Chambray-lès-Tours

Ordre du Poêlon
118, avenue George-Sand
37700 La Ville-aux-Dames

Templerie des fleure-truffes et gouste-foie gras de Touraine
37800 Sainte-Maure-de-Touraine

Vendée

Confrérie du canard de Challans
Impasse du Général-Collineau
85300 Challans

Vosges

Ordre du taste-quiche
17, avenue Foch-Clos Saint Georges
88500 Mirecourt

Taste-cuisses de grenouille de Vittel
309, division Leclerc
88200 Vittel

Confréries vineuses régionales françaises

Alsace

Confrérie de la Corne d'Ottrott
14 A, rue Principale
67530 Ottrott

Anjou

Commanderie du taste-saumur
Office de tourisme
49000 Saumur

Confrérie des fins goustiers d'Anjou
Musée de la Vigne et du Vin
Saint-Lambert-du-Lattay
49190 Rochefort-sur-Loire

Sacavins d'Anjou
73, rue Plantagenêt
49100 Angers

Auvergne

Confrérie de l'ordre du Vieux Pressoir
42370 Saint-Haon-le-Châtel

Basque (Pays)

Viguiers royaux du Jurançon
51, avenue Henri-IV
64290 Gan

Berry

Confrérie Saint-Paul-de-Vignoux-sous-les-Aix
Le Colombier
18110 Vignoux-sous-les-Aix

Bordelais

Bon Temps de Médoc et des Graves
Maison du vin
La Verrerie
33250 Pauillac

Compagnons du bordeaux
Château Faure Haut Normand
33141 Saillans

Grand conseil du vin de Bordeaux
1, cours du 30-Juillet
33000 Bordeaux

Jurade de Saint-Émilion
Rue Guadet
33330 Saint-Émilion

Bourgogne

Chevaliers du taste-vin
1, rue de Chaux
21700 Nuits-Saint-Georges

Confrères des Trois-Ceps
Mairie
89530 Saint-Bris-le-Vineux

Confrérie des baillis de Pouilly
14, rue Clerget
58000 Nevers

Confrérie des vignerons de Saint-Vincent-de-Mâcon
520, avenue De Lattre-de-Tassigny
71000 Mâcon

Piliers chablisiens
32, rue de Chichée
89800 Chablis

Bretagne

Ordre des chevaliers bretvins
8, rue Ferréol-Bolo
44100 Nantes

Champagne

Compagnons de l'outillage champagne
5, rue des Gravières
51500 Rilly-la-Montagne

Gousteurs de vins des Côtes de Meuse
55210 Viéville-sous-les-Côtes

Ordre des coteaux de Champagne
39, rue Talleyrand
51100 Reims

Charentes

Confrérie des alambics charentais
18, rue La Rochefoucauld
16100 Cognac

Franc-Pineau comité du pineau
112, avenue Victor-Hugo
16100 Cognac

Dauphiné

Commanderie des Côtes du Rhône
Château de Suze-la-Rousse
26130 Saint-Paul-Trois-Châteaux

Compagnons de la clairette de Die
34, rue Chastel
26150 Die

Franche-Comté

Disciples de Ponum
44, Grande-Rue
39230 Sellières

Nobles vins du Jura et du Comté
165, chemin des Petits-Quarts
39000 Lons-le-Saulnier

Gascogne

Compagnie des mousquetaires d'Armagnac
B.P. 123
2001 Auch Cedex

Chevaliers de Tursans
Syndicat des vins de Tursans
40320 Geaune

Île-de-France

Clos de Clamart
Mairie
92140 Clamart

Compagnons des coteaux champenois
20 ter, avenue D.-Casanova
91360 Villemoisson-sur-Orge

Confrérie des maistres goustiers de Joinville-le-Pont
15 bis, rue Vautier
94340 Joinville-le-Pont

Échansons de France
Caveaux des échansons
Rue des Eaux
75016 Paris

Goustes-cidre Île-de-France-Champagne
94303 Vincennes

Ordre des taste-whisky écossais France
119, avenue de Paris
94160 Saint-Mandé

République de Montmartre
6, rue Hermel
75018 Paris

Taste-cidre de Normandie
11 bis, boulevard Jules-Sandeau
75116 Paris

Languedoc

Compagnie de la Côte du Rhône gardoise
5, rue Cristales
30200 Bagnols-sur-Cèze

Consuls de Septimanie
Rue Émile-Eudes
11100 Narbonne

Duc de Joyeuses
46, rue Pierre-Puget
11000 Carcassonne

Maîtres vignerons de Cascatel
Le Château, Cascatel-Corbières
11360 Durban-Corbières

Ordre de la dive bouteille de Gaillac
81602 Gaillac

Vins du pays du Gard
Avenue de la République
30190 Moussac-Saint-Chaptes

Lorraine

Consulat de la mirabelle de Lorraine
54200 Villacourt

Nord

Amis de la bière
433, rue de la Gare
59170 Croix

Croix Confrérie internationale de Saint-Vincent
17, chemin de Ghesles
59700 Marcq-en-Barœul

Confrérie du Sabre d'or
8, rue du 11-Novembre
60300 Apremont

Normandie

Chevaliers du trou normand
La Vauvetière
61120 Vimoutiers

Grand ordre des Calvados
Rue Aldonse-Blanchard
14340 Bonnebosq

Périgord

Confrérie du vin de Cahors
C.C.I du Lot
BP 79
46002 Cahors

Consuls de la vinée de Bergerac
2, place du Docteur-Cayla
24100 Bergerac

Diamant noir et du vin de Cahors
Chemin du Plantier
24200 Sarlat

Poitou

Humes Piot du Loudunois
11, rue des Quatre-Croix
86200 Loudun

Raballée Dau Mighot et les dames de l'angélique (la)
Mairie
79340 Ménigoute

Tire-douzils
Château de la Mare
86380 Marigny-Brizay

Provence

Commandeurs de Tavel
Impasse des Oliviers
Quartier Grès
84450 Saint-Saturnin-lès-Avignon

Confrérie des vignerons de Beaumes-de-Venise
Domaine Pigeade
84190 Beaumes-de-Venise

Échansonnerie des papes
Domaine de Beauregard
84230 Chateauneuf-du-Pape

Échansons du Vidauban
Quartier de l'Estrée
83550 Vidauban

Maistres vignerons de Vacqueyras et Compagnons du troubadour provençal Raimbaut La Riaille
84190 Vacqueyras

Roussillon

Tasteurs du Roussillon
4, rue Francisco-Ferrer
66600 Rivesaltes

Seigneurs de commande majeure de Roussillon
19, avenue de Grande-Bretagne
66000 Perpignan

Sologne

Compagnons du Grand Gousier
Mairie
41150 Onzain

Hospitaliers curieux et courtois Saint-Bacchus
81, avenue Rollinat
36200 Argenton-sur-Creuse

Touraine

Chevaliers de la Chantepleure
Mairie
37210 Vouvray

Commanderie de la dive bouteille de Bourgueil et de Saint-Nicolas
Mairie
37140 Bourgueil

Confrérie des goûteux de bernache vouvrillons
37210 Vouvray

Entonneurs rabelaisiens
37500 Chinon

Vendée

Compagnons du Pressoir
Mairie
85320 Rosnay

Fiefs vendéens
19, rue de la Prée
85320 Mareuil-sur-Lay

Vosges

Tireurs de bière
25, rue Neuves-Granges
88000 Épinal-Saint-Laurent

Confréries gastronomiques et vineuses belges

Confrérie des Bergots de Florennes
Rue des Ministères 21
5620 Florennes

Confrérie des chevaliers de l'ordre des escargots de Betonval
Chaussée de Wavre 102
5240 Wange

Confrérie Crassé Djopte d'Houffalize
Rue Sainte-Anne 22
B 6660 Houffalize

Confrérie des échansons val d'Hain
Rue des Verts-Pacages 5
1457 Tourinnes Saint-Lambert

Confrérie des Magneux d'Mat'Ouffet
Rue Cuvelier 166 F
B 4590 Ouffet

Confrérie des maîtres brasseurs et distillateurs de Wallonie
10, rue des Sorbiers
5101 Erpent Namur

Confrérie des Sossons d'Orvaulx
4, avenue de Beaulieu
1160 Bruxelles

Confrérie du Stofe
1, venelle de Terlonval
1300 Wavre

Confrérie wallonne
15, rue Saint-Pierre
B 6510 Morlanweils

Connétablerie de Belgique de l'Ordre hospitalier curieux et courtois des chevaliers de Saint-Bacchus
Chaussée Boondaël GB3
B 1050 Bruxelles

Fédération des confréries du Benelux
16, rue Saint-Sébastien
B 1300 Wavre

Grands Gousiers de Beaumont
Rue du Vivier 1
B 6500 Beaumont

Ordre des gentes dames de la tarte aux macarons de Ciney
Rue L. Étienne 11
B 5590 Ciney

Confréries gastronomiques et vineuses canadiennes

Amies de Curnonsky
19, rue Bretagne
Saint-Lambert J4S 1A3

Amies de Lucullus
1645, croissant Kénogami
Duvernay H7E 3E3

Amis d'Escoffier
6095, boulevard Gouin-Ouest
Montréal H4J 1E7

Amitiés gastronomiques internationales
314, rue du Ruisseau
Longueuil J4H 3Y1

Chevaliers de la Table ronde
33, côte Sainte-Catherine bur. 2404
Outremont H2V 2A1

Commanderie des cordons bleus
942, avenue Hartland
Outremont H2V 2Y1

Commanderie des Costes du Rhône
207-7744 rue Sherbrooke-Est
Montréal H1L 1A1

Confrérie de la chaîne des rôtisseurs
CP 686
R.R.4
Sutton JOZ 1K0

Confrérie des fines fourchettes
110-2540, boulevard Daniel Johnson
Laval H7T 2S3

Confrérie des vignerons de Saint-Vincent
537, Terrasse Germaine
Sainte-Dorothée H7X 2R6

Connétablerie du Canada de l'Ordre hospitalier curieux et courtois des chevaliers de Saint-Bacchus
207, promenade des Îles
Chomedy Laval H7W 4Z9

International Wine and Food Society
5044, rue Ponsard
Montréal H3W 2A7

Ordre de Bon Temps de Champlain et Pontgravé
500, place d'Armes, suite 2200
Montréal H2X 3S3

Ordre des fournisseurs de la bonne table
91, rue Léonie
Saint-Sauveur des Monts J0R 1R5

Ordre illustre des chevaliers de la méduse
1100-1981, avenue McGill College
Montréal H3A 3C1

Prosper Montagné
1155, boulevard René-Lévesque o.
bur. 3900
Montréal H3B 3V2

Confréries gastronomiques et vineuses suisses

Fédération suisse des Confréries bachiques et gastronomiques
Case postale 1380
2001 Neuchâtel

Noble Confrérie des olifants du bas lac
Belleroche 16
2000 Neuchâtel

Confrérie du Guillon
30, chemin de Pierrefleur
1004 Lausanne

Ordre de la Channe
Case postale 668
1951 Sion

Compagnie des Vignolants du vignoble neuchâtelois
Case postale 1164
2001 Neuchâtel

Confréries gastronomiques et vineuses luxembourgeoises

Ordre de la cerpette de Saint-Cunibert
Sd DTB Bridimus
B.P. 298 Luxembourg

ADRESSES DES CHEFS ET DES RESTAURANTS*

* Le nom des restaurants apparaît en italique gras.

Aigle Noir (Hôtel de l')
27, place Napoléon-Bonaparte
77300 Fontainebleau
Rillettes de lapereau en terrine cuit au parme

Al Diwan
30, avenue Georges-V
75008 Paris
Baklavas aux pistaches
Hoummos

Alloin (René)
René Alloin
9, place Amiral-Muselier
13308 Marseille
Soupe oursinade

Ambassade d'Auvergne (l')
22, rue du Grenier-Saint-Lazare
75003 Paris
Falettes

Anahi
49, rue Volta
75003 Paris
Empanada
Gratin de maïs

Arabian (Ghislaine)
Pavillon Ledoyen
Le Carré des Champs-Élysées
75008 Paris
Lapereau aux pruneaux
Potjevlesch

Auberge des Templiers (l')
Les Bézards
45290 Boismorand
Poivrade de chevreuil aux noisettes et aux châtaignes
Sandre de Loire au céleri et au vin
Soufflé au chocolat amer

Banyols (Didier)
Les Feuillants
1, boulevard Lafayette
66400 Céret
Aïoli
Aïoli de morue
Pintade à la catalane

Bardet (Jean)
57, rue Groison
37100 Tours
Beuchelle à la tourangelle

Barrier (Charles)
101, avenue Tranchée
37100 Tours
Andouillettes à la tourangelle
Fricassée de poularde cardinal La Balue
Navarin de mouton

Barthélemy (fromager)
51, rue de Grenelle
75007 Paris
Brie aux truffes

Baumann (Guy-Pierre)
Maison Kammerzel
16, place de la Cathédrale
67000 Strasbourg
Choucroute aux poissons

Berilley (Bernard)
La Trinquelinette
89630 Quarré-les-Tombes
Gelée de fruits rouges

Berzane (Philippe), chef pâtissier du *Bertie's*, *Hôtel Baltimore*
88 *bis*, avenue Kléber
75016 Paris
Biscuits au gingembre

Besson (André)
Laloux
250, avenue des Pins-Est
Montréal - Canada
Médaillons de truite au beurre de ciboulette
Salade de têtes de violon et crevettes de Matane

Besson (Gérard)
5, rue Coq-Héron
75001 Paris
Terrine de queue de bœuf

Bidaut (Léa)
11, place Antonin-Gourju
69002 Lyon
Gigot rôti de Léa
Tablier de sapeur

Blanc (Georges)
01540 Vonnas
Chapon au gratin de potiron
Crêpes vonnassiennes de la mère Blanc
Écrevisses grillées au beurre d'ail
Minutes de saumon à l'aigrelette
Panaché de homard et d'écrevisses au caviar
Paupiettes de ris de veau braisé
Saumon mariné
Tarte au chocolat
Tournedos aux morilles

Blanc (Paul)
01140 Thoissey
Gâteau de foies blonds de volaille

Bocuse (Paul)
69660 Collonges-au-Mont-d'Or
Artichauts à la lyonnaise
Épinards : préparation et cuisson
Rougets en écailles de pomme de terre
Soupe aux truffes noires
Soupe de potiron
Volaille de Bresse Halloween

Bouché (Daniel)
Au Petit Montmorency
5, rue Rabelais
75008 Paris
Canard Cornille ravi
Côtelettes de marcassin aux coings
Gratin de filets de sardines au citron
Grives à la purée d'oignon au vinaigre de xérès
Maquereaux aux framboises
Tendron de veau aux nouilles, truffes et foie gras

Bourgeois-Baique (Élisabeth)
Le Mas Tourteron
Chemin de Saint-Blaise-Les Imberts
84220 Gordes
Crépinettes de lotte au chou
Mille-feuille de saumon frais au beurre rose
Tarte à l'envers de lapereau à la tapenade

Boyer (Gérard)
64, boulevard Henri-Vasnier
51100 Reims
Huîtres plates au champagne
Raviolis au foie gras en consommé de poularde
Salade de homard breton
Turbot en papillote aux légumes croquants, sauce champagne

Boyjoonauth (Mesh)
Poste de Flacq
Maurice (île)
Mille-feuille de cœurs de palmier au marlin fumé

Braun (Philippe)
Laurent
41, avenue Gabriel
75008 Paris
Crème de laitue, fondue aux oignons de printemps
Foie gras de canard, truffe et céleri-rave
Salade de pommes de terre et pieds de porc truffés
Vitello tonnato

Bruneau (Michel), cuisinier normand
La Bourride
15-17, rue Vaugueux
14000 Caen
Crevettes au cidre
Tripes à la mode de Caen

Cagna (Jacques)
14, rue des Grands-Augustins
75006 Paris
Canard au sang
Escargots en pommes de terre

Castaing (Paule)
20 *bis*, rue Godefroy
69006 Lyon
Matelote Charles-Vanel

Cerf (le)
30, rue du Général-de-Gaulle
67520 Marlenheim
Beignets de fleurs de sureau au miel
Jarret de porc au chou rouge

Chanrion (Jean)
Au Vin des rues
71, rue Boulard
75014 Paris
Bœuf à la ficelle

Chapel (Alain)
01390 Mionnay
Charlotte de légumes
Gigot braisé aux petits oignons nouveaux
Mousse de citron
Oreilles de veau farcies du Bugey
Poularde à la crème et aux morilles

Chibois (Jacques)
38, rue des Serbes
06400 Cannes
Petits farcis provençaux

Chocolaterie royale (la)
53, rue Royale
45000 Orléans
Pâte de coing

Cirino (M.)
Le Jardin du *Royal Monceau*
37, avenue Hoche
75008 Paris
Calamars farcis

Clerc (François)
La Vieille Fontaine
8, rue Guétry
78600 Maisons-Lafitte
Marinière de grenouilles à la coque

Constant (Christian)
Le Violon d'Ingres
135, rue Saint-Dominique
75007 Paris
Confit de foie gras, quenelles de figues et noix

Constant (Christian), chocolatier
26, rue du Bac
75007 Paris
Brioche vendéenne
Sabayon au rhum et aux marrons glacés
Sorbet au cacao et aux raisins
Sorbet au miel et aux pignons de pin
Tarte au chocolat
Tarte Sonia Rykiel

Conticini (Christiane)
Le Restaurant du Parc
93250 Villemomble
Soufflé de stockfisch aux navets

Coscuella (Maurice)
32160 Plaisance-du-Gers
Papillotes de cœurs d'oie

Coutanceau (Richard)
Plage de la Concurrence
17000 La Rochelle
Cagouilles à la charentaise

Crémaillère (la)
53, avenue de Paris
19100 Brive-la-Gaillarde
Pommes de terre à la sarladaise

Cussac (Christophe)
L'Abbaye Saint-Michel (SARL)
Montée Saint-Michel
89700 Tonnerre
Andouillettes à la chablisienne
Jambon à la chablisienne

Daguin (André)
Le France
Place de la Libération
32000 Auch
Bombe glacée au yaourt
Brochettes de saumon au foie de canard frais
Étouffée de veau à la vapeur de légumes
Foie gras de canard au pacherenc
Foie gras de canard au poivre blanc et au vert de poireau
Glace aux truffes
Magrets de canard au poivre vert
Omelette au foie gras
Palombe sautée aux deux sauces
Papillote de homard et de coquilles Saint-Jacques
Tronçons de turbot à la vapeur

Daniel Metery
4, rue de l'Arcade
75008 Paris
Filets de turbot à la fondue de poireau et à la moelle
Pigeons rôtis, vinaigre à l'échalote

De Angeli (Alicia Gironella)
Centro Cultural Veracruzano Miguel Angel de Quevedo 687
Coyocan - Mexico 04320 D.F.
Dinde mole à la mexicaine

Deligne Bruno
Fauchon, Le Trente
26, place de la Madeleine
75008 Paris
Tarte Tatin

Dominique
19, rue Bréa
75006 Paris
Vatrouchka

Drouant
18, rue Gaillon
75002 Paris
Filets de sole Drouant

Drouelle (Gilbert)
L'Auberge d'Ergal
78760 Jouars-Pontchartrain
Saint-pierre grillé aux palets d'or

Ducasse (Alain)
Restaurant Alain Ducasse
2, rue Frémicourt
75015 Paris
Estofinado

Ducloux (Jean)
1, rue A.-Thibaudet
71700 Tournus
Pâté en croûte - pavé du roy -
Pâté de foies de volaille
Poulet sauté aux gousses d'ail en chemise

Ducrest (Guy)
Gâteau de pommes de terre des vendangeurs
Sole tante Marie

Duquesnoy (Jean-Paul)
Pigeon et foie gras en chartreuse au jus de truffe

Dutournier (Alain)
14, rue de Castiglione
75001 Paris
Abignades
Garbure
Gâteau de topinambour et foie gras à la truffe
Lièvre au chocolat
Rouget barbet en mille-feuille de chou à la moelle
Soupe glacée aux moules

Estival (Pierre)
3, boulevard du Maréchal-Leclerc
06310 Beaulieu-sur-Mer
Fricassée de mer au sabayon de Bellet

Faugeron (Henri)
52, rue de Longchamp
75016 Paris
Crottin de Chavignol rôti sur salade aux noix de la Corrèze
Œufs à la coque Faugeron à la purée de truffe

Fellini
58, rue de La Croix-Nivert
75015 Paris
Biscuits à l'anis
Salade de poulpe

Ferrero (Jean-Claude)
38, rue Vital
75016 Paris
Sot-l'y-laisse aux morilles
Têtes de cèpe grillées au four
Truffe en papillote et son foie gras d'oie

Fleury (Jean)
Le Nord
18, rue Neuve
69002 Lyon
Petit salé aux lentilles
Salade d'oranges maltaises aux zestes confits
Salmis de faisan

Fouquet's
99, avenue des Champs-Élysées
75008 Paris
Œufs pochés en gelée

Fournier (Bernard)
Le Petit Colombier
44, rue des Acacias
75017 Paris
Daube de sanglier

Gale (Simon), chef cuisinier du *Bertie's*, *Hôtel Baltimore*
88 *bis*, avenue Kléber
75016 Paris
Fudges à la vanille

Girardet (Fredy)
1, route d'Yverdon
Crissier – Suisse
Cassolette de saint-jacques aux endives
Filets de rouget Girardet

Gleize (Pierre et Jany)
La Bonne Étape
Chemin du Lac
04160 Château-Arnoux
Caneton au miel de lavande et au citron
Macarons à la réglisse
Raviolis aux herbes
Soupe rustique d'épeautre du Contadour

Grand Véfour (le)
17, rue du Beaujolais
75001 Paris
Persillé de beaufort et artichaut, œuf poché à la moutarde
Riz au lait d'amande et gelée d'agrumes

Guérard (Michel)
Les Prés d'Eugénie
40320 Eugénie-les-Bains
Salade gourmande

Guy Savoy
18, rue Troyon
75017 Paris
Crosnes aux oursins
Huîtres en nage glacée
Lotte entière rôtie aux échalotes confites
Médaillons de lotte au beurre de poivron rouge
Mille-feuille vanille, coulis de framboise
Pommes Maxim's

Haeberlin (Marc)
L'Auberge de l'Ill
68150 Illhaeusern
Charlotte au pain d'épice et aux fruits secs d'hiver

Haeberlin (Paul et Jean-Pierre)
68150 Illhaeusern
Salsifis au gratin
Sauce à l'abricot
Saumon soufflé « Auberge de l'Ill »
Soufflé au fromage et aux œufs pochés

Haeberlin (Paul)
68150 Illhaeusern
Civet de lièvre
Côtelettes de perdreau Romanov
Faisan au porto
Potage aux grenouilles

***Harry's Bar* de Venise**
San Marco 1323
30194 Venise - Italie
Carpaccio

Hermé (Pierre)
55, rue Caulaincourt
75018 Paris
Fraisier
Paris-brest
Pâte à savarin

Huerta (Brigitte)
18, rue de Champigny
94430 Chennevières-sur-Marne
Porée charentaise

Humbert (Alex)
3, rue Royale
75008 Paris
Selle d'agneau Callas

Ignace (Christian)
40, rue Pierre-Curie
78370 Plaisir
Soufflé Simone

Isabal (Maurice)
Ithurria
64250 Ainhoa
Darnes de merlu à la koskera

Jardin de Perlefleurs (le)
100, chemin de l'Orangerie
83230 Bormes-les-Mimosas
Anchoyade
Rouille au safran
Salade niçoise
Socca
Tête de veau à la provençale

Jeffroy (Patrick)
11, rue Bon-Voyage
27800 Plounérin
Lapereau de campagne au cidre fermier

Jeunet (André et Jean-Paul)
Jeunet
9, rue de l'Hôtel-de-Ville
39600 Arbois
Gigot de poularde au vin jaune et aux morilles
Jésus à la vigneronne

Jounault (Lionel)
Ancien chef du *Royal Monceau* à Casablanca (Maroc)
Velouté glacé à l'avocat

Jourdan (Daniel)
Hostellerie de la Fuste
04210 Valensole
Pieds et paquets de La Pomme
Truites à la nage Jean Giono
Truites saumonées en salade

Jouteux (Jean-Jacques)
Le Provençal
2, avenue Daniel-Séméria
06230 Saint-Jean-Cap-Ferrat
Bouillabaisse

Lacombe (Jean-Paul)
1, rue Pleney
69001 Lyon
Terrine de poireaux et fromage de chèvre frais

Lamaison (Alain)
Le Miravile
72, quai de l'Hôtel-de-Ville
75004 Paris
Pigeon aux figues violettes et raisins blancs

Lamazère (Roger)
23, rue de Ponthieu
75008 Paris
Confit d'oie
Foie gras cru : préparation
Perdreaux en croustade

Lampréia (les frères)
49, avenue Émile-Zola
75015 Paris
Tartes à la rhubarbe
Tomates à la provençale du Petit Plat

Lapérouse
51, quai des Grands-Augustins
75006 Paris
Caneton de Colette
Civet de râble de lièvre aux pâtes fraîches
Colvert au poivre vert
Soufflé Lapérouse

Lasserre
17, avenue Franklin-Roosevelt
75008 Paris
Canard à l'orange Lasserre
Crêpes flambées Mylène
Mandarines à la julienne d'orange confite
Parmentier de morue fraîche aux saint-jacques
Petit pintadeau Richelieu à la sarriette
Sole soufflée au salpicon de crustacé
Steak de charolais à la moelle
Timbales Élysées Lasserre

Le Divellec (Jacques)
107, rue de l'Université
75007 Paris
Foies de raie au vinaigre de cidre
Tartare de thon
Vieilles aux pommes de terre

Legras (Claude)
Le Parc des Eaux-Vives
82, quai Gustav-Ador
Genève - Suisse
Nage de poissons du lac à l'aligoté et aux herbes fraîches

Lemaire (Simone), cuisinière
03270 Saint-Yorre
Escalopes de turbot à l'embeurrée de poireau
Gratin de fraises au sabayon de citron

Lenôtre (Gaston)
44, rue d'Auteuil
75016 Paris
Vacherin fin moka

Loiseau (Bernard)
La Côte d'Or
2, rue d'Argentine
21210 Saulieu
Grenouilles à la purée d'ail et au jus de persil

Noisettes de chevreuil au vin rouge et poires rôties
Tarte fine aux pommes légère et chaude

Maison du Chocolat (la)
225, rue du Faubourg-Saint-Honoré
75008 Paris
Bacchus
Gâteau aux marrons et au chocolat

Marais Cage (le)
8, rue de Beauce
75003 Paris
Court-bouillon créole
Féroce martiniquais

Marinette
12, avenue Georges-V
75008 Paris
Aligot
Filets de sole Marco Polo

Martin (Loïc)
Le Paris
52 *bis*, rue Esquermoise
59000 Lille
Filet de turbot à l'angélus

Massia (Christiane)
59, rue de Dantzig
75015 Paris
Aiguillettes de canard au vinaigre de miel
Pommes au miel et au beurre salé
Sauce à l'oseille

Maxim's
3, rue Royale
75008 Paris
Selle d'agneau Belle Otéro

Meneau (Marc)
89450 Saint-Père-sous-Vézelay
Asperges en buisson au beurre d'orange
Beignets de foie gras (cromesquis)

Meulien (Jean-Marie)
Le Méridien
81, boulevard Gouvion-Saint-Cyr
75017 Paris
Langouste aux herbes thaïes
Rognon de veau en son jus d'eau de noix

Michel Chabran
N 7, avenue du 45e parallèle
26600 Pont-de-l'Isère
Trois tatins à l'ananas frais

Michel Rubod
47, rue Jean-Jacques-Rousseau
03600 Commentry
Gigot de mouton de 7 heures

Millésimes (les)
25, rue de l'Église
21220 Gevrey-Chambertin
Coq au chambertin

Minchelli (Jean et Paul)
Paul Minchelli
54, boulevard de La Tour-Maubourg
75007 Paris
Ceviche de mérou
Coquilles Saint-Jacques crues
Croûtons au thym
Daurade royale braisée aux quartiers de pomme
Escalopes de saumon cru aux deux poivres
Escalopes de saumon tièdes aux carottes
Filets de sole aux pommes
Homard sauté à l'orange
Huîtres chaudes de l'île de Ré
Langue de morue sauce au pistou
Terrine de sardines crues
Turbotin aux poireaux

Mioche (Michel)
43, avenue Pierre-Curie
63400 Chamalières
Clermont-Ferrand
Homard breton aux angéliques

Navarroo (Barbara)
1, rue Léon-Delhomme
75015 Paris
Gâteau au potiron d'Halloween

Oliver (Michel)
55, quai des Grands-Augustins
75006 Paris
Artichauts en ragoût

Orain (Pascal), chef pâtissier du *Bertie's*,
Hôtel Baltimore
88 *bis*, avenue Kléber
75016 Paris
Apple crumble

Orsi (Pierre)
3, place Kléber
69006 Lyon
Gratin de macaronis

Outhier (Louis)
06210 La Napoule
Filets de sole au vermouth
Saint-pierre à la rhubarbe

Pacaud (Bernard)
6, place des Vosges
75004 Paris
Charlotte aux rougets
Salade de perdrix au chou

Paineau (Georges)
13, rue Saint-Michel
56230 Questembert
Mousse de navet

Parra (Christian)
L'Auberge de la Galupe
64240 Urt
Boudin noir béarnais
Cocochas en sauce verte
Piperade
Ravioles de daube de canard au vin rouge

Passard (Alain)
84, rue de Varenne
75007 Paris
Mille-feuille au chocolat
Potiron sauté à cru aux épices

Passedat (Gérald)
Le Petit Nice
Anse de Maldormé
13007 Marseille
Selle d'agneau de lait en carpaccio au pistou

Peignaud (Michel)
8, quai de Thézac
29770 Audierne
Steaks de morue aux flageolets verts

Peyrot (Claude)
192, avenue Victor-Hugo
75016 Paris
Crème de betterave ou crème Violetta
Foie gras de canard glacé

Pic (Jacques)
285, avenue Victor-Hugo
26000 Valence
Couronnes de loup au poivron
Filets de loup au caviar

Pierre Au Palais Royal
10, rue de Richelieu
75001 Paris
Maquereaux au cidre
Nougat glacé au miel

Pierre Mauduit traiteur
54, rue du Faubourg-Saint-Denis
75010 Paris
Charlotte au chocolat
Charlotte aux fraises

Poujauran (Jean-Luc)
20, rue Jean-Nicot
75007 Paris
Galette des Rois

Pralus (Auguste)
8, rue Charles-de-Gaulle
43300 Roanne
Brioche praluline

Pré Catelan (le)
Bois de Boulogne-Route de Suresnes
75016 Paris
Crème glacée coco-safran
Risotto noir de langoustines au basilic thaï

Pyrénées (les)
19, place du Général-de-Gaulle
64220 Saint-Jean-Pied-de-Port
Pimientos del piquillo farcis à la morue

Ravet (Bernard)
L'Ermitage
Vuffleur-le-Château
1134 Suisse
Gratinée de poires aux pistaches
Omble chevalier aux asperges vertes et aux morilles

Riguidel (la Maison)
Boulangerie - pâtisserie
38, rue Port-Maria
56170 Quiberon
Galettes bretonnes

Robuchon (Joël)
59, boulevard du
Général-Martial-Valentin
75015 Paris
Crème caramélisée à la cassonade
Frivolités de saumon fumé au caviar
Gelée de caviar à la crème de chou-fleur
Homard aux truffes et châtaignes en cocotte
Laitances de hareng au verjus
Lièvre à la royale du sénateur Couteau à la façon poitevine
Purée de navet et de pomme de terre
Salade pastorale aux herbes
Sole poêlée aux graines de sésame
Tarte aux pommes de terre
Tête de porc mijotée Île-de-France

Roellinger (Olivier)
Les Maisons de Bricourt
1, rue Du Guesclin
35260 Cancale
Chutney
Homard à l'américaine
Ormeaux à la cancalaise
Soupe au lait d'huître

Romeyer (Pierre)
109 Groenendaalsesteenuteg
1560 Hoeilaart - Belgique
Anguilles sauce Chambord, nouillettes au beurre

Rostang (Michel)
20, rue Rennequin
75017 Paris
Petits œufs de caille en coque d'oursin
Poires rôties au sauternes

Rostang (Philippe)
La Bonne Auberge
N 7
06600 Antibes
Poularde dauphinoise

Rumen (Hervé)
157, avenue du Maine
75014 Paris
Escalopes de foie gras de canard aux pommes
Poires au vin

Schillinger
16, rue Stanislas
68000 Colmar
Foie gras d'oie de Colmar et sa gelée au pinot noir
Petite marmite de cochon laqué

Senderens (Alain)
9, place de la Madeleine
75008 Paris
Beignets d'ananas sauce pinacolada
Figues rôties et coulis de fruits rouges
Navets farcis braisés au cidre
Salade d'avocat Archestrate
Salade de raie

Souvereyns (Roger)
Scholteshif
130 Kermstraat
3512 Stevoort - Belgique
Selle de sanglier aux coings

Tabourdiau (Émile)
Morilles farcies aux ris d'agneau
Piccata de lotte au bouillon d'ail et courgettes-fleurs

Theurel (Michel)
38, boulevard Waterloo
Bruxelles - Belgique
Ravioles fines de homard, sauce glacée au corail

Thorel (Jacques)
L'Auberge bretonne
2, place Du Guesclin
56130 La Roche-Bernard
Rouelle de thon aux épices et aux carottes

Tour d'Argent (la)
15, quai de la Tournelle
75005 Paris
Caneton Tour d'Argent
Noisettes des Tournelles
Œufs pochés masqués Almaviva
Poires Charpini
Poires Wanamaker

Tournadre (Gilles)
9, quai de la Bourse
76000 Rouen
Canard aux navets confits et au cidre

Troisgros (Jean et Pierre)
Place de la Gare
42300 Roanne
Blanc de pintade aux pommes de terre Alex-Humbert
Dindonne pochée vinaigrette à l'huile de noix
Escalopes de saumon à l'oseille Troisgros
Jeu de pommes
Mousse de grive aux baies de genièvre
Pommes de terre mère Carles
Pruneaux au rasteau et à la crème fraîche
Soufflé aux châtaignes
Terrine de lapin de clapier
Terrine de légumes aux truffes « Olympe »
Tourte au canard de Barbarie

Valluet (Daniel)
12, rue Gustave-Eiffel
06310 Beaulieu-sur-Mer
Soufflé au citron vert

Vandenhende (Francis)
6, rue Pierre-Demours
75017 Paris
Charlotte aux marrons

Vanel (Lucien)
22, rue Maurice-Fonvieille
31500 Toulouse
Petites tartes au muscat
Salade toulousaine

Vedel (Pierre)
19, rue Duranton
75015 Paris
Sardines gratinées

Vergé (Roger)
Le Moulin de Mougins
Notre-Dame-de-Vie
06250 Mougins
Aubergines farcies
Blanquette d'agneau aux haricots et pieds d'agneau
Civet de homard
Filets de bar au vert de laitue
Filets mignons de veau au citron
Fleurs de courgette aux truffes
Poulet en croûte de sel

Versini (Olympe)
48, rue Saint-Georges
75009 Paris
Brochettes de moules
Langoustines frites aux légumes
Sole au thym
Tarte au citron
Truffes en chocolat à la crème

Veyrat (Marc)
L'Auberge de l'Éridan
7, avenue des Chavoires
74290 Veyrier-du-Lac
Carré d'agneau au pimpiolet

Vié (Gérard)
1, boulevard de la Reine
78000 Versailles
Foie gras de canard à la vapeur et au fumet de sauternes
Fondant de bœuf au chambertin
Galette de pommes de terre au lard et caviar
Salade de coquilles Saint-Jacques
Salade de petits navets nouveaux
Salade de sandre aux girolles

Vigato (Jean-Pierre)
Apicius
122, avenue de Villiers
75017 Paris
Blanc-manger
Cabillaud fraîcheur
Croustillant choco-banane
Glace au miel
Merlan frit Colbert
Salade d'oreilles de cochon confites
Saumon cru pommes à l'huile

Vrinat (Jean-Claude) et Deligne (Claude)
15, rue Lamennais
75008 Paris
Terrine de brochet sauce Nantua

Wally le Sabarien
36, rue Rodier
75009 Paris
Pastilla au pigeon

Westermann (Viviane et Antoine)
Parc de l'Orangerie
67000 Strasbourg
Oie rôtie et farcie à la façon de ma mère

Wynants (Pierre)
Comme chez soi
23, place Rouppe
Bruxelles - Belgique
Choesels à la bruxelloise
Médaillons de lotte aux herbes

BIBLIOGRAPHIE

Les ouvrages sont classés par ordre alphabétique d'auteur, sauf mention spéciale en début de paragraphe.

Art culinaire

Ouvrages de référence

par ordre chronologique de parution

Viard (A.), *le Cuisinier impérial* (Paris, 1806).

Beauvilliers (Antoine), *l'Art du cuisinier* (Paris, 1814).

Audot (Louis Eustache), *la Cuisinière de la campagne et de la ville* (Audot, Paris, 1818).

Carême (Antonin), *le Cuisinier parisien* (Paris, 1828) ; *l'Art de la cuisine française au XIXe siècle* (3 vol., Paris, 1833-1835 ; t. 4 et 5, 1843-1844, par Plumerey ; fac-similé par Kerangué et Pollès, Paris, 1981).

Dubois (Urbain) et **Bernard** (Émile), *la Cuisine classique [...] appliquée au service à la russe* (Paris, 1856).

Grandi (Ferdinando), *les Nouveautés de la gastronomie princière* (Paris, 1866).

Gouffé (Jules), *le Livre de cuisine* (Paris, 1867).

Dubois (Urbain), *la Cuisine artistique* (Paris, 1870) ; *École des cuisinières* (Paris, 1887) ; *Nouvelle Cuisine bourgeoise pour la ville et pour la campagne* (Paris, 1888).

Dumas (Alexandre), *Grand Dictionnaire de cuisine* (Paris, 1873 ; Veyrier, Paris, 1978).

Garlin (Gustave), *le Cuisinier moderne ou les Secrets de l'art culinaire* (Paris, 1887).

Colombié (Auguste), *Traité pratique de cuisine bourgeoise...* (Paris, 1893).

Dagouret (Pierre), *Abrégé de cuisine (1 200 recettes) avec vocabulaire en quatre langues* (Paris, 1900 ; Flammarion, 1975).

Montagné (Prosper) et **Salles** (Prosper), *la Grande Cuisine illustrée* (Monaco, 1900).

Richardin (Edmond), *la Cuisine française du XIXe au XXe siècle [...]* (Paris, 1910).

Ali-Bab (Henri Babinsky, dit), *Gastronomie pratique, études culinaires, suivies du traitement de l'obésité des gourmands* (2e éd., Flammarion, Paris, 1912 ; éd. définitive, 1975).

Montagné (Prosper), *la Cuisine bonne et pas chère* (Paris, 1919) ; *le Grand livre de cuisine* (Paris, 1928) ; *Cuisine avec et sans ticket* (Paris, 1941).

Nignon (Édouard), *l'Heptaméron des gourmets* (Paris, 1919) ; *les Plaisirs de la table* (Paris, 1926).

Escoffier (Auguste), *le Guide culinaire, aide-mémoire de cuisine pratique avec la collaboration de MM. Philéas Gilbert et Émile Fetu* (Paris, 1921) ; *Ma cuisine*, 2 500 recettes (Paris, 1934).

Pomiane (Édouard de), *le Code de la bonne chère* (Paris, 1925 ; 1952 ; *Le Livre de Poche pratique*, n°4 842) ; *la Cuisine en six leçons* (Paris, 1927) ; *la Cuisine pour la femme du monde* (Paris, 1934) ; *le Carnet d'Anna* (1938) ; *Cuisine et restrictions* (Paris, 1940) ; *Radio Cuisine : première et deuxième série* (Albin Michel, Paris, 1949) ; *la Cuisine en 10 minutes* (Calmann-Lévy, 1969).

Reboux (Paul), *Plats nouveaux ! 300 recettes inédites ou singulières ; essai de gastronomie moderne* (Paris, 1927) ; *Plats du jour* (Paris, 1930).

Saint-Ange (Mme Ébrard), *le Livre de cuisine* (Paris, 1927) ; *la Cuisine de Madame Saint-Ange* (Larousse, Paris, 1958), constamment réédité.

Joyant (Maurice), *la Cuisine de Monsieur Momo* (Paris, 1930).

Pellaprat (Henri-Paul), *l'Art culinaire moderne* (1935) ; *la Cuisine familiale et pratique* (Flammarion, Paris, 1955) ; *le Pellaprat du XXe siècle* (René Kramer, Lausanne, 1969).

Curnonsky et **Croze** (Austin de), *le Trésor gastronomique de la France* (Delagrave, Paris, 1953).

Oliver (Raymond), *Ma cuisine* (Bordas, Paris, 1965 ; éd. revue et corrigée, 1981) ; *Cuisine pour mes amis* (Albin Michel, Paris, nouv. éd., 1976).

Point (Fernand), *Ma gastronomie* (Flammarion, Paris, 1969).

Dumaine (Alexandre), *Ma cuisine* (éd. de la Pensée moderne, Paris, 1972).

Denis, *la Cuisine de Denis* (Robert Laffont, Paris, 1975).

Oliver (Michel), *Mes premières recettes* (éd. du Rocher, Monaco, 1982) ; *Mes nouvelles recettes à la télé* (Plon, Paris, 1982).

Bocuse (Paul), *la Cuisine du marché* (Flammarion, Paris, 1976) ; *Bocuse dans votre cuisine* (Flammarion, Paris, 1982).

Guillot (André), *la Grande Cuisine bourgeoise* (Flammarion, Paris, 1976).

Brazier (Eugénie), *les Secrets de la mère Brazier* (Solar, Paris, 1977 ; 2e éd., Solar 1992).

Guérard (Michel), *la Cuisine gourmande* (Robert Laffont, Paris, 1977).

Sylvestre (Jacques) et **Planche** (Jean), *les Bases de la cuisine* (Lanore, Paris, 1977).

Troisgros (Jean et Pierre), *Cuisiniers à Roanne* (Robert Laffont, Paris, 1977) ; *les Petits Plats des Troigros* [Pierre et Michel] (Robert Laffont, Paris, 1977).

Blanc (Georges), *Ma cuisine des saisons* (Robert Laffont, 1984).

Olympe (Dominique Nahmias, dite), *la Cuisine d'Ève et d'Olympe* (Mengès, Paris, 1980) ; *la Cuisine d'Olympe* (Mengès, Paris, 1982) ; *Ma cuisine de A à Z : mes 200 recettes secrètes.* (Albin Michel, Paris, 1991).

Chapel (Alain), *la Cuisine, c'est beaucoup plus que des recettes* (Robert Laffont, Paris, 1980).

Daguin (André), *le Nouveau Cuisinier gascon* (Stock, Paris, 1981).

Senderens (Alain et Éventhia), *la Cuisine réussie* (J.-C. Lattès, Paris, 1981) ; *la Grande Cuisine à petits prix* (Robert Laffont, Paris, 1984).

Haeberlin (Paul et Jean-Pierre), *les Recettes de l'Auberge de l'Ill* (Flammarion, Paris, 1982).

Meurville (Élisabeth de), *la Cuisine française : vos 200 plats préférés* (Montalba, Paris, 1985) ; *la Cuisine des chefs chez eux* (Carré, Paris, 1993) ; *la France gourmande à domicile* [avec Michel Creignou] (Hachette, Paris, 1995).

Vergé (Roger), *les Fêtes de mon moulin* (Flammarion, Paris, 1986).

Bras (Michel), **Boudier** (Alain) et **Millau** (Christian), *le Livre de Michel Bras* (éd. du Rouergue, Rodez, 1991).

Scotto (les sœurs) et **Hubert-Baré** (Annie), *l'Héritage de la cuisine française* (Hachette, Paris, 1992).

Loiseau (Bernard) et **Gilbert** (Gérard), *Trucs, astuces et tours de main* (Hachette, Paris, 1993).

This (Hervé), *les Secrets de la casserole* (Belin, Paris, 1993) ; *Révélations gastronomiques* (1995).

Robuchon (Joël), *le Carnet de route d'un compagnon cuisinier* [avec É. de Meurville] (Payot, Paris, 1995) ; *le Meilleur et le plus simple de la France* (Laffont, 1996) ; *l'Atelier de Joël Robuchon* (Hachette, 1996).

Derenne (Jean-Philippe), *l'Amateur de cuisine* (Stock, 1996).

Cuisines étrangères

Dubois (Urbain), *Cuisine de tous les pays : études cosmopolites* (Paris, 1868).

Fielding (Michael), *la Cuisine des provinces de France* (1968-1974) ; *la Cuisine viennoise* (1969) ; *la Cuisine italienne* (1969) ; *la Cuisine russe* (1969-1971) ; *la Cuisine d'Espagne et du Portugal* (1969-1973) ; *la Cuisine de l'Inde* (1969-1973) ; *la Cuisine américaine* (1969-1974) ; *la Cuisine scandinave* (1969-1974) ; *la Cuisine à travers le monde* (Time-Life, Amsterdam, 1969-1979) ; *la Cuisine allemande* (1970) ; *la Cuisine du Moyen-Orient* (1970) ; *la Cuisine japonaise* (1970-1973) ; *la Cuisine des îles Britanniques* (1970-1974) ; *la Cuisine latino-américaine* (1970-1974).

Vence (Céline) et **Vie** (Blandine), *les Cuisines du monde* (1980).

Cuisines du monde [les] (Larousse, Paris, 1993).

Afrique

Bennani-Smires (Latifa), *la Cuisine marocaine* (Al Madariss, 1980).

Bouksani (Mme), *Gastronomie algérienne* (éd. Jeffal, Rouiba, 1982).

Hal (Fatéma), *les Saveurs et les Gestes : cuisines et traditions du Maroc.* Préface de Tahar Ben Jelloun (Stock, Paris, 1995).

Isnard (Léon), *la Gastronomie africaine* (Paris, 1930) ; *Afrique gourmande, ou « l'Encyclopédie culinaire de l'Algérie, de la Tunisie et du Maroc »* (Oran, v. 1930).

Karsenty (Irène et Lucienne), *Cuisine pied-noir* (Denoël, Paris, 1974).

Obeida (Kadidja), *253 recettes de cuisine algérienne* (Jacques Grancher, Paris, 1983 ; nouv. éd., 1991).

Toussaint-Samat (Maguelonne), *la Cuisine rustique d'Afrique noire ; Madagascar* (Robert Morel, Forcalquier, 1971).

Amérique

Beaulieu (Mireille), *les Meilleures Recettes du Québec* (éd. La Presse, Montréal, 1974).

Da Mathilde, *325 recettes de cuisine créole* (Jacques Grancher, Paris, 1975).

Del Paso (Socorro et Fernando), *Douceur et Passion de la cuisine mexicaine : 151 recettes, 46 menus* (éd. de l'Aube, Paris, 1991).

Simmons (Amelia), *American Cookery* (New York, 1822).

Asie

Ghanooparvar (M. R.), *Persian Cuisine* (Mazda Publishers, Lexington, Kentucky, 1982).

Khawam (René), *la Cuisine arabe* (Albin Michel, Paris, 1970).

Lecourt (H.), *la Cuisine chinoise* (Pékin, 1925).

Mordelet (Alain), *Cuisine des palais d'Orient* (éd. de l'Aube, Paris, 1994).

Mukherjee (Danielle), *la Cuisine indienne facile et bon marché* (Guy Authier, Paris, 1978).

Rabiha, *la Bonne Cuisine turque* (Istanbul, 1925 ; fac-similé Morcrette, Luzarches, s.d.).

Rao (Nguyen Ngoc), l*a Cuisine chinoise à l'usage des Français* (Denoël, Paris, 1980).

Europe

Artusi (Pellegrino), *la Scienza in cucina e l'arte di mangiar bene* (Firenze, 1910 ; Garzanti, Milan, 1970 et 1975 ; Einaudi, Turin, 1974) ; la Bible de la cuisine italienne.

Carnacina (Luigi) et **Veronelli** (Luigi), *Manger à l'italienne* (Flammarion, Paris, 1965).

Cougnet (Alberto), *l'Arte cucinaria in Italia* (Milan, 1910).

Domingo (Xavier), *le Goût de l'Espagne* (Flammarion, Paris, 1992).

Gundel (Karoly), *la Cuisine hongroise de Károly Gundel* (Corvina Kiadó, Budapest, 1956 ; 6e éd., 1981).

Ianco (Ana), *175 recettes de cuisine roumaine* (Jacques Grancher, Paris, 1990).

Jaroszová (Petra), *les Délices de Bohême* (éd. de l'Aube, Paris, 1990).

Kohl (Hannelore), *Un voyage gourmand à travers l'Allemagne* (éd. de Fallois, 1996).

Koranyi et **Szinder** (Lad.), *Livre de la bonne chère, contenant toutes les spécialités gastronomiques de la cuisine hongroise* (Hungaria, Budapest, v. 1938).

Monod (Louis), *la Cuisine florentine* (Lucerne, 1914 ; réimp. Morcrette, Luzarches).

Muro (Angel), *Diccionario general de Cocina* (Madrid, 1892).

Petit (A.), *la Gastronomie en Russie, « par A. Petit, chef de cuisine de Son Excellence le comte Panine »* (Paris, 1860).

Pomiane (Édouard de), *Cuisine juive, ghettos modernes* (Paris, 1929).

Roukhomovsky (Suzanne), *Gastronomie juive : cuisine et pâtisserie de Russie, d'Alsace, de Roumanie et d'Orient* (Paris, 1929 ; éd. revue, 1968).

Tchekoff (M. V.), *la Cuisine russe* (Jean-Pierre Taillandier, Paris, 1987).

Vigliardi-Paravia (Leda), *Je mange et j'aime ça. Les 100 meilleures recettes du terroir italien* (éd. Assouline, 1994).

Wirkowski (Eugeniusz), *la Cuisine des juifs polonais* (Interpress, Varsovie, 1988).

Witwicka (H.) et **Soskine** (S.), *la Cuisine russe classique* (Albin Michel, Paris, 1968 ; nouv. éd., 1978).

Cuisines des régions de France

Amicale des cuisiniers et pâtissiers auvergnats de Paris, *Cuisine d'Auvergne* (Denoël, Paris, 1979).

Auricoste de Lazarque (Ernest), *la Cuisine messine* (Metz, 1927).

Barberousse (Michel), *la Normandie : inventaire culinaire régional* (Hachette, Paris, 1974).

Baumgartner (Marguerite), *la Cuisinière du Haut-Rhin...*, trad. de l'allemand (Mulhouse, 1829 ; seconde partie, 1833 ; fac-similé des deux : Morcrette, Luzarches).

Benoît (Félix) et **Clos-Jouve** (Henri), *la Cuisine lyonnaise* (Solar, Paris, 1972).

Besson (Joséphine), *la Mère Besson : ma cuisine provençale* (Albin Michel, Paris, 1977).

Blanc (Honoré), *les Rayoles, le mortier et la sauce de noix...* (Paris, 1824).

Ceccaldi (Marie), *Cuisine de Corse* (Denoël, Paris, 1980).

Clément (Marie-Christine et Didier) et **Martin** (André), *Sologne gourmande : le Cahier secret de Silvine* (Albin Michel, Paris, 1992).

CNAC, *l'Inventaire du patrimoine culinaire de la France* (Albin Michel, Paris) : *Nord, Pas-de-Calais* (1992) ; *Île-de-France* (1993) ; *Bourgogne* (1993) ; *Franche-Comté* (1993) ; *Pays de Loire* (1993) ; *Poitou-Charentes* (1994) ; *Bretagne* (1994) ; *Rhône-Alpes* (1995) ; *Provence-Alpes-Côte d'Azur* (1995) ; *Midi-Pyrénées* (1996).

Contour (Alfred), *le Cuisinier bourguignon* (Beaune, 1901 ; Jeanne Laffitte, Marseille, 1978).

Croze (Austin de), *les Plats régionaux de France* (Paris, 1926 ; Morcrette, Paris, 1977).

Curnonsky et **Rouff** (Marcel), *la France gastronomique, guide des merveilles culinaires et des bonnes auberges françaises*, 18 vol. (éd. Rouff, Paris, 1921-1925) : vol. 1 : *le Périgord* (1921) ; vol. 2 : *l'Anjou* (1921) ; vol. 3 : *la Normandie* (1921) ; vol. 4 : *la Bresse, le Bugey, le pays de Gex* (1921) ; vol. 5 : *l'Alsace* (1921) ; vol. 6 : *Paris* (1921) ; vol. 7 : *la Touraine* (1922) ; vol. 8 : *le Béarn* (1922) ; vol. 9 : *la Provence* (1922) ; vol. 10 : *la Bourgogne* (1923) ; vol. 11 : *la Bretagne* (1923) ; vol. 12 : *la Savoie* (1923) ; vol. 13 : *Bordeaux* (1924) ; vol. 14 : *Environs de Paris* (1924) ; vol. 15 : *Aunis-Saintonge* (1924) ; vol. 16 : *Poitou-Vendée* (1924) ; vol. 17 : *Lyon* (1925) ; vol. 18 : *le Maine et le Perche* (1925).

Durand (Charles), *le Cuisinier Durand* (Nîmes, 1830 ; 8e éd. revue, Nîmes, 1863) ; souvent réimprimé depuis.

Escudier (Jean-Noël), *la Véritable Cuisine provençale et niçoise ; nouvelle édition revue et augmentée d'un choix de recettes de cuisine languedocienne et de cuisine corse...* (éd. Provencia, Toulon, 1964 ; 1972).

Gaertner (Robert) et **Frederick** (Pierre), *la Cuisine alsacienne* (Flammarion, Paris,1979).

Karsenty (Irène), *Cuisine de Savoie* (Denoël, Paris, 1981).

Lallemand (Roger), *la Vraie Cuisine du Bourbonnais* (1967) ; *la Vraie Cuisine du Nivernais et du Morvan* (Lanore-Laurens, Paris, 1967) ; *la Vraie Cuisine du Berry et de l'Orléanais* (Quartier latin, La Rochelle, 1968) ; *la Vraie Cuisine de l'Anjou et de la Touraine* (1969) ; *la Vraie Cuisine de l'Auvergne et du Limousin* (1970) ; *la Vraie Cuisine de la Bretagne* (1971) ; *la Vraie Cuisine de Normandie* (1972) ; *la Vraie Cuisine de l'Artois, de la Flandre et de la Picardie* (1973) ; *la Vraie Cuisine de la Champagne* (1974) ; *la Vraie Cuisine de Paris et de l'Île-de-France* (1975) ; *la Vraie Cuisine de l'Alsace* (1976) ; *la Vraie Cuisine de la Lorraine* (1977) ; *la Vraie Cuisine de la Bourgogne* ; *la Vraie Cuisine du Lyonnais et de la Bresse.*

La Mazille, *la Bonne Cuisine du Périgord* (Flammarion, Paris, 1929) ; sans cesse réédité.

Montagné (Prosper), *le Festin occitan* (1929).

Morand (Simone), *Gastronomie bretonne d'hier et d'aujourd'hui* (Flammarion, Paris, 1965) ; *Gastronomie normande d'hier*

et d'aujourd'hui (Flammarion, Paris, 1970).
Palay (Simin), *la Cuisine du pays : Armagnac, Béarn, Bigorre, Landes, Pays basque ; 500 recettes* (Pau, 1936).
Philippe-Levatois (Jeanne), *Cuisine du Poitou et de Vendée* (éd. du Marais, Nenet, 1968) ; *Cuisine traditionnelle de Poitou et de Vendée* (Le Bouquiniste, Poitiers, 1976).
Reboul (J.-B.), *la Cuisine provençale* (Marseille, 1895).
Rivoyre (Éliane et Jacquotte de), *Cuisine landaise* (Denoël, Paris, 1980).
Robaglia (Suzanne), *Margaridou, journal et recettes d'une cuisinière au pays d'Auvergne* (CREER, Nonette, 1935 ; nouv. éd., « avec des recettes relevées par les Troisgros », 1977).
Robuchon (Joël), *Recettes du terroir d'hier* (Lattès, Paris, 1994).
Schneider (Tony et Jean-Louis) et **Brison** (Danièle), *la Cuisine alsacienne : 60 recettes de l'Arsenal ;* illustré par Toni Ungerer (Bueb et Reumaux, Strasbourg, 1985).
Six grands cuisiniers de Bourgogne (les), *Recettes d'hier et d'aujourd'hui* (J.-C. Lattès, Paris, 1982).
Sloimovici (A.), *Ethnocuisine de la Bourgogne* (Cormarin, 1973).
Tendret (Lucien), *la Table au pays de Brillat-Savarin* (Belley, 1892).
Varille (Mathieu), *la Cuisine lyonnaise* (Lyon, 1928).
Vidal (Dr Charles), *Nostra cozina* (Toulouse, 1930) ; en occitan.
Vincenot (famille), *Cuisine de Bourgogne* (Denoël, Paris, 1977).

Recettes spécialisées
par ordre chronologique de parution

Cuisine littéraire
Joyant (Maurice), *la Cuisine de Toulouse-Lautrec et Maurice Joyant* (Edita, Lausanne, 1966).
Courtine (Robert J.), *le Cahier de recettes de madame Maigret* (Robert Laffont, Paris, 1974) ; *Balzac à table* (Robert Laffont, Paris, 1976) ; *Zola à table* (Robert Laffont, Paris, 1978).
Sand (Christiane), **Lubin** (Georges), **Clément** (Marie-Christine et Didier) et **Martin** (André), *À la table de George Sand* (Flammarion, Paris, 1987).
Clément (Marie-Christine et Didier) et **Martin** (André), *Colette gourmande* (Albin Michel, Paris, 1990).
Vázquez Montalbán (Manuel), *les Recettes de Carvalho* (Christian Bourgois, Paris, 1996).

Cuisine au vin
Brunet (Raymond) et **Pellaprat** (Henri-Paul), *la Cuisine au vin* (Paris, 1936).
Derys (Gaston), *les Plats au vin* (Paris, 1937).
Desmur (Jean) et **Clos-Jouve** (Henri), *la Cuisine de Bacchus* (Solar, Paris, 1974).
Blanc (Georges), *De la vigne à l'assiette* (Hachette, Paris, 1995).

Produits de la mer
Caillat (A.), *150 manières d'accommoder les sardines* (Marseille, 1898 ; fac-similé Morcrette, Luzarches).
Escoffier (A.), *la Morue ; 82 recettes pour l'accommoder* (Paris, 1929).
Le Divelec (Jacques) et **Vence** (Céline), *la Cuisine de la mer* (Robert Laffont, Paris, 1982).
Le Duc, *Crustacés, poissons et coquillages* (J.-C. Lattès, Paris, 1977).
Pellaprat (Henri-Paul), *le Poisson dans la cuisine française* (Flammarion, Paris, 1972).

Produits de la terre
Androuet (Pierre), *la Cuisine au fromage : 800 recettes du monde entier* (Stock, Paris, 1978).
Bocuse (Paul) et **Perrier** (Louis), *le Gibier* (Flammarion, Paris, 1973).
Cuisine de nos pères (la), l'Art d'accommoder le gibier suivant les principes de Vatel et des grands officiers de bouche : 200 recettes... (Paris, 1885).
Cuisinière républicaine (la), *qui enseigne la manière simple d'accommoder les pommes de terre...* (Paris, 1794 ; réimp. Morcrette, 1976).
Dubois (Urbain), *la Cuisine d'aujourd'hui : « école des jeunes cuisiniers ; service des déjeuners, service des dîners, 250 manières de préparer les œufs »* (Paris, 1889).
Petit Cuisinier économe (le), *avec [...] le traitement et l'apprêt des pommes de terre...*, 2 vol. (Paris, 1796).
Ramain (Paul), *Mycogastronomie* (Les Bibliophiles gastronomes, Paris, 1953).

Types de mets
Gouffé (Jules), *le Livre des soupes et des potages contenant plus de 400 recettes de potages français et étrangers* (Paris, 1875).
Jolly (Martine), *À nous les bonnes soupes* (Albin Michel, Paris, 1994).
Recette de la fondue vaudoise (Imp. Kohler, Lausanne, 1945).
Wernert (J.), *Hors-d'œuvre et savouries* (1926).

Desserts, glaces et confitures
par ordre chronologique de parution

Bastiment de receptes... (Lyon, 1541).
Manière de faire toutes confitures [la], (Paris, 1550).
Nostre-Dame (Michel de, dit Nostradamus), *Excellent et moult utile opuscule [...] de plusieurs exquises recettes, [...] la manière et façon de faire confitures de plusieurs sortes, tant en miel que sucre et vin cuit* (Lyon, 1555 ; P. Hazan, Paris, 1962).
Pratique de faire toutes confitures (la), *« condiments, distillations d'eaux odoriférantes et plusieurs autres recettes très utiles ; avec la vertu et propriété du vinaigre... »* (Lyon, 1558 ; fac-similé Klincksieck, Paris, 1992).
Bonnefons (Nicolas de), *le Jardinier français, [...] avec la manière de conserver les fruits et faire toutes sortes de confitures, conserves et massepains...* (Paris, 1651).
Confiturier françois [le] (Paris, 1660).
Massialot, *Nouvelle Instruction pour les confitures, les liqueurs et les fruits ; avec la manière de bien ordonner un dessert* (Paris, 1692).
Gilliers (Joseph), *le Cannaméliste français* (Nancy, 1751).
Menon, *la Science du maître d'hôtel confiseur* (Paris, 1749).
Emy, *l'Art de bien faire les glaces d'office* (Paris, 1768).
Utrecht-Friedel (Mme), *l'Art du confiseur* (Paris, 1801).
Carême (Antonin), *le Pâtissier royal parisien [...] suivi [...] d'une revue critique des grands bals de 1810 et 1811* (Paris, 1815) ; *le Pâtissier pittoresque...* (Paris, 1815 ; 3e éd. très augmentée, 1842).
Lacam (P.), *le Nouveau Pâtissier-glacier français et étranger* (Paris, 1856) ; *le Glacier classique et artistique en France et en Italie* (Paris, 1893) ; *le Mémorial des glaces [...] renfermant 3 000 recettes...* (Paris, 1902).
Gouffé (Jules), *le Livre de pâtisserie* (Paris, 1873).
Hermé (Pierre), *Secrets gourmands* (Larousse, Paris, 1955) ; *la Maison du chocolat* [avec Sylvie Girard] (Robert Laffont, Paris, 1992).
Dubois (Urbain), *le Grand Livre des pâtissiers et des confiseurs* (Paris, 1883) ; *la Pâtisserie d'aujourd'hui* (Paris, 1894).
Darenne (E.) et **Duval** (E.), *Traité de pâtisserie moderne. Guide du pâtissier-traiteur ;* mis à jour en 1957 par P. Paillon, entièrement révisé par M. Leduby et H. Raimbault en 1965 (Flammarion, Paris, 1974).
Pasquet (Ernest), *la Pâtisserie familiale* (Flammarion, Paris, 1974).
Lenôtre (Gaston), *Faites votre pâtisserie comme Lenôtre* (Flammarion, Paris, 1975) ; *Faites vos glaces et votre confiserie comme Lenôtre* (Flammarion, Paris, 1978) ; *Desserts traditionnels de France* (Paris, 1992).
100 meilleurs desserts [les] (Larousse, Paris, 1977).
Vitalis (Marc), *les Bases de la pâtisserie, confiserie, glacerie* (J. Lanore, Paris, 1977).
Vielfaure (Nicole) et **Beauviala** (Anne-Christine), *Fêtes, coutumes et gâteaux* (Christine Bonneton, Le Puy, 1981).
Perrier-Robert (Anne-Marie), *les Friandises et leurs secrets* (Larousse, Paris, 1986).
Pâtisseries et desserts (Larousse, Paris, 1991).
Clément (Marie-Christine et Didier), *les Délices des petites filles modèles* (Albin Michel, Paris, 1995).

Gastronomie

Almanachs et périodiques
par ordre chronologique de parution

Gazetin du comestible [le] (Paris, 12 numéros de janvier à décembre 1767, et février 1778) ; tarifs de produits de luxe.
Grimod de La Reynière (Alexandre, Balthasar Laurent), *Almanach des gourmands...* (8 vol., Maradan, Paris, 1803 à 1808 ; Chaumerot, Paris, 1810 et 1812).
Journal des gourmands et des belles ou ***l'Épicurien français*** (Paris, 1806).
Périgord (A. B. de) [l'un des pseudonymes de Horace Raisson], *Nouvel Almanach des gourmands...* (Paris, 1825-1826 et 1827).
***Gastronome français** (le) ou l'Art de bien vivre, par les anciens auteurs du Journal des gourmands* (Paris, 1828).
***Journal des gourmands**, « moniteur de la table, à l'usage des gens du monde... »* (Paris, 1847-1848).
Monselet (Charles), *Almanach des gourmands* (Paris, 1862 et 1863) ; *le Double Almanach gourmand... pour 1866* (Paris, 1865) ; *le Triple Almanach gourmand... pour 1867*, (Paris, 1866) ; *l'Almanach gourmand pour 1868, 1869, 1870* (Paris, 1867, 1868, 1869).
***Art culinaire** [l']*, (Paris, 1883-1939).
***Pot-au-feu** (le), journal de cuisine pratique et d'économie domestique* (Paris, 1893-1940).
***Revue culinaire** [la]*, (Paris, 1920-...) ; *almanach de cocagne pour l'an 1920 ; dédié aux vrais Gourmands et aux Francs-Buveurs* (Paris, 1920) ; existe aussi pour 1921 et 1922, par Bertrand Guégan.
Petits Propos culinaires (Prospect Books, Londres, 1978-...) ; en anglais.

Gastronomie régionale et guides
par ordre chronologique de parution

Blanc du Fugeret (Honoré), *le Guide des dîneurs, ou Statistique des principaux restaurants de Paris...* (Paris, 1814).
Briffault (Eugène), *Paris à table* (Paris, 1846).
Luchet (Auguste), *Paris-Guide* (Paris, 1867).
Garlin (Gustave), *Cuisine ancienne ; promenade autour des quais* (Paris, 1893).
Fulbert-Dumonteil, *la France gourmande* (Paris, 1906).
Cousin (Jules Alexis Paul), *Voyages gastronomiques au pays de France : le Lyonnais et le Sud-Est* (Lyon, 1924).
Grancher (Marcel) et **Curnonsky**, *Lyon, capitale de la gastronomie* (Lyon, 1935).
Clos-Jouve (Henri), *le Promeneur lettré et gastronome en Bourgogne, de Dijon à Lyon* (Amiot-Dumont, Paris, 1951).
Arbellot (Simon), *Guide gastronomique de la France* (R.C.P. éd., Paris, 1953).
Curnonsky, *Cuisine et vins de France* (Larousse, Paris, 1953.
Clos-Jouve (Henri), *Carnet de croûte* (Magnard, Paris, 1963).
Gault (Henri) et **Millau** (Christian), *Guide gourmand de la France* (Hachette, Paris, 1970) ; *le Guide de Paris* (Paris, 1979).

Dictionnaires et encyclopédies
par ordre chronologique de parution

Aulagnier (A. F.), *Dictionnaire des substances alimentaires indigènes et exotiques et de leurs propriétés* (Paris, 1830).
Favre (Joseph), *Dictionnaire universel de la cuisine* (Paris, 1883-1890).
Montagné (Prosper), *Larousse gastronomique* (1ère éd. Paris, 1938.
Dictionnaire de l'académie des gastronomes (éd. Prisma, Paris, 1962).
Woutaz (Fernand), *le Grand Livre des sociétés et confréries gastronomiques de France* (Dominique Halévy, Paris, 1973).
Clément (Jean-Michel), *Dictionnaire des industries alimentaires* (Masson, Paris, 1978).
Cuisine succès (Larousse, Paris, 1991).

Littérature gourmande
par ordre chronologique de parution

Saint-Amant, *les Œuvres du sieur de Saint-Amant* (Paris, 1629).
Villiers (Claude Deschamps, sieur de), *les Costeaux ou les marquis frians, comédie* (Paris, 1665).
Desalleurs (Roland P., comte), *Lettres d'un pâtissier anglais au nouveau cuisinier français* (Paris, 1739 ; réédition par Stephen Mennell, University of Exeter, 1981).
Meusnier de Querlon (Anne-Gabriel), *les Soupers de Daphné* (Paris, 1740).
***Manuel de la friandise** (le), ou les Talents de ma cuisinière Isabeau mis en lumière... ;* par l'auteur du *Petit Cuisinier économe* (Paris, 1796).
Berchoux (Joseph), *la Gastronomie ou l'Homme des champs à table* (Paris, 1801 ; rééd. par Jean-Robert Pitte, Glénat, Grenoble, 1989).
Monselet (Charles), *la Cuisine poétique* (Paris, 1859) ; *Lettres gourmandes* (Paris, 1877) ; *les Mois gastronomiques* (Paris, 1880) ; *Gastronomie, récits de table* (Paris, 1880) ; *Poésies complètes* (Paris, 1880).
Rouff (Marcel), *la Vie et la Passion de Dodin-Bouffant, gourmet* (Paris, 1920 ; rééd. récentes).
Daudet (Léon), *Paris vécu : rive droite, rive gauche* (Paris, 1930).
Colette (Sidonie Gabrielle), *Prisons et Paradis* (Paris, 1933).
Grancher (Marcel), *le Charcutier de Mâchonville* (1942) ; *Cinquante ans à table : souvenirs gastronomiques* (Cannes, 1953).
Arbellot (Simon), *Un gastronome se penche sur son passé* (éd. du Vieux Colombier, Paris, 1955).
Curnonsky, *Souvenirs littéraires et gastronomiques* (Albin Michel, Paris, 1958).
Coquet (James de), *Propos de table* (Hachette, Paris, 1964).
Desmur (Jean) et **Courtine** (Robert J.), *Anthologie de la littérature gastronomique* (éd. de Trévise, Paris, 1970) ; *Anthologie de la poésie gourmande* (éd. de Trévise, Paris, 1970).
Amunategui (Francis), *Gastronomiquement vôtre* (Solar, Paris, 1971).
Maillard (J.) et **Hinous** (P.), *Histoires de tables* (Flammarion, Paris, 1989).

Essais gastronomiques
par ordre chronologique de parution

Cadet de Gassicourt (Charles Louis), *Cours gastronomique ou les Dîners de Manant-ville...* (Paris, 1806).
Brillat-Savarin (Jean Anthelme), *Physiologie du goût ou Méditations de gastronomie transcendante...* (Paris, 1826).
Raisson (Horace), *Code gourmand : manuel complet de gastronomie...* (Paris, 1827).
Balzac (Honoré de), *le Gastronome français ou l'Art de bien vivre* (1828) ; *la Physiologie gastronomique* (1830) ; *Traité des excitants modernes* (1836).
Cousin (Maurice), *Néophysiologie du goût* (Paris, 1839).
Taihade (Laurent), *Petit Bréviaire de la gourmandise* (Paris, 1919).
Pomiane (Édouard de), *Bien manger pour bien vivre : essai de gastronomie théorique* (Paris, 1922) ; *Réflexes et réflexions devant la nappe* (Paris, 1940).
Croze (Austin de), *la Psychologie de la table* (Paris, 1928).
Nignon (Édouard), *Éloge de la cuisine française* (Paris, 1933).
Ombiaux (Maurice des), *l'Amphitryon d'aujourd'hui* (Paris, 1936) ; *Traité de la table* (Sfelt, Paris, 1947).
Reboux (Paul), *le Nouveau Savoir-Manger* (Paris, 1941).
Amunategui (Francis), *l'Art des mets ou Traité des plaisirs de la table* (Fayard, Paris, 1959) ; *le Plaisir des mets* (Au fil d'Ariane, Paris, 1964).
Delteil (Joseph), *la Cuisine paléolithique* (Robert Morel, Forcalquier, 1964).
Courtine (Robert J.), *L'assassin est à votre table* (La Table Ronde, Paris, 1969) ; *le Grand Jeu de la cuisine* (Larousse, Paris, 1980).
Dumay (Raymond), *De la gastronomie* (Stock, Paris, 1969) ; *Du silex au barbecue* (Julliard, Paris, 1971).
Blake (Anthony) et **Crewe** (Quentin), *les Grands Chefs* (le Fanal, Paris, 1979).
Coffe (Jean-Pierre), *le Vrai Vivre* (Le Pré-aux-Clercs, 1989).

Essais de gastronomie historique
par ordre chronologique de parution

Gilbert (Philéas), *l'Alimentation et la technique culinaire à travers les siècles* (Paris, 1928).
Revel (Jean-François), *Un festin en paroles : histoire littéraire de la sensibilité gastronomique de l'Antiquité à nos jours* (Jean-Jacques Pauvert, Paris, 1979 ; Plon, Paris, 1995).
Capatti (Alberto), *le Goût du nouveau* (Albin Michel, Paris, 1989).
Pitte (Jean-Robert), *Gastronomie française : histoire et géographie d'une passion* (Fayard, Paris, 1991).
Flandrin (Jean-Louis), *Chronique de Platine : pour une gastronomie historique* (Odile Jacob, Paris, 1992).

Histoire

Bibliographies
par ordre chronologique de parution

Vicaire (Georges), *Bibliographie gastronomique, depuis le commencement de l'imprimerie jusqu'en 1890* (Paris, 1890 ; fac-similé, The Holland Press, Londres, 1978).
Oxford (Arnold Whitaker), *Notes from a Collector's Catalogue ; with a Bibliography of English Cookery Books* (Londres, 1909).
Bitting (Katherine Golden), *Gastronomic Bibliography* (San Francisco, 1939 ; Ann Arbor 1971 ; et Londres, 1981).
Lambert (Carole, éd.), *Du manuscrit à la table : essais sur la cuisine au Moyen Âge et répertoire des manuscrits médiévaux contenant des recettes culinaires* (Champion-Slatkine, Paris, 1992).
Teuteberg (Hans J., éd.), *European Food History : a Research Review* (Leicester University Press, Leicester, 1992).
Et coquatur ponando... *Cultura della cucina e della tavola in Europa tra medioevo ed età moderna* (Prato, 1996).

Ouvrages généraux

Barrau (Jacques), *les Hommes et leurs aliments* (Temps actuels, 1983).
Cuisine et la table (la) : *5 000 ans de gastronomie* (*L'Histoire*, numéro spécial, n° 85, 1986).
Flandrin (Jean-Louis) et **Montanari** (Massimo), *Histoire de l'alimentation* (Fayard, Paris, 1996).
Food et foodways. *Explorations in the History and Culture of Human Nourishment* (Harwood Academic Publishers, 1985-...).
Hémardinquer (Jean-Jacques, éd.), *Pour une histoire de l'alimentation* (A. Colin, Paris, 1970).

Par époques

Amouretti (Marie-Claire), *le Pain et l'huile dans la Grèce antique, de l'araire au moulin* (Paris, 1986).
André (Jacques), *l'Alimentation et la cuisine à Rome* (Les Belles Lettres, Paris, 1981).
Blanc (Nicole) et **Nercessian** (Anne), *la Cuisine romaine antique* (Glénat, Grenoble, 1992).
Détienne (Marcel) et **Vernant** (Jean-Pierre), *la Cuisine du sacrifice en pays grec* (Gallimard, Paris, 1979).
Margolin (Jean-Claude) et **Sauzet** (Robert) (éd.), *Pratiques et Discours alimentaires à la Renaissance* (Maisonneuve et Larose, Paris, 1982).
Nourritures (*Médiévales*, n° 5 , novembre 1983, PUV, Saint-Denis).
Qualité de la vie au XVIIe siècle (la), (Revue, Marseille, n°109, 1977).

Par pays

Benporat (Claudio), *Storia della gastronomia italiana* (Mursia, Milan, 1990).
Drummond (sir Jack Cecil) and **Wilbraham** (Anne), *The Englishman's Food : a History of Five Centuries of English Diet* (Jonathan Cape, Londres, 1939 ; 1955 ; et 1973).
Faccioli (Emilio), *l'Arte de la cucina in Italia* (Einaudi, Turin, 1987).
Franklin (Alfred), *la Vie privée d'autrefois* (5 vol. : *la Cuisine*, 1888 ; *les Repas*, 1889 ; *Variétés gastronomiques*, 1891 ; *le Café, le thé et le chocolat*, 1893 ; *la Vie à Paris sous Louis XIV*, 1898 (Paris, 1888-1898).
Gillet (Philippe), *Par mets et par vins : voyages et gastronomies en Europe, XVIe et XVIIIe siècles* (Payot, Paris, 1985).
Legrand d'Aussy (Pierre Jean Baptiste), *Histoire de la vie privée des Français depuis l'origine de la nation jusqu'à nos jours* (Paris, 1782 ; 2e éd. augmentée, Paris, 1815).
Mennell (Stephen), *Français et Anglais à table, du Moyen Âge à nos jours* (Flammarion, Paris, 1987).
Mitchell (B. R.), *European Historical Statistics, 1750-1975* (Macmillan, Londres, 2e éd., 1981).
Montanari (Massimo), *la Faim et l'abondance : histoire de l'alimentation en Europe* (Le Seuil, Paris, 1995).
Smith (R. E. F.), et **Christian** (David), *Bread et Salt : a Social Economic History of Food and Drink in Russia* (Cambridge University Press, Cambridge, 1984).
Stouff (Louis), *la Table provençale : boire et manger à la fin du Moyen Âge* (Aix-en-Provence, 1996).
Wheaton (Barbara K.), *l'Office et la Bouche*, trad. par B.Vierne (Calmann-Lévy, Paris, 1984).
Wyczanski (Andrzej), *la Consommation alimentaire en Pologne aux XVIe et XVIIe siècles* (Publications de la Sorbonne, Paris, 1985).

Par sujets
(Voir aussi Aliments et Boissons, Économie ménagère et Arts de la table.)

Aron (Jean-Paul), *le Mangeur du XIXe siècle* (Robert Laffont, Paris, 1973).
Art culinaire au XIXe siècle (l'), *Antonin Carême*, Délégation à l'action artistique de la ville de Paris (Paris, 1984).
Gilbert (Philéas), *l'Alimentation et la technique culinaire à travers les siècles* (Paris, 1928).
Girard (Sylvie), *Histoire des objets de cuisine et de gourmandise* (Jacques Grancher, Paris, 1991).
Huetz de Lemps (Alain) et **Pitte** (Robert), [éd], *les Restaurants dans le monde et à travers les âges* (Glénat, Grenoble, 1990).
Lespinasse (R. de), *Histoire générale de Paris : les métiers et corporations de la Ville... ;* t. 1 : *Métiers de l'alimentation* (Paris, 1886).
Papin (Denys), *la Manière d'amollir les os, et de faire cuire toutes sortes de viandes en fort peu de temps et à peu de frais ; avec une description de la machine dont il se faut servir pour cet effet...* (Paris, 1682 ; 2e éd. augmentée, 1688).
Rival (Ned), *Grimod de la Reynière, le gourmand gentilhomme* (Le Pré-aux-Clercs, Paris, 1983).
Tellier (Charles), *Histoire d'une invention moderne, le frigorifique* (Paris, 1910).

Petite histoire gastronomique

Bourgeat (Jacques), *les Plaisirs de la table en France, des Gaulois à nos jours* (Hachette, Paris, 1963).
Castelot (André), *l'Histoire à table* (Perrin, Paris, 1972).
Gottschalk (Alfred), *Histoire de l'alimentation et de la gastronomie depuis la préhistoire jusqu'à nos jours* (Hippocrate, Paris, 1948).
Guy (C.), *Histoire de la cuisine française* (Les Productions de Paris, 1962).
Moulin (Léo), *l'Europe à table* (Elsevier-Séquoia, Paris, 1975).
Ombiaux (Maurice des), *l'Art de manger et son histoire* (Paris, 1928).
Reboux (Paul), *Petite histoire de la gastronomie à travers les âges* (Corbeil, 1930).

Recettes anciennes
par ordre chronologique

Cuisine antique

Apicius, *l'Art culinaire ;* texte établi, trad. et commenté par Jacques André (Les Belles Lettres, Paris, 1974).
Athénée, *Banquet des sages* (Déipnosophistai), trad. de Lefebvre de Villebrune (Paris, 1789-1791).

Cuisine médiévale et moderne

Allemagne

Hayer (Gerold), *Das buch von ütter spise : Abbildungen zur Überlieferung des ältesten deutschen Kochbuches* (Göppingen, 1976).
Kuchenmaisterey (s.l.n.d. J.Zeninger, v. 1480 ; Zentralantiquariat der deutschen Demokratischen Republik, Leipzig, 1978).
Bock (Hieronymus), *Deutsche Speiszkammer* (Strasbourg, 1550).
Rumpolt (M.), *Ein new Kochbuch in Druckgegeben* (1581 ; reprint, Leipzig, 1977).

Angleterre

Austin (Thomas), *Two Fifteenth-Century Cookery Books* (Early English Text Society, O. S. 91, Londres, 1888 ; 1964).
Hieatt (Constance B.), *An Ordinance of Pottage* (Londres, 1988).
Hieatt (Constance B.) et **Butler** (Sharon), *Curye on Inglysch : English Culinary Manuscripts of the Fourteenth Century* [including the Forme of Cury] (Early English Text Society, SS. 8, Londres, 1985).
Warner (Richard), *Antiquitates Culinariae, or Curious Tracts relating to the Culinary affairs of the Old English* (Londres, 1791 ; fac-similé, Prospect Books, Londres, 1981).
A. W., *A Book of Cookerye* (Londres,1591 ; fac-similé Theatrum Orbis Terrarum, Amsterdam, 1976).
Murrell (J.), *A New Booke of Cookerye* (Londres, 1615 ; fac-similé par Theatrum Orbis Terrarum, Amsterdam, 1972).
W. M., *The Complete Cook and A Queens Delight* (Prospect Books, London, 1984) ; textes publiés pour la première fois en 1655 comme parties d'une trilogie intitulée *The Queens Closet Opened.*
Lamb (Patrick), *Royal Cookery, or the Complete Court Cook* (Londres, 1710).
Glasse (Hannah), *The Art of Cookery Made Plain and Easy* (Londres, 1747 ; fac-similé, Prospect Books, Londres, 1983).
Briggs (E.), *The English Art of Cookery* (Londres, 1788).

Danemark

Grewe (Rudolf), « *An Early 13th Century Northern-European Cookbook* », pp. 27-45 de *Current Research in Culinary History : Sources, Topics, and Methods* (Boston, 1986).

Flandre et Pays-Bas

Nuyttens (Francine), *Bloemlezing uit een vijftiende eeuws Kookboek* (Anvers, 1985).
Jansen-Sieben (Ria) et **Winter** (Johanna Maria von), *De Keuken van de Late Middeleeuwen : een kookboek uit de 16de eeuw*... (Uitgeverij Bert Bakker, Amsterdam, 1989).
Lancelot de Casteau, *Ouverture de cuisine* (Liège, 1604 ; fac-similé par De Schutter, Anvers/Bruxelles, 1983).

France et Savoie

Aebischer (Paul), « *Un manuscrit valaisan du Viandier attribué à Taillevent* », *Vallesia*, n° 8 (1953), pp. 73-100.
Lambert (Carole), *le Recueil de Riom*... (*le Moyen Français*, n° 20, Montréal, 1987).
Ménagier de Paris (le), « *Traité de morale et d'économie domestique, composé v. 1393 par un bourgeois parisien* » (éd. par le baron Jérôme Pichon, Paris, 1846 ; réimp. s.d., pour Daniel Morcrette à Luzarches ; éd. de Georgina E. Brereton et Janet Ferrier, Oxford, 1981).
Pichon (baron Jérôme) et **Vicaire** (Georges), [éd], *le Viandier de Guillaume Tirel* : nouv. éd. augmentée et refondue par Sylvie Martinet (Slatkine Reprint, Genève, 1967).
Scully (Terence), *The Viandier of Taillevent : an Edition of all Extant Manuscripts* (Ottawa, 1988) ; « *Du fait de cuisine par Maistre Chiquart, 1420* », pp. 101-231 de *Vallesia*, n° 15, 1985).
Sacchi (Bartolomeo), *Platine en françoys [...] augmenté copieusement de plusieurs docteurs, principalement par messire Desdier Christol, prieur de saint Maurice près Montpellier* (Lyon, 1505) ; nombreuses autres éditions au XVIe siècle.
Livre fort excellent de cuisine (Paris, 1542).
La Varenne (François Pierre, dit), *le Cuisinier françois* (Paris, 1651).
Bonnefons (Nicolas de), *les Délices de la campagne* (Paris, 1654).
Lune (Pierre de), *le Cuisinier* (Paris, 1656).
École des ragousts *(l'), ou le chef-d'œuvre du Cuisinier, du Patissier, et du Confiturier*... (Lyon, 1668).
L. S. R., l'Art de bien traiter... (Paris, 1674).
Massialot, *le Cuisinier royal et bourgeois*... (Paris, 1691 ; fac-similé René Dessagne, Limoges, 1980) ; *le Nouveau Cuisinier royal et bourgeois* (Paris, 1712).
La Chapelle (Vincent), *le Cuisinier moderne* (4 vol., La Haye, 1735).
Marin (François), *les Dons de Comus ou les Délices de la table*... (Paris, 1739) ; *Suite des Dons de Comus, ou l'Art de la cuisine réduit en pratique* (3 vol., Paris, 1742).
Cuisinier gascon [le] (Amsterdam,1740 ; fac-similé, Morcrette, Luzarches, 1976).
Menon, *Nouveau Traité de la cuisine* (Paris, 1742) ; *la Cuisinière bourgeoise, suivie de l'Office à l'usage de tous ceux qui se mêlent de dépenses de maison* (Paris, 1746 ; nombreuses rééditions ; fac-similé avec postface d'Alice Peeters, Messidor/Temps Actuels, Paris, 1981) ; *la Science du maître d'hôtel cuisinier*... (Paris, 1749 ; 5 rééd. ; fac-similé Gutenberg reprint, Paris, 1982) ; *la Nouvelle Cuisine avec de nouveaux dessins de tables et 24 menus*... (Paris, 1742 ; et 1751) ; *les Soupers de la Cour*... (Paris, 1755).

Italie

Faccioli (Emilio), *l'Arte della cucina in Italia* (Einaudi, Torino, 1987 ; Einaudi Tascabili, 1992).
Messisbugo (Christofaro di), *Libro novo nel qual s'insegna a far d'ogni sorte di vivande secondo la diversità de i tempi*... (Venise, 1552 ; fac-similé : Forni, Bologne, 1980).
Platina (Bartolomeo Sacchi), *De honesta voluptate ac valetudine* (Venise, 1475).
Scappi (Bartolomeo), *Opera di B. Scappi, cuoco secreto di Papa Pio Quinto* (Venise, 1570 ; fac-similé Forni, Bologne, 1981).

Péninsule Ibérique

Grewe (Rudolf), *Libre de Sent Soví. Receptari de cuina ; a cura de Rudolf Grewe* (Editorial Barcino, Barcelona, 1979).
Manuppella (Giacinto) et **Dias Arnaut** (Salvador), *O « livro de cozinha » da Infanta D. Maria de Portugal* (Coimbra, 1967).
Robert (Mestre), *Llibre de doctrina fera ben servir : de tallar y del art de coch* (Barcelona, 1520 ; 4 rééd. jusqu'en 1578 ; rééd. récente par Veronika Leimgruber, Libre del Coch. Tractat de cuina medieval. (Curial Edicions Catalanes, Barcelona, 1982).
Nola (Ruperto de), *Libro de cozina* [Edition de Carmen Iranzo, sur la version castillane de 1525] (Taurus, Madrid, 1969 ; rééd. 1982).
Martínez Montiño (Francisco), *Arte de cozina, pasteleria, vizcocheria y conserveria*... (Madrid, 1611 ; fac-similé, Tusquets editores, Barcelona, 1982).
Altamiras (Juan), *Nuevo Arte de Cocina* (Barcelone, 1758 ; fac-similé, Ediciones Histórico-artistica, La Borriana, 1986).

Suisse

Bolens (Lucie), *Élixirs et merveilles.* Manuscrit inédit sur la cuisine bourgeoise en Suisse romande à la fin du XVIIIe siècle. (éd. Zoé, Genève, 1984).
Cuisinière genevoise (la)... (Genève, 1817 ; fac-similé par Slatkine, Genève, 1987).

MORCEAUX CHOISIS ET RECETTES ADAPTÉES

Académie Platine, *le Banquet du bourgeois* (Livraison, Paris, 1981).
Bolens (Lucie), *la Cuisine andalouse, un art de vivre XIe-XIIIe siècles* (Albin Michel, Paris, 1990).
Cent recettes pour manger à l'ancienne (Association contre le cancer, Bruxelles, 1991).
Hieatt (Constance) et **Butler** (Sharon), *Pleyn Delit, Medieval Cookery for Modern Cooks* (University of Toronto Press, 1976; 2e éd.1996, trad. française par Brenda Thaon sous le titre *Pain, vin et venaison* (éd. de l'Aurore, Montréal, 1977).
Redon (Odile), **Sabban** (Françoise) et **Serventi** (Silvano), *la Gastronomie au Moyen Âge : 150 recettes de France et d'Italie* (Stock, Paris, 1991).

Aliments et boissons

CÉRÉALES, PAIN, PÂTES, POMMES DE TERRE

Contre Marco Polo : une histoire comparée des pâtes alimentaires

(*Médiévales*, n° 16-17, Presses universitaire de Vincennes, Saint-Denis, 1989).

Desportes (Françoise), *le Pain au Moyen Âge* (Olivier Orban, Paris, 1987).

Devroey (Jean-Pierre) et **Van Mol** (Jean-Jacques), éds., *l'Épeautre* (Triticum spelta) *: histoire et ethnologie* (Éd. Dire, Treignes, 1989).

Kaplan (Steven L.), *le Meilleur Pain du monde : les boulangers de Paris au XVIIIe siècle* (Fayard, Paris, 1996).

Légumes, pâtes et riz (Larousse, Paris, 1992).

Parmentier (Antoine Augustin), *le Parfait Boulanger*... (Paris, 1773); *Traité sur la culture et les usages des pommes de terre* (Paris, 1789).

Poilâne (Lionel), *Guide de l'amateur de pain* (Robert Laffont, Paris, 1981).

Robuchon (Joël), *le Meilleur et le plus simple de la pomme de terre : 100 recettes* [avec Dr Pierre Sabatier] (Robert Laffont, Paris, 1994).

AUTRES ALIMENTS VÉGÉTAUX

Bois (D.), *les Plantes alimentaires chez tous les peuples et à travers les âges : histoire, utilisation, culture. Phanérogames légumières* (P. Lechevalier, Paris, 1927).

Boisvert (Clotilde), *les Jardins de la mer : du bon usage des algues* (Terre vivante, Paris, 1988).

Candolle (A. de), *Origine des plantes cultivées* (Paris, 1883 ; réimp. Jeanne Laffitte, Marseille, 1984).

Holt (Géraldine), *les Fines Herbes* (Hatier, Paris, 1992).

Leclerc (Henri), *les Légumes de France* (Masson, Paris, 1977).

Maurizio (Dr A.), *Histoire de l'alimentation végétale depuis la préhistoire jusqu'à nos jours* (Payot, Paris, 1932).

Meiller (Daniel) et **Vannier** (Paul), éds., *le Grand Livre des fruits et légumes : histoire, culture et usage* (La Manufacture, Besançon, 1991).

Moynier (M.), *De la truffe*... (Paris, 1835).

Paulet, *Traité des Champignons*..., 2 vol. in-4° (Paris, 1793).

Pons (Jacques), *le Traité des melons* (Lyon, 1583).

Roques (Joseph), *Histoire des champignons comestibles et vénéneux* (Paris, 1832 ; 2e éd. augmentée, Paris, 1841).

ÉPICES, SEL, SUCRE, MIEL

Danrigal (Françoise) et **Huyghens** (Claude), *le Miel* (Nathan, Paris, 1989).

Landry (Robert), *Guide culinaire des épices, aromates et condiments* (Nouvelles éd. Marabout, Verviers, 1978).

Sucre et le sel [le], (JATBA, Travaux d'ethnobiologie, vol. 35, numéro spécial, 1988).

LAITAGES, POISSONS, VIANDES, VOLAILLE

Androuet (Pierre), *Guide du fromage* (Stock, Paris, 1971).

Animal dans l'alimentation humaine (l') *: les critères de choix* (*Anthropozoologica*, numéro spécial, 1988).

Davidson (Alan), *Poissons de la Méditerranée* (Solar, 1981).

Découpe et le partage du corps à travers le temps et l'espace (la) (*Anthropozoologica*, 1987).

Delort (Robert), *Les animaux ont une histoire* (Le Seuil, Paris, 1984).

Lindon (Raymond), *le Livre de l'amateur de fromage* (Robert Laffont, Paris, 1961).

Méchin (Colette), *Bêtes à manger : usages alimentaires des Français* (Presses universitaires, Nancy, 1992).

Poissons, coquillages et crustacés (Larousse, Paris, 1992).

Poplin (François, éd.), *le Dindon* (*Ethnozootechnie* n° 49, Société d'ethnozootechnie, Paris, 1992).

Serventi (Silvano), *la Grande Histoire du foie gras* (Flammarion, Paris, 1993).

Valeri (Renée), *le Confit et son rôle dans l'alimentation traditionnelle du sud-ouest de la France* (Liber Läromedel, Lund, 1977).

Viandes et volailles (Larousse, Paris, 1991).

VIN

Arnoux, *Dissertation sur la situation de Bourgogne* (1723).

Chaptal (Jean Antoine), *l'Art de faire le vin* (Paris, 1802).

Jullien (André), *Topographie de tous les vignobles connus*... Paris, 1816 ; 5e éd. 1866 ; réimp. Champion-Slatkine, Paris-Genève, 1985).

Franck (William), *Traité sur les vins du Médoc et les autres vins rouges du département de la Gironde* (Bordeaux, 1824).

Guyot (Jules), *Étude des vignobles de France* (Masson, Paris, 1863).

Pasteur (Louis), *Études sur le vin, ses maladies, causes qui les provoquent, procédés nouveaux pour le conserver et le vieillir* (Paris, 1873).

Arbellot (Simon), *Tel plat, tel vin* (Amphora, Paris, 1963).

Woutaz (Fernand), *le Grand Livre des confréries des vins de France* (Dominique Halévy, Paris, 1971).

Dion (Roger), *Histoire de la vigne et du vin en France* (Flammarion, 1977).

Johnson (Hugh), *Guide de poche du vin* (Robert Laffont, Paris, chaque année depuis 1977).

Faith (Nicholas), *Château Margaux ;* préface d'Émile Peynaud (Fernand Nathan, Paris, 1980).

Peynaud (Émile), *le Goût du vin* (Dunod, 1983) ; *Œnologue dans le siècle : entretiens avec Michel Guillard* (La Table Ronde, Paris, 1995).

Amateur de bordeaux (l'), revue trimestrielle, nouvelle série (Paris, 1983-...).

Rouge et le blanc (le), revue trimestrielle (Paris, 1983-...).

Vins et vignobles de France (Larousse/Savour Club, Paris, 1987).

Lachiver (Marcel), *Vins, vigne, vignerons : histoire du vignoble français* (Fayard, Paris, 1988).

Vigne et le vin [la] (La Manufacture, Lyon, 1988).

Fournier (Dominique) et **D'Onofrio** (Salvatore), [éd.], *le Ferment divin* (Maison des sciences de l'homme, Paris, 1991).

Parker (Robert), *Guide Parker des vins de France* (3e éd., Solar, Paris, 1994).

Larousse des vins (Larousse, Paris, 1994).

ABC des vins (Larousse, Paris, 1995).

Creignou (Michel), *Vigneron du Médoc* [avec Philippe Courrian] (Payot, Paris, 1996).

AUTRES BOISSONS

Paulmier (Julien de), *Traité du vin et du sidre* (Caen, 1589).

Dufour (Philippe Sylvestre), *Traités nouveaux et curieux du café, du thé et du chocolat* (Lyon, 1685).

Blégny (Nicolas), *le Bon Usage du thé, du café et du chocolat*... (Lyon, 1687).

Dejean (Antoine), *Traité raisonné de la distillation*... (Paris, 1753).

Cadet de Vaux (Antoine Alexis), *Dissertation sur le café*... (Paris, 1807).

Iatca (Michel), *Guide international de la bière* (André Balland, Paris, 1970).

Corran (Harry Stanley), A *History of Brewing* (Newton Abbot, 1975).

Sallé (Jacques et Bernard), *le Larousse des alcools* (Paris, 1982) ; *le Larousse des cocktails* (Paris, 1983).

Perrier-Robert (Anne-Marie) et **Mbaye** (Aline), *la Bière* (Larousse, Paris, 1988).

Weill (Alain), *les Cocktails* [avec Hervé Chayette] (Nathan, Paris, 1988).

Grand livre de l'eau [le], (La Manufacture, Paris, 1990).

Bailleux (Nathalie), **Bizeul** (Hervé), **Feltwell** (John) et **Kopp** (Régine), *le Livre du chocolat* (Flammarion, Paris, 1995).

Économie domestique et arts de la table

AGRONOMIE ET ÉCONOMIE DOMESTIQUE

Estienne (Charles) et **Liébaut** (Jean), *l'Agriculture et la Maison rustique* (Lyon, 1578) ; nombreuses rééditions.

Dawson (Thomas), *The Good Huswifes Jewell*... (2 parties, Londres, 1596 et 1597; reprint en 1 vol., par Theatrum Orbis Terrarum, Amsterdam, 1977).

Serres (Olivier de), *le Théâtre d'agriculture et ménage des champs* (Paris, 1600) ; nombreuses rééditions.

La Quintinie (Jean de), *Instructions pour les jardins fruitiers et potagers* (Paris, 1730 ; éd., 1690).

Liger (Louis), *Économie générale de la campagne ou Nouvelle Maison rustique* (Paris, 1700).

Bradley (R.), *The Country Housewife et Lady's Director*... (6e éd., Londres, 1736).
Alletz (Pons Augustin), *l'Agronome ou Dictionnaire portatif du cultivateur* (Paris, 1760).
Albert (B.), *Manuel complet d'économie domestique, contenant la cuisine, la charcuterie, la grosse pâtisserie et la pâtisserie fine*... (Paris, 1812).
Michaux (Marceline), *la Cuisine de la ferme* (Librairie agricole de la Maison rustique, 1867).
Davidson (Caroline), *A Woman's Work is Never Done : a History of Housework in the British Isles, 1650-1950* (Chatto et Windus, Londres, 1982).

Charcuterie et conserves

Appert (Nicolas), *l'Art de conserver, pendant plusieurs années, toutes les substances animales et végétales* (Paris, 1810) [rééd. en 1811 et 1813 : *le Livre de tous les ménages*].
Parfait Charcutier [le]... (Paris, 1815).
Dronne (Louis François), *Charcuterie ancienne et moderne*... (Paris, 1869).
Gouffé (Jules), *le Livre des conserves*... (Paris, 1869).
Michel (F.), *la Conserve de ménage* (Flammarion, Paris, 1932).
Cameron Smith (Marye), *le Livre complet de la conserve* (Dessain et Tolra, Paris, 1977).

Usages de table

Érasme (Désiré), *De civilitate morum puerilium* (1530) [trad. française d'Alcide Bonneau, Paris, 1877 : *la Civilité*, rééd. avec une préface de Philippe Ariès, Paris, 1977].
Traité de la civilité nouvellement dressée d'un manière méthodique et suivant les règles de l'usage vivant (Lyon, 1685).
Elias (Norbert), *la Civilisation des mœurs* (trad. française : Nathan, Paris, 1969).
Marchese (P.), *l'Invenzione della forchetta* (1989).
Moulin (Léo), *les Liturgies de la table* (1989).
Marenco (Claudine), *Manières de table, modèles de mœurs, XVIIe-XXe siècles* (Éd. de l'E. N. S.-Cachan, Cachan, 1992).
Aurell (Martin), **Dumoulin** (Olivier) et **Thelamon** (Françoise) [éd.], *la Sociabilité à table : commensalité et convivialité à travers les âges* (Publications de l'Université de Rouen, 1992).
Aymard (Maurice), **Grignon** (Claude), **Sabban** (Françoise) [éd.], *le Temps de manger : alimentation, emploi du temps et rythmes sociaux* (Maison des sciences de l'homme, Paris, 1993).

Arts de la table

Lune (Pierre de), *le Nouveau et Parfait Maistre d'hôtel [...] ; ensemble Un nouveau cuisinier à l'espagnole*... (Paris, 1662).
École parfaite des officiers de bouche, *contenant Le Vray Maistre-d'Hostel, Le Grand Escuyer-Tranchant, Le Sommelier Royal, Le Confiturier Royal, Le Cuisinier Royal, Et Le Patissier Royal* (Paris, 1662 ; 15 rééd).
Audiger, *la Maison réglée et l'art de diriger la maison d'un grand seigneur*... (Paris, 1692).
Menon, *le Manuel des officiers de bouche*... (Paris, 1759).
Grimod de La Reynière (Alexandre, Balthasar Laurent), *Manuel des amphitryons*... (Paris, 1808).
Carême (Antonin), *le Maître d'hôtel français : « traité des menus à servir à Paris, à Saint-Pétersbourg, à Londres et à Vienne »* (Paris, 1822).
Bernardi (T.), *le Glacier royal*...(Paris, 1844) ; *l'Écuyer tranchant ou l'Art de découper et servir à table*...(Paris, 1845).
Escoffier (Auguste), *le Livre des menus*... (Flammarion, Paris, 1912).
Carnevali (Oreste) et **Read** (Jean B.), *Comment découper et désosser viandes, volailles, poissons* (Stanké, Montréal-Paris, 1981).
Denéchaud (Karly), *le Nouvel Art de recevoir chez soi*... (éd. Alta/ J.-C. Lattès, Paris, 1981).
Ost (H.), *l'Art et la table* (Neuchâtel, 1982).

Diététique et sciences humaines

Diététique ancienne

Galien (Claude), *Des choses nutritives contenant trois vol., traduites par Maître Jehan Massé* (Paris, 1552).
École de salerne (l'), trad. en vers français).
Pisanelli (Baldassare), *Traicté de la nature des viandes et du boire*... (Arras, 1596).
Duchesne (Joseph, sieur de la Violette), *le Pourtraict de la santé*... (Paris, 1605).
Thresor de santé ou mesnage de la vie humaine [le]... (Lyon, 1607).
Lemery (Louis), *le Traité des aliments*... (Paris, 1702 ; 2e éd. augmentée, 1705 ; 3e éd. corrigée et augmentée par Jacques-Jean Bruhier, 2 vol., 1755).
Andry (Nicolas), *le Régime du Caresme considéré par rapport à la nature du corps et des alimens* (Paris, 1710).
Briand, *Dictionnaire des aliments, vins et liqueurs, leurs qualités, leurs effets, relativement aux différents âges et aux différents tempéraments*... (Paris, 1750).
Lombard (L.-M.), *le Cuisinier et le Médecin et le Médecin et le Cuisinier*... (Paris, 1855).

Diététique actuelle et nutrition

Apfeldorfer (Gérard), *Traité de l'alimentation et du corps* (Flammarion, Paris, 1994).
Bérard (Léone) et **Creff** (Albert-François), *Gastronomie de la diététique* (Robert Laffont, Paris, 1979).
Dupin (Henri), *l'Alimentation des Français : évolution et problèmes nutritionnels* (éd. E. S. F., Paris, 1978).
Fricker (Dr Jacques), *la Cuisine du bien maigrir* (éd. Odile Jacob, Paris, 1994) ; *le Nouveau Guide du bien maigrir* (éd. Odile Jacob, Paris, 1996).
Gayelord Hauser, *Cuisine de santé* (Denoël, Paris, 1953).
Guérard (Michel), *la Grande Cuisine minceur* (Robert Laffont, Paris, 1976 ; *Le Livre de Poche pratique*, n° 7735) ; *Minceur exquise : 150 recettes pour maigrir en se régalant* (Robert Laffont, Paris, 1989).
Guillot (André), *la Vraie Cuisine légère* (Flammarion, Paris, 1981).
Hubert (Annie), *Pourquoi les Eskimos n'ont pas de cholestérol*... (éd. générales First, Paris, 1995).

Psychologie et psychanalyse

Apfeldorfer (Gérard), *Je mange donc je suis : surpoids et troubles du comportement alimentaire* (Payot, Paris, 1991).
Cappon (Daniel), *Eating, Loving and Dying : a Psychology of Appetites* (University of Toronto Press, Toronto, 1973).
Chiva (Matty), *le Doux et l'amer : sensation gustative, émotion et communication chez le jeune enfant* (PUF, Paris, 1985).
Logue (Alexandra Woods), *Psychology of Eating and Drinking* (New York, 1986).

Ethnologie et sociologie

Bourdieu (Pierre), *la Distinction* (éd. de Minuit, Paris, 1979).
Driver (Christopher), *The British at Table 1940-1980* (Chatto et Windus, Londres, 1983).
Fischler (Claude, éd.), *la Nourriture : pour une anthropologie bioculturelle de l'alimentation* (*Communications*, n° 31, Le Seuil, Paris, 1979) ; *l'Homnivore* (éd. Odile Jacob, Paris, 1990). *Manger magique : aliments sorciers, croyances comestibles* (*Autrement* n° 149, Paris, 1994).
Goody (Jack), *Cuisines, Cuisine et Classes*, trad. française (Centre Georges-Pompidou, Paris, 1984).
Identité alimentaire et altérité culturelle (Actes du Colloque de Neuchâtel, 12-13 novembre 1984, Université de Neuchâtel, 1985).
Moulin (Léo), *l'Europe à table : Introduction à une psychosociologie des pratiques alimentaires en Occident* (Elsevier-Sequoia, Paris-Bruxelles, 1975).
Piault (Fabrice, éd.), *Nourritures : plaisirs et angoisses de la fourchette* (*Autrement* n° 108, Paris, 1989) ; *le Mangeur : menus, mots et maux* (*Autrement* n° 138, Paris, 1993).
Simoons (Frederick J.), *Eat Not This Flesh : Food Avoidance in the Old World* (University of Wisconsin Press, Madison, 1961).
Verdier (Yvonne), *Façons de dire, façons de faire : la laveuse, la couturière, la cuisinière* (Gallimard, Paris, 1979).
Wilson (C. A.), *Food and Drink in Britain* (London, 1973).

RECETTES DES CHEFS ET DES RESTAURANTS

Le nom des restaurants apparaît en italique.

Abattis de dinde aux navets
Robert

Abignades
Alain Dutournier

Aiguillettes de canard au vinaigre de miel
Christiane Massia

Aïoli
Didier Banyols
Les Feuillants

Aïoli de morue
Didier Banyols
Les Feuillants

Aligot
Marinette

Aloyau d'Albufera
Antonin Carême

Anchoyade
Le Jardin de Perlefleurs

Andouillettes à la chablisienne
Christophe Cussac
L'Abbaye Saint-Michel (SARL)

Andouillettes à la tourangelle
Charles Barrier

Anguilles sauce Chambord, nouillettes au beurre
Pierre Romeyer

Animelles frites
Plumerey

Apple crumble
Pascal Orain

Arbolade
Pierre François de La Varenne

Artichauts à la lyonnaise
Paul Bocuse

Artichauts en ragoût
Michel Oliver

Asperges en buisson au beurre d'orange
Marc Meneau

Aubergines farcies
Roger Vergé

Bacchus
La Maison du Chocolat

Baklavas aux pistaches
Al Diwan

Ballottine de faisan à la gelée
Antonin Carême

Bécasse froide à la Diane
Léopold Mourier

Beignets d'ananas sauce pinacolada
Alain Senderens

Beignets de fleurs de sureau au miel
Le Cerf

Beignets de foie gras (cromesquis)
Marc Meneau

Beuchelle à la tourangelle
Jean Bardet

Biscuits à l'anis
Fellini

Biscuits au gingembre
Philippe Berzane

Blaff de poissons
Robert Courtine

Blanc-manger
Jean-Pierre Vigato
Apicius

Blanc de pintade aux pommes de terre Alex-Humbert
Jean et Pierre Troisgros

Blanquette d'agneau aux haricots et pieds d'agneau
Roger Vergé

Bœuf à la ficelle
Jean Chanrion
Au Vin des rues

Bombe glacée au yaourt
André Daguin

Bouchées d'huîtres à la Denis
Chef Denis

Boudin noir béarnais
Christian Parra
L'Auberge de la Galupe

Bouillabaisse
Jean-Jacques Jouteux
Le Provençal

Brie aux truffes
Barthélemy

Brioche praluline
Auguste Pralus

Brioche vendéenne
Christian Constant, chocolatier

Brochet du meunier
André Guillot

Brochet au vinaigre
Fernand Point

Brochettes de moules
Olympe Versini

Brochettes de saumon au foie de canard frais
André Daguin

Cabillaud fraîcheur
Jean-Pierre Vigato
Apicius

Café arabe
René R. Khawal

Cagouilles à la charentaise
Richard Coutanceau

Calamars farcis
M. Cirino
Le Jardin du *Royal Monceau*

Canard Cornille ravi
Daniel Bouché
Au Petit Montmorency

Canard farci à la rouennaise
Raymond Oliver

Canard aux mangues
Raymond Oliver

Canard aux navets confits et au cidre
Gilles Tournadre

Canard à l'orange Lasserre
Lasserre

Canard au sang
Jacques Cagna

Caneton au miel de lavande et au citron
Pierre et Jany Gleize
La Bonne Étape

Caneton de Colette
Lapérouse

Caneton Tour d'Argent
La Tour d'Argent

Cannelés
Frédérick E. Grasser

Cari de poulet
Mont-Bry

Carpaccio
Harry's Bar de Venise

Carpe farcie à l'ancienne
Antonin Carême

Carré d'agneau au pimpiolet
Marc Veyrat

Casserole de riz à l'ancienne
Antonin Carême

Cassolette de saint-jacques aux endives
Fredy Girardet

Ceviche de mérou
Jean et Paul Minchelli

Chapon poché et rôti au gratin de potiron
Georges Blanc

Charlotte au chocolat
Pierre Mauduit traiteur

Charlotte de chou aux olives
Frédérique Hébrard

Charlotte aux deux fruits
Fernand Point

Charlotte aux fraises
Pierre Mauduit traiteur

Charlotte de légumes
Alain Chapel

Charlotte aux marrons
Francis Vandenhende

Charlotte au pain d'épice et aux fruits secs d'hiver
Marc Haeberlin

Charlotte aux poires
Pierre Mauduit traiteur

Charlotte aux rougets
Bernard Pacaud

Chartreuse à la parisienne en surprise
Antonin Carême

Chartreuse de perdreau
Chef Denis

Choesels à la bruxelloise
Pierre Wynants
Comme chez soi

Choucroute aux poissons
Guy-Pierre Baumann

Chutney
Olivier Roellinger
Les Maisons de Bricourt

Civet de homard
Roger Vergé

Civet de lièvre
Paul Haeberlin

Civet de râble de lièvre aux pâtes fraîches
Lapérouse

Cocochas en sauce verte
Christian Parra
L'Auberge de la Galupe

Cœur de bœuf en matelote
Raymond Oliver

Colle de poisson clarifiée pour entremets
Antonin Carême

Colvert au poivre vert
Lapérouse

Confit d'oie
Roger Lamazère

Confit de foie gras, quenelles de figues et noix
Christian Constant
Le Crillon

Coq au chambertin
Les Millésimes

Coquilles Saint-Jacques crues
Jean et Paul Minchelli

Côtelettes de marcassin aux coings
Daniel Bouché
Au Petit Montmorency

Côtelettes de perdreau Romanov
Paul Haeberlin

Côtes de veau braisées à la Custine
Antonin Carême

Couronnes de loup au poivron
Jacques Pic

Court-bouillon créole
Le Marais Cage

Crème de betterave ou crème Violetta
Claude Peyrot

Crème caramélisée à la cassonade
Joël Robuchon

Crème glacée coco-safran
Le Pré Catelan

Crème de laitue, fondue aux oignons de printemps
Philippe Braun
Laurent

Crème plombières
Le Cuisinier royal de Viard et Fouret (1828)

Crêpes flambées Mylène
Lasserre

Crêpes vonnassiennes de la mère Blanc
Georges Blanc

Crépinettes de lotte au chou
Élisabeth Bourgeois-Baique
Le Mas Tourteron

Crevettes au cidre
Michel Bruneau, cuisinier normand
La Bourride

Croquembouche de marrons
Antonin Carême

Crosnes aux oursins
Guy Savoy

Crottin de Chavignol rôti sur salade aux noix de la Corrèze
Henri Faugeron

Croustillant choco-banane
Jean-Pierre Vigato
Apicius

Croûtons au thym
Paul Minchelli

Darnes de merlu à la koskera
Maurice Isabal
Ithurria

Daube de sanglier
Bernard Fournier
Le Petit Colombier

Daurade royale braisée aux quartiers de pomme
Jean et Paul Minchelli

Dinde mole à la mexicaine
Alicia Gironella De Angeli

Dindonne pochée vinaigrette à l'huile de noix
Jean et Pierre Troisgros

Écorce de melon au vinaigre
Jacques Pons, médecin d'Henri IV

Écrevisses grillées au beurre d'ail
Georges Blanc

Empanada
Anahi

Épinards : préparation et cuisson
Paul Bocuse

Escabèche de sardines
Charles Guillerand

Escalopes de foie gras de canard aux pommes
Hervé Rumen

Escalopes de saumon cru aux deux poivres
Jean et Paul Minchelli

Escalopes de saumon à l'oseille Troisgros
Jean et Pierre Troisgros

Escalopes de saumon tièdes aux carottes
Jean et Paul Minchelli

Escalopes de turbot à l'embeurrée de poireaux
Simone Lemaire, cuisinière

Escargots en pommes de terre
Jacques Cagna

Estofinado
Alain Ducasse

Étouffée de veau à la vapeur de légumes
André Daguin

Faisan au porto
Paul Haeberlin

Falettes
L'Ambassade d'Auvergne

Féroce martiniquais
Le Marais Cage

Feuilletés de coquilles Saint-Jacques
André Guillot

Figues rôties et coulis de fruits rouges
Alain Senderens

Filets de bar au vert de laitue
Roger Vergé

Filets de canard sauvage à la bigarade
Plumerey

Filets de loup au caviar
Jacques Pic
Filets mignons de veau au citron
Roger Vergé
Filets de rouget Girardet
Fredy Girardet
Filets de sole Drouant
Gilbert Drouant
Drouant
Filets de sole Marco-Polo
Marinette
Filets de sole aux pommes
Jean et Paul Minchelli
Filets de sole à la vapeur au coulis de tomate
Jacques Manière
Filets de sole au vermouth
Louis Outhier
Filets de turbot à l'angélus
Loïc Martin
Le Paris
Filets de turbot à la fondue de poireau et à la moelle
Daniel Metery
Fleurs de courgette aux truffes
Roger Vergé
Foie gras cru : préparation
Roger Lamazère
Foie gras de canard glacé
Claude Peyrot
Foie gras de canard au pacherenc
André Daguin
Foie gras de canard au poivre blanc et au vert de poireau
André Daguin
Foie gras de canard, truffe et céleri-rave
Philippe Braun
Laurent
Foie gras de canard à la vapeur et au fumet de sauternes
Gérard Vié
Foie gras d'oie de Colmar et sa gelée au pinot noir
Schillinger
Foie de veau à la Saulieu
Alexandre Dumaine
Foies de raie au vinaigre de cidre
Jacques Le Divellec
Fondant de bœuf au chambertin
Gérard Vié
Fraisier
Pierre Hermé
Fricassée de mer au sabayon de Bellet
Pierre Estival
Fricassée de pieds de mouton aux pieds-de-mouton
Dr Paul Ramain
Fricassée de poularde cardinal La Balue
Charles Barrier
Frivolités de saumon fumé au caviar
Joël Robuchon
Fudges à la vanille
Simon Gale
Galette de pommes de terre au lard et caviar
Gérard Vié
Galette des Rois
Jean-Luc Poujauran
Galettes bretonnes
La Maison Riguidel
Garbure
Alain Dutournier
Gâteau de foies blonds de volaille
Paul Blanc
Gâteau aux marrons et au chocolat
La Maison du Chocolat
Gâteau de pommes de terre des vendangeurs
Guy Ducrest
Joël Robuchon
Gâteau au potiron d'Halloween
Barbara Navarroo
Gâteau « Le Prélat »
Alexandre Dumaine
Gâteau de topinambour et foie gras à la truffe
Alain Dutournier
Gelée de caviar à la crème de chou-fleur
Joël Robuchon
Gelée de fruits rouges
Bernard Berilley
Gigot braisé à la bordelaise
Antonin Carême
Gigot braisé aux petits oignons nouveaux
Alain Chapel
Gigot de chevreuil de 3 heures
Christian Dior
Gigot de mouton de 7 heures
Michel Rubod
Gigot de poularde au vin jaune et aux morilles
Jean-Paul Jeunet
Gigot rôti de Léa
Léa Bidaut
Gimblettes à l'orange
Antonin Carême
Glace au miel
Jean-Pierre Vigato
Apicius
Glace aux truffes
André Daguin
Gnocchis aux herbes et aux tomates
Paolo Petrini
Gras-double à la voironnaise
Fernand Point
Gratin de bettes au verjus
Jacques Manière
Gratin de filets de sardines au citron
Daniel Bouché
Au Petit Montmorency
Gratin de fraises au sabayon de citron
Simone Lemaire, cuisinière
Gratin de macaronis
Pierre Orsi
Gratin de maïs
Anahi
Gratinée de poires aux pistaches
Bernard Ravet
L'Ermitage
Grenouilles à la purée d'ail et au jus de persil
Bernard Loiseau
La Côte d'Or
Grives à la purée d'oignon au vinaigre de xérès
Daniel Bouché
Au Petit Montmorency
Groseilles en tulipe
Pierre Julien
Homard à l'américaine
Olivier Roellinger
Les Maisons de Bricourt
Homard breton aux angéliques
Michel Mioche
Homard sauté à l'orange
Jean et Paul Minchelli
Homard aux truffes et châtaignes en cocotte
Joël Robuchon
Hoummos
Al Diwan
Huîtres chaudes de l'île de Ré
Jean et Paul Minchelli
Huîtres en nage glacée
Guy Savoy
Huîtres plates au champagne
Gérard Boyer
Jambon à la chablisienne
Christophe Cussac
L'Abbaye Saint-Michel (SARL)
Jarret de porc au chou rouge
Le Cerf
Jésus à la vigneronne
André Jeunet
Le Prieuré Notre-Dame

Jeu de pommes
Jean et Pierre Troisgros

Laitances de hareng au verjus
Joël Robuchon

Langouste aux herbes thaïes
Jean-Marie Meulien

Langoustines frites aux légumes
Olympe Versini

Langue de morue sauce au pistou
Jean et Paul Minchelli

Lapereau de campagne au cidre fermier
Patrick Jeffroy

Lapereau aux pruneaux
Ghislaine Arabian
Pavillon Ledoyen

Lièvre au chocolat
Alain Dutournier

Lièvre à la royale du sénateur Couteau à la façon poitevine
Joël Robuchon

Lotte entière rôtie aux échalotes confites
Guy Savoy

Macarons à la réglisse
Pierre et Jany Gleize
La Bonne Étape

Magnonnaise
Antonin Carême

Magrets de canard au poivre vert
André Daguin

Mandarines à la julienne d'orange confite
Lasserre

Maquereaux au cidre
Pierre Au Palais Royal

Maquereaux aux framboises
Daniel Bouché
Au Petit Montmorency

Marinière de grenouilles à la coque
François Clerc
La Vieille Fontaine

Matelote Charles-Vanel
Paule Castaing

Médaillons de lotte au beurre de poivron rouge
Guy Savoy

Médaillons de lotte aux herbes
Pierre Wynants
Comme chez soi

Médaillons de truite au beurre de ciboulette
André Besson

Merlan frit Colbert
Jean-Pierre Vigato
Apicius

Merlan hermitage
Raymond Oliver

Mille-feuille au chocolat
Alain Passard

Mille-feuille de cœurs de palmier au marlin fumé
Mesh Boyjoonauth

Mille-feuille de saumon frais au beurre rose
Élisabeth Bourgeois-Baique
Le Mas Tourteron

Mille-feuille vanille, coulis de framboise
Guy Savoy

Minutes de saumon à l'aigrelette
Georges Blanc

Morilles farcies au ris d'agneau
Émile Tabourdiau

Morue à la lyonnaise
Antonin Carême

Mouclade des bouchoteurs
Guy Épaillard

Mousse de citron
Alain Chapel

Mousse de grive aux baies de genièvre
Jean et Pierre Troisgros

Mousse de navet
Georges Paineau

Nage de poissons du lac à l'aligoté et aux herbes fraîches
Claude Legras
Le Parc des Eaux-Vives

Navarin de mouton
Charles Barrier

Navets farcis braisés au cidre
Alain Senderens

Noisettes de chevreuil au vin rouge et poires rôties
Bernard Loiseau

Noisettes des Tournelles
La Tour d'Argent

Noix de veau Brillat-Savarin
Alexandre Dumaine

Nougat glacé au miel
Pierre Au Palais Royal

Œufs à la coque Faugeron à la purée de truffe
Faugeron

Œufs pochés en gelée
Fouquet's

Œufs pochés masqués Almaviva
La Tour d'Argent

Œufs sur le plat Louis Oliver
Louis Oliver

Oie rôtie et farcie à la façon de ma mère
Viviane et Antoine Westermann

Omble chevalier aux asperges vertes et aux morilles
Bernard Ravet
L'Ermitage

Omelette au foie gras
André Daguin

Oreilles de veau farcies du Bugey
Alain Chapel

Orly de filets de saumon sauce tomate
Plumerey

Ormeaux à la cancalaise
Olivier Roellinger
Les Maisons de Bricourt

Palombe sautée aux deux sauces
André Daguin

Panaché de homard et d'écrevisses au caviar
Georges Blanc

Papillote de homard et de coquilles Saint-Jacques
André Daguin

Papillotes de cœurs d'oie
Maurice Coscuella

Paris-brest
Pierre Hermé

Parmentier de morue fraîche aux saint-jacques
Lasserre

Pastilla au pigeon
Wally le Saharien

Pâte de coing
La Chocolaterie royale

Pâte à frire japonaise
Torigaï

Pâte de pomme
Le Confiseur moderne

Pâte à savarin
Pierre Hermé
Fauchon

Pâté en croûte « pavé du roy »
Jean Ducloux

Pâté de foies de volaille
Jean Ducloux

Paupiettes de ris de veau braisé
Georges Blanc

Paupiettes de sole Paillard
A. Deland, chef de l'ancien restaurant *Paillard*

Perdreaux en croustade
Roger Lamazère

Persillé de beaufort et artichaut, œuf poché à la moutarde
Le Grand Véfour

Petit pintadeau Richelieu à la sarriette
Lasserre

Petit salé aux lentilles
Jean Fleury
Le Nord

Petite marmite de cochon laqué
Schillinger

Petites tartes au muscat
Lucien Vanel

Petits farcis provençaux
Jacques Chibois

Petits œufs de caille en coque d'oursin
Michel Rostang

Piccata de lotte au bouillon d'ail et courgettes-fleurs
Émile Tabourdiau

Pieds et paquets de *La Pomme*
Hostellerie de la Fuste

Pigeon aux figues violettes et raisins blancs
Alain Lamaison

Pigeon et foie gras en chartreuse au jus de truffe
Jean-Paul Duquesnoy
Duquesnoy

Pigeons rôtis
Daniel Metery

Pimientos del piquillo farcis à la morue
Les Pyrénées

Pintade à la catalane
Les Feuillants

Pintadeau farci Jean Cocteau
Raymond Oliver

Piperade
Christian Parra
L'Auberge de la Galupe

Poires Charpini
La Tour d'Argent

Poires rôties au sauternes
Michel Rostang

Poires au vin
Hervé Rumen

Poires Wanamaker
La Tour d'Argent

Poivrade de chevreuil aux noisettes et aux châtaignes
L'Auberge des Templiers

Pommes de terre mère Carles
Jean et Pierre Troisgros

Pommes Maxim's
Guy Savoy

Pommes reinettes au miel et au beurre salé
Christiane Massia

Pommes de terre à la sarladaise
La Crémaillère

Porée charentaise
Brigitte Huerta

Potage d'arrow-root
Antonin Carême

Potage aux grenouilles
Paul Haeberlin

Potiron sauté à cru aux épices
Alain Passard

Potjevlesch
Ghislaine Arabian
Pavillon Ledoyen

Poularde à la crème et aux morilles
Alain Chapel

Poularde dauphinoise
Philippe Rostang
La Bonne Auberge

Poularde truffée à la périgourdine
Plumerey

Poularde en vessie Marius Vettard
Fernand Point

Poulet en croûte de sel
Roger Vergé

Poulet grillé à l'américaine sauce diable
Georges Pouvel

Poulet sauté Boivin
Mont-Bry

Poulet sauté aux gousses d'ail en chemise
Jean Ducloux

Pruneaux au rasteau et à la crème fraîche
Jean et Pierre Troisgros

Purée de navet et de pomme de terre
Joël Robuchon

Quenelles de brochet Nandron
Nandron

Ravioles de daube de canard au vin rouge
Christian Parra
L'Auberge de la Galupe

Ravioles fines de homard, sauce glacée au corail
Michel Theurel

Raviolis au foie gras en consommé de poularde
Gérard Boyer

Raviolis aux herbes
Pierre et Jany Gleize
La Bonne Étape

Rillettes de lapereau en terrine cuit au parme
Hôtel de l'Aigle noir

Risotto noir de langoustines au basilic thaï
Le Pré Catelan

Riz au lait d'amande et gelée d'agrumes
Le Grand Véfour

Rognon de veau en son jus d'eau de noix
Le Méridien

Rôti de cheval à la cannelle
Robert Courtine

Rouelle de thon aux épices et aux carottes
Jacques Thorel
L'Auberge bretonne

Rouget-barbet en mille-feuille de chou à la moelle
Alain Dutournier

Rougets en écailles de pomme de terre
Paul Bocuse

Rougets pochés à la nage au basilic
Raymond Thuillier

Rouille au safran
Le Jardin de Perlefleurs

Sabayon au rhum et aux marrons glacés
Christian Constant, chocolatier

Saint-pierre grillé aux palets d'or
Gilbert Drouelle
L'Auberge d'Ergal

Saint-pierre à la rhubarbe
Louis Outhier

Salade d'avocat Archestrate
Alain Senderens

Salade de cervelle de veau
Antonin Carême

Salade de coques aux fèves fraîches
Robert Courtine

Salade de coquilles Saint-Jacques
Gérard Vié

Salade de fruits de mer
Guy Épaillard

Salade gourmande
Michel Guérard
Les Prés d'Eugénie

Salade de homard breton
Gérard Boyer

Salade niçoise
Le Jardin de Perlefleurs

Salade d'oranges maltaises aux zestes confits
Jean Fleury
Le Nord

Salade d'oreilles de cochon confites
Jean-Pierre Vigato
Apicius

Salade pastorale aux herbes
Joël Robuchon

Salade de perdrix au chou
Bernard Pacaud

Salade de petits navets nouveaux
Gérard Vié

Salade de pommes de terre et pieds de porc truffés
Philippe Braun
Laurent

Salade de poulpe
Fellini

Salade de raie
Alain Senderens

Salade de sandre aux girolles
Gérard Vié

Salade de têtes de violon et crevettes de Matane
André Besson
Laloux

Salade toulousaine
Lucien Vanel

Salmis de faisan
Jean Fleury
Le Nord

Salsifis au gratin
Paul et Jean-Pierre Haeberlin

Sandre de Loire au céleri et au vin
L'Auberge des Templiers

Sardines gratinées
Pierre Vedel

Sauce à l'abricot
Paul et Jean-Pierre Haeberlin

Sauce aromatique aux morilles
Antonin Carême

Sauce au beurre
Antonin Carême

Sauce à la bigarade
Antonin Carême

Sauce chaud-froid blanche pour volailles
Chef Denis

Sauce chaud-froid brune pour poissons et gibiers
Chef Denis

Sauce aux écrevisses
Antonin Carême

Sauce espagnole
Chef Denis

Sauce financière
Antonin Carême

Sauce à l'oseille
Christiane Massia

Sauce aux pignoles à l'italienne
Antonin Carême

Sauce Richelieu
Antonin Carême

Sauce à la truffe
Chef Denis

Sauce venaison
Antonin Carême

Sauce vinaigrette
Raymond Oliver

Saumon cru pommes à l'huile
Jean-Pierre Vigato
Apicius

Saumon mariné
Georges Blanc

Saumon soufflé « Auberge de l'Ill »
Paul et Jean-Pierre Haeberlin

Sauté de truffes du Piémont
Plumerey

Selle d'agneau Belle Otéro
Maxim's

Selle d'agneau Callas
Alex Humbert

Selle d'agneau de lait en carpaccio au pistou
Gérald Passedat
Le Petit Nice

Selle de sanglier aux coings
Roger Souvereyns

Socca
Le Jardin de Perlefleurs

Sole de ligne à la fondue de poireau
Antonin Carême

Sole poêlée aux graines de sésame
Joël Robuchon

Sole soufflée au salpicon de crustacé
Lasserre

Sole tante Marie
Guy Ducrest
Joël Robuchon

Sole au thym
Olympe Versini

Soles meunières Mont-Bry
Gilbert Phileas

Sorbet au cacao et aux raisins
Christian Constant, chocolatier

Sorbet au miel et aux pignons de pin
Christian Constant, chocolatier

Sot-l'y-laisse aux morilles
Jean-Claude Ferrero

Soufflé aux châtaignes
Jean et Pierre Troisgros

Soufflé au chocolat amer
L'Auberge des Templiers

Soufflé au citron vert
Daniel Valluet

Soufflé au fromage et aux œufs pochés
Paul et Jean-Pierre Haeberlin

Soufflé Lapérouse
Lapérouse

Soufflé au saumon
Raymond Thuillier

Soufflé Simone
Christian Ignace

Soufflé de stockfisch aux navets
Christiane Conticini
Le Restaurant du Parc

Soupe glacée aux moules
Alain Dutournier

Soupe au lait d'huître et galettes de sarrasin
Olivier Roellinger
Les Maisons de Bricourt

Soupe oursinade
René Alloin

Soupe de potiron
Paul Bocuse

Soupe rustique d'épeautre du Contadour
Pierre et Jany Gleize
La Bonne Étape

Soupe aux truffes noires
Paul Bocuse

Steak de charolais à la moelle
Lasserre

Steak au poivre
Roger Lallemand

Steaks de morue aux flageolets verts
Michel Peignaud

Suprêmes de volaille au sauternes et au citron confit
Jean-Michel Bédier

Tablier de sapeur
Léa Bidaut

Tartare de thon
Jacques Le Divellec

Tarte au chocolat
Christian Constant, chocolatier

Tarte au chocolat
Georges Blanc

Tarte au citron
Olympe Versini

Tarte à l'envers de lapereau à la tapenade
Élisabeth Bourgeois-Baique
Le Mas Tourteron

Tarte fine aux pommes légère et chaude
Bernard Loiseau

Tarte aux pommes de terre
Joël Robuchon

Tartes à la rhubarbe
Les frères Lampréia

Tarte Sonia Rykiel
Christian Constant, chocolatier

Tarte Tatin
Bruno Deligne
Fauchon, Le Trente

Tartelettes aux noix et au miel
Raymond Oliver

Tendron de veau aux nouilles, truffes et foie gras
Daniel Bouché
Au Petit Montmorency

Terrine de brochet sauce Nantua
Jean-Claude Vrinat
et Claude Deligne

Terrine de lapin de clapier
Jean et Pierre Troisgros

Terrine de légumes aux truffes « Olympe »
Jean et Pierre Troisgros

Terrine de poireaux et fromage de chèvre frais
Jean-Paul Lacombe
Léon de Lyon

Terrine de queue de bœuf en gelée d'estragon
Gérard Besson

Terrine de sardines crues
Jean et Paul Minchelli

Tête de porc mijotée Île-de-France
Joël Robuchon

Tête de veau à la provençale
Le Jardin de Perlefleurs

Têtes de cèpe grillées au four
Jean-Claude Ferrero

Timbales Élysées Lasserre
Lasserre

Tomates à la provençale du *Petit Plat*
Les Frères Lampréia

Tourin des noces
Alice Vayssouve

Tournedos aux morilles
Georges Blanc

Tourte aux abricots
Mont-Bry

Tourte au canard de Barbarie
Jean et Pïerre Troisgros

Tripes à la mode de Caen
Michel Bruneau,
cuisinier normand
La Bourride

Trois tatins à l'ananas frais au coulis de kiwi
Michel Chabran

Tronçons de turbot à la vapeur
André Daguin

Truffes au champagne
Plumerey

Truffe en papillote et son foie gras d'oie
Jean-Claude Ferrero

Truffes en chocolat à la crème
Olympe Versini

Truites à la nage Jean Giono
Daniel Jourdan

Truites saumonées en salade
Daniel Jourdan

Turbot en papillote aux légumes croquants, sauce champagne
Gérard Boyer

Turbotin aux poireaux
Jean et Paul Minchelli

Vacherin fin moka
Gaston Lenôtre

Vacherin glacé aux marrons
Raymond Thuillier

Vatrouchka
Dominique

Velouté glacé à l'avocat
Lionel Jounault, ancien chef
du *Royal Monceau* à Casablanca
(Maroc)

Vernis à la mode de Kléber Haedens
R. Dumay

Vieilles aux pommes de terre
Jacques Le Divellec

Vitello tonnato
Philippe Braun
Laurent

Volaille de Bresse Halloween
Paul Bocuse

Zéphyr aux fruits de mer
Marie-Louise Cordillo

INDEX DES RECETTES

AMUSE-GUEULE

acras de morue **16**
boudin antillais **148**
brioches aux anchois **171**
canapés : préparation **195**
canapés aux anchois **195**
canapés à l'anguille fumée **195**
canapés à la bayonnaise **195**
canapés aux crevettes (au homard, à la langouste) **195**
canapés aux laitances **195**
canapés à la parisienne **195**
canapés au saumon fumé **195**
carolines à la hollandaise **212**
diablotins au fromage **399**
diablotins aux noix et au roquefort **399**
pruneaux au bacon **868**
pruneaux au roquefort **868**

CONSOMMÉS, POTAGES ET SOUPES

Consommés et bouillons

bouillon d'abattis **151**
bouillon d'escargot **151**
bouillon aux herbes **151**
bouillon de légumes **151**
caldeirada **190**
cominée de gélines **304**
consommé blanc simple **318**
consommé simple de gibier **318**
consommé simple de poisson **318**
consommé simple de volaille **318**
consommé Bizet **318**
consommé Brillat-Savarin **318**
consommé à l'essence de céleri ou d'estragon **318**
consommé Florette **319**
consommé à l'impériale **319**
consommé Léopold **319**
consommé à la madrilène **319**
consommé Nesselrode **319**
consommé aux nids d'hirondelle **319**
consommé Pépita **319**
consommé princesse **319**
consommé aux profiteroles **319**
consommé à la reine **319**
consommé Saint-Hubert **319**

Crèmes-potages

crème-potage : méthode de base **346**
crème d'artichaut **346**
crème de betterave ou crème Violetta **346**
crème de champignon **346**
crème de crevette **346**
crème Du Barry **347**
crème d'endive **347**
crème d'estragon **347**
crème de laitue, fondue aux oignons de printemps **347**
crème d'orge **347**
crème de poireau **347**
crème de riz au gras **347**
crème de volaille **347**

Potages

borchtch ukrainien **139**
gaspacho de Séville **512**
potage d'arrow-root **846**
potage à la citrouille de Saint-Jacques de Montcalm **846**
potage Condé **847**
potage Crécy **847**
potage Du Barry **847**
potage froid de betterave **848**
potage froid de concombre **846**
potage Germiny **846**
potage aux grenouilles **846**
potage des Grisons **846**
potage aux huîtres **846**
potage Longchamp **847**
potage au mouton (mutton broth) **845**
potage aux oronges et aux noisettes **846**
potage oxtail **845**
potage à la paysanne **847**
potage-purée de céleri **847**
potage-purée soissonnais **847**
potage-purée de tomate **847**
potage Saint-Germain **847**
potage Solferino **848**
velouté d'artichaut **1090**
velouté d'asperge **1090**
velouté de crustacé **1090**
velouté de gibier, de viande ou de volaille **1090**
velouté glacé à l'avocat **1090**
velouté de poisson **1090**
vichyssoise **1096**

Soupes

aïgo boulido **27**
bourride sétoise **155**
chaudrée gaspésienne **254**
chaudrée saintongeaise **255**
cock-a-leeckie **294**
cotriade **334**
cousinette **341**
goulache **536**
minestrone florentin **677**
sobronade **981**
soupe albigeoise **998**
soupe à la bière **998**
soupe aux boulettes de foie à la hongroise **998**
soupe aux cerises **998**
soupe aux clams *(clam chowder)* **998**
soupe fassolada **998**
soupe glacé aux moules **998**
soupe aux gourganes **998**
soupe au gras-double à la milanaise **998**
soupe gratinée **543**
soupe aux haricots verts *(Bounenschlupp)* **999**
soupe au lait d'huître et galettes de sarrasin **572**
soupe à l'oignon **999**
soupe oursinade **999**
soupe panade au gras **999**
soupe panade au lait **999**
soupe au pistou **999**
soupe aux poireaux et aux pommes de terre **999**
soupe de potiron **999**
soupe de poulet à l'anglaise **1000**
soupe rustique d'épeautre du Contadour **426**
soupe aux truffes noires **1000**
tourin des noces **1057**
tourin périgourdin **1057**

ENTRÉES

Charcuterie et viandes

aspic de foie gras **65**
aspic de jambon et de veau (ou de volaille) **65**
carpaccio **214**
chartreuse de perdreau **250**
fritots de foies de volaille **490**
galantine de volaille **507**
mousse de foie gras de canard ou d'oie **690**
mousse froide de jambon **690**
mousse de grive aux baies de genièvre **690**
mousse de lièvre aux marrons **690**
pain de viande, de gibier ou de volaille **749**
pâté d'alouette en terrine **768**
pâté de foie de volaille **769**
persillé de beaufort et artichaut, œuf poché à la moutarde **1036**
potjevlesch **851**
quenelles de veau **876**
terrine de caneton **1036**
terrine de lapin de clapier **1036**
terrine de queue de bœuf **1038**
terrine de veau en gelée aux petits légumes printaniers **1038**

Entrées avec pâte

barquettes aux anchois **89**
barquettes aux champignons **89**
barquettes au fromage **89**
barquettes aux laitances **89**
barquettes aux œufs brouillés et aux asperges **89**
bouchées salées : préparation **144**
bouchées à la bénédictine **145**
bouchées aux champignons **145**
bouchées aux crevettes **145**
bouchées aux fruits de mer **145**
bouchées d'huîtres à la Denis **145**
bouchées aux laitances **145**
bouchées à la moelle **145**
bouchées à la reine **146**
chicken-pie **795**
croustades de foies de volaille **362**
croustades Montrouge **362**
croustades de pain de mie **362**
croustades de pommes de terre duchesse **362**
croustades vert-pré **364**
croûtes Brillat-Savarin **364**
croûtes cardinal **365**
croûtes à la diable **365**
croûtes à la livonienne **365**
croûtes à la moelle **365**

croûtes à la reine **365**
flamiche aux poireaux **465**
gougères **534**
gougères aux céleri-rave et céleri-branche, crème de caviar **536**
goyère **537**
koulibiac de saumon **598**
mincepie **677**
pâté d'anguille ou eel pie **768**
pâté chaud de bécassine Lucullus **768**
pâté en croûte « pavé du roy » **768**
pâté de foie gras truffé **769**
pâté de lièvre **769**
pâté de porc à la hongroise **769**
pâté de ris de veau **769**
pâté de saumon **769**
pâté de veau et de jambon en croûte **770**
pâté pantin de volaille **771**
petites timbales d'entrée **1048**
pissaladière **805**
pizza napolitaine **807**
quiche lorraine **877**
steak and kidney pie **1004**
talmouses à l'ancienne **1024**
tarte cauchoise **1027**
tarte à l'envers de lapereau à la tapenade **1027**
tarte au fromage blanc **1027**
tarte à l'oignon **1027**
tarte aux pommes de terre **1028**
tartelettes Agnès Sorel **1032**
timbales Agnès Sorel 1049
tourte au canard de Barbarie **1061**
tourte de grives à la périgourdine **1061**
tourte de truffes à la périgourdine **1061**
tourtière saguenéenne **1064**

Farinages
beignets d'aubergine **100**
beignets de cervelle **100**
beignets à la florentine **100**
beignets de foie gras (cromesquis) **100**
beignets de foie de raie **101**
beignets d'huître **101**
beignets de langoustine **101**
beignets de ris de veau **101**
beignets de salsifis **101**
beignets soufflés **101**
beignets soufflés à la toscane **101**
brik à l'œuf **167**
capucins **206**
choux au fromage **272**
choux à la mousse de foie gras **273**
choux à la Nantua **273**
choux vert-pré **273**
crêpes aux champignons **352**
crêpes gratinées aux épinards **352**
crêpes au jambon **352**
crêpes à l'œuf et au fromage **352**
crêpes au roquefort **352**
croissants au fromage **359**
croissants aux pignons **359**
cromesquis : préparation **359**
cromesquis à la bonne femme **359**
cromesquis à la florentine **359**
croquettes de bœuf **361**
croquettes de fromage **361**
croquettes de morue **361**
croquettes à la viennoise **361**
crumpets au roquefort **366**
dartois aux anchois **382**
dartois aux fruits de mer **382**
empanada **423**
feuilletés de coquilles Saint-Jacques **457**
feuilletés de foies de volaille **457**
flan à la bordelaise **466**
flan à la florentine **466**
flan de volaille Chavette **466**
gâteau de foies blonds de volaille **514**
gâteau de pommes de terre des vendangeurs **834**
gâteau de topinambour et foie gras à la truffe **514**
noques à l'alsacienne **711**
pannequets aux anchois **757**
pannequets au fromage **758**
pannequets panés et frits **758**
pannequets à potage **758**
pflutters **792**
pirojki caucasiens **805**
pirojki feuilletés **805**
rissoles : préparation **903**
rissoles à la fermière **903**
rissoles Pompadour **903**
soufflé salé : préparation **994**
soufflé de cervelle à la chanoinesse **995**
soufflé au crabe **995**
soufflé aux foies de volaille **995**
soufflé au fromage et aux œufs pochés **995**
soufflé au gibier sauce Périgueux **995**
soufflé au saumon **995**
soufflé de stockfisch aux navets **995**
soufflés à la volaille **996**
vol-au-vent financière **1110**
zéphyr aux fruits de mer **1119**

Légumes et fruits
asperges : cuisson à l'eau **61**
asperges en buisson au beurre d'orange **62**
asperges à la flamande **64**
asperges à la polonaise **64**
asperges servies chaudes **64**
asperges servies tièdes **64**
aspic d'asperge **64**
aubergines au cumin **68**
avocats farcis à l'américaine **73**
avocats farcis au crabe **73**
caponata **206**
caviar d'aubergine **69**
céleri en rémoulade **226**
cèpes marinés à chaud **228**
cèpes en terrine **228**
citrons farcis **287**
cœurs de palmier aux crevettes **753**
concombres : préparation pour recettes froides **306**
cornets de saumon fumé aux œufs de poisson **328**
féroce martiniquais **73**
figues au cabécou en coffret, salade de haricots verts aux raisins **460**
melon frappé **663**
moelle de sureau **1016**
pamplemousses aux crevettes **754**
pastèque à la provençale **765**
pointes d'asperge au beurre et à la crème **64**
poires Savarin **815**
subrics d'épinards **1006**
subrics de pommes de terre **1006**
terrine de légumes aux truffes « Olympe » **1038**
terrine de poireaux et fromage de chèvre frais **1038**
tomates farcies froides à la crème et à la ciboulette **1052**
tomates farcies froides au thon **1052**
tomates à la mozzarella **1052**
yalanci dolmas **406**

Poissons
aspic de crabe (de crevette, de homard ou de langouste) **64**
aspic de poisson **65**
aspic de saumon fumé **65**
chartreuse à la parisienne en surprise **250**
cocktail de crabe **297**
cocktail de crevette **297**
filets de hareng marinés à l'huile **555**
gelée de caviar à la crème de chou-fleur **519**
harengs marinés **556**
mousse de poisson **692**
œufs de poisson grillés **726**
pain de poisson **749**
quenelles de brochet : préparation **874**
quenelles de brochet à la lyonnaise **874**
quenelles de brochet mousseline **874**
quenelles de brochet Nandron **876**
quenelles Nantua **876**
terrine de brochet sauce Nantua **1036**
terrine de sardines crues **1038**
timbale de queues d'écrevisse Nantua **1048**
timbale de sandre aux écrevisses et mousseline de potiron **1048**

Salades
salade Ali-Bab **929**
salade américaine **929**
salade aux anchois à la suédoise **929**
salade d'avocat Archestrate **929**
salade de betterave à la scandinave **929**
salade de bœuf **929**
salade carbonara **929**
salade de carotte à l'orange **929**
salade de cervelle de veau **929**
salade de chicorée aux lardons **929**
salade de chou rouge **929**
salade de choucroute à l'allemande **930**
salade de concombre au yaourt **930**
salade de coques aux fèves fraîches **930**
salade de coquilles Saint-Jacques **930**
salade de crudités **930**
salade demi-deuil **930**
salade Du Barry **930**

salade d'épinards **930**
salade de fruits de mer **930**
salade gourmande **930**
salade de haricots verts **932**
salade de homard breton **932**
salade de lentilles tiède **932**
salade Montfermeil **932**
salade niçoise **932**
salade d'oreilles de cochon confites **932**
salade pastorale aux herbes **932**
salade de perdrix au chou **933**
salade de petits navets nouveaux **933**
salade de pissenlit au lard **933**
salade de pommes de terre et pieds de porc truffés **933**
salade de poulpe **933**
salade Rachel **933**
salade de raie **933**
salade reine Pédauque **934**
salade au roquefort ou à la fourme d'Ambert **934**
salade russe **936**
salade de sandre aux girolles **934**
salade de têtes de violon et crevettes de Matane **934**
salade de topinambours aux noisettes **934**
salade toulousaine **934**
salade de volaille à la chinoise **934**

Œufs

brouillade de truffes **720**
gratin d'œufs brouillés à l'antiboise **720**
œufs brouillés : cuisson **720**
œufs brouillés Argenteuil **720**
œufs brouillés aux crevettes **720**
œufs brouillés Massenet **720**
œufs brouillés à la romaine **720**
œufs brouillés Sagan **720**
œufs en cocotte Bérangère **721**
œufs en cocotte : cuisson **720**
œufs en cocotte à la rouennaise **721**
œufs à la coque : cuisson **721**
œufs à la coque Faugeron à la purée de truffe **721**
œufs durs : cuisson **721**
œufs durs à la Chimay **721**
œufs filés : cuisson **721**
œufs frits : cuisson **722**
œufs frits en bamboche **722**
œufs en meurette **724**
œufs au miroir : cuisson **722**
œufs mollets : cuisson **722**
œufs mollets Aladin **722**
œufs mollets Amélie **722**
œufs mollets Bernis **722**
œufs mollets Brillat-Savarin **722**
œufs mollets Brimont **722**
œufs mollets Carême **722**
œufs mollets à l'écossaise **722**
œufs mollets à la florentine **722**
œufs mollets à la provençale **722**
œufs moulés : cuisson **723**
œufs moulés en chartreuse **723**
œufs pochés : cuisson **724**
œufs pochés en gelée **724**
œufs pochés masqués Almaviva **724**
œufs pochés Rachel **724**
œufs poêlés à la catalane **724**
œufs sur le plat : cuisson **723**
œufs sur le plat à la lorraine **723**
œufs sur le plat Louis Oliver **723**
œufs sur le plat à la maraîchère **723**
œufs à la tripe **721**
omelette brayaude **733**
omelette Diane **733**
omelette Du Barry **733**
omelette au foie gras **733**
omelette garnie aux fines herbes **733**
omelette mousseline **733**
omelette nature : cuisson **733**
omelette plate à la lorraine **733**
petits œufs de caille en coque d'oursin **721**

Abats

Agneau et mouton

animelles : préparation **49**
animelles à la crème **49**
animelles frites **49**
attereaux de cervelles d'agneau à la Villeroi **66**
brochettes de ris d'agneau **172**
brochettes de rognons **172**
cervelle : préparation **233**
cervelles à la meunière **234**
cœurs d'agneau à l'anglaise **298**
foie d'agneau à l'ail **469**
fricassée de pieds de mouton aux pieds-de-mouton **489**
pieds de mouton à la poulette **796**
pieds et paquets de *la Pomme* **796**
ris d'agneau : préparation **901**
rognons d'agneau à l'anglaise **908**
zampone **1119**

Bœuf

choesels à la lambic et à la bruxelloise **271**
cœur de bœuf en matelote **298**
gras-double de bœuf à la bourgeoise **540**
gras-double de bœuf à la lyonnaise **540**
gras-double à la voironnaise **540**
hochepot de queue de bœuf **562**
joue de bœuf en daube **593**
langue : préparation **607**
langue de bœuf à l'alsacienne **607**
queue de bœuf grillée à la Sainte-Menehould **877**
tripes à la mode de Caen **1067**

Porc

oreilles de porc bouillies **739**
oreilles de porc braisées **739**
oreilles de porc au gratin **739**
pieds de porc : cuisson **796**
ragoût québécois de pattes **880**
tête fromagée de Péribonka **842**
tête de porc mijotée Île-de-France **1039**

Veau

amourettes : préparation **42**
amourettes en fritots **42**
beuchelle à la tourangelle **107**
brochettes de ris de veau **172**
cervelle de veau frite à l'anglaise **233**
cervelle de veau en meurette **234**
cervelle de veau en panier **234**
cervelles à la meunière **234**
cœur de veau en casserole à la bonne femme **298**
cœur de veau farci **298**
cœur de veau grillé en brochettes **298**
cœur de veau sauté **298**
foie de veau à l'anglaise **469**
foie de veau à la créole **469**
foie de veau à la lyonnaise **469**
foie de veau rôti **469**
foie de veau à la Saulieu **469**
foie de veau sauté à la florentine **469**
fraise de veau au blanc **484**
fraise de veau frite **484**
oreilles de veau braisées à la mirepoix **739**
oreilles de veau farcies du Bugey **739**
oreilles de veau grillées à la diable **740**
paupiettes de ris de veau braisé **776**
pieds de veau : cuisson **796**
pieds de veau à la Custine **796**
pieds de veau à la tartare **796**
ris de veau : préparation **901**
ris de veau braisés à blanc **901**
ris de veau braisés à brun **901**
ris de veau braisés Nantua **901**
ris de veau financière **901**
ris de veau Régence **902**
rognon de veau en son jus d'eau de noix **908**
rognon de veau sauté à la bordelaise **908**
rognon de veau aux graines de moutarde **908**
tête de veau farcie **1039**
tête de veau à l'occitane **1039**
tête de veau à la provençale **1040**
tête de veau en tortue **1040**
tripes à la mode de Caen **1067**

Volaille

abattis Babylas **9**
abattis bonne femme **9**
abattis chasseur **11**
abattis de dinde aux navets **11**
abignades **11**
attereaux de foies de volaille à la mirepoix **66**
crêtes de coq : préparation **356**
papillotes de cœurs d'oie **760**
rognons de coq pour garnitures **910**

Charcuterie

andouillette grillée **45**
andouillettes à la chablisienne **45**
andouillettes à la lyonnaise **45**
andouillettes à la tourangelle **45**
boudin blanc **148**
boudin noir béarnais **148**
boudin noir à la normande **148**
caillettes ardéchoises **189**

cervelas farcis aux épinards **233**
gogues **533**
jambonnettes de volaille **588**
jésus à la vigneronne **592**
poitrine roulée salée **841**
rillettes de lapereau en terrine cuit au Parme **899**
rillettes d'oie **899**
rillettes de Tours **899**
rillons **901**
saucisse à la languedocienne **956**
saucisses à la catalane **956**
saucisses grillées **956**
saucisson en brioche à la lyonnaise **958**

COQUILLAGES, CRUSTACÉS

Coquillages et mollusques
attereaux d'huîtres **67**
attereaux de moules **67**
brochetttes de coquilles Saint-Jacques et d'huîtres à la Villeroi **172**
brochettes de fruits de mer **172**
brochettes d'huîtres à l'anglaise **172**
brochettes de moules **172**
calmars à l'andalouse **190**
calmars farcis **190**
calmars sautés à la basquaise **192**
cassolettes de saint-jacques aux endives **219**
coquilles Saint-Jacques crues **326**
coquilles Saint-Jacques à la nage **326**
huîtres à la Boston **570**
huîtres chaudes de l'île de Ré **572**
huîtres en nage glacée **572**
huîtres plates au champagne **572**
mouclade des bouchoteurs **687**
moules frites **688**
moules marinière **688**
moules à la poulette **688**
nage de pétoncles au thym citron **698**
ormeaux à la cancalaise **741**
papillotes de homard et de coquilles Saint-Jacques **760**
pétoncles grillés et huîtres sautées au whisky canadien **792**
poulpe à la provençale **859**
vernis à la mode de Kléber Haedens **1092**

Crustacés
aumônières de homard aux morilles **682**
bisque d'écrevisse **120**
brochettes de fruits de mer **172**
buisson d'écrevisses **176**
cigales de mer au safran en brochette **283**
civet de homard **288**
coquilles froides de homard **325**
crabes en bouillon **343**
crabes à la bretonne **343**
crabes farcis à la martiniquaise **343**
crevettes au cidre **35**
crevettes sautées au whisky **357**
écrevisses à la bordelaise **418**
écrevisses grillées au beurre d'ail **418**
écrevisses à la nage **418**
homard à l'américaine **563**
homard breton aux angéliques **564**
homard cardinal **564**
homard au court-bouillon **564**
homard grillé **564**
homard à la Newburg **564**
homard sauté à l'orange **566**
homard aux truffes et châtaignes en cocotte **566**
langouste aux herbes thaïes **605**
langoustines frites aux légumes **607**
langoustines Ninon **607**
panaché de homard et d'écrevisses au caviar **755**
papillotes de homard et de coquilles Saint-Jacques **760**
ragoût de crustacés **880**
tourteaux en feuilleté **1062**

Escargots
cagouilles à la charentaise **434**
escargots : préparation **434**
escargots en pommes de terre **434**
profiteroles de petits-gris à l'oie fumée **434**

Grenouilles
fritots de grenouilles **491**
grenouilles : préparation **546**
cuisses de grenouilles aux fines herbes **546**
grenouilles à la purée d'ail et au jus de persil **546**
marinière de grenouilles à la coque **648**

GIBIER

Gibier à plume
alouettes en brochettes **36**
alouettes en croûte **36**
ballottine de faisan à la gelée **81**
bécasse : préparation **98**
bécasse en casserole à la périgourdine **98**
bécasse en cocotte à la crème **99**
bécasse froide à la Diane **99**
bécasse Riche **99**
bécasse sautée à l'armagnac **99**
bécasse sautée Brillat-Savarin **99**
bécasse truffée rôtie **99**
bécasses à la fine champagne **99**
canard « Cornille ravi » **200**
canard sauvage au chambertin **200**
canard sauvage au porto **201**
chaud-froid de faisan **254**
colvert au poivre vert **201**
côtelettes de perdreau Romanov **783**
faisan : préparation **446**
faisan au chou **446**
faisan en filets au jus d'orange **446**
faisan à la normande **446**
faisan au porto **446**
filets de canard sauvage à la bigarade **201**
grives à la bonne femme **548**
grives en croûte à l'ardennaise **549**
grives à la liégeoise **549**
grives à la polenta **549**
grives à la purée d'oignon vinaigre de xérès **549**
palombe sautée aux deux sauces **754**
perdreau à la coque **783**
perdreau en pistache **783**
perdreaux en croustade **784**
perdreaux farcis à la gelée **784**
perdreaux Monselet **784**
perdreaux à la vigneronne **784**
perdrix au chou **784**
pigeon à rôtir : habillage **797**
pigeon et foie gras en chartreuse au jus de truffe **797**
pigeonneau à la minute **797**
pigeons en compote **798**
pigeons aux figues violettes et raisins blancs **798**
pigeons à la niçoise **798**
pigeons rôtis, vinaigre à l'échalote **798**
salmis de bécasse **937**
salmis de faisan **446**

Gibier à poil
ballottine chaude de lièvre à la périgourdine **81**
cipaille au lièvre **283**
civet de chevreuil **288**
civet de lièvre : préparation **288**
civet de lièvre **288**
civet de lièvre à la française **288**
civet de marcassin **290**
civet de râble de lièvre aux pâtes fraîches **290**
côtelettes de chevreuil sautées minute **259**
côtelettes de chevreuil sautées à la mode d'Uzès **259**
côtelettes de marcassin aux coings **645**
cuissot de marcassin à l'aigre-doux **645**
filets de chevreuil d'Anticosti **259**
filets mignons de chevreuil **259**
gigot de chevreuil de 3 heures **259**
hure de sanglier **942**
lièvre en cabessal **619**
lièvre au chocolat **619**
lièvre à la royale du sénateur Couteau à la façon poitevine **619**
noisettes de chevreuil au vin rouge et poires rôties **260**
poivrade de chevreuil aux noisettes et aux châtaignes **260**
selle de chevreuil grand veneur **260**
selle de sanglier sauce aux coings **972**

POISSONS

Poissons d'eau douce
alose : préparation **35**
alose grillée à l'oseille **35**
alose au plat **35**
anguille : préparation **48**
anguille à l'anglaise en brochettes **48**
anguille pochée du Québec **48**
anguille à la provençale **48**
anguilles sauce Chambord nouillettes au beurre **48**
anguilles au vert **48**
ballottine chaude d'anguille à la bourguignonne **81**

brochet au beurre blanc **171**
brochet du meunier **172**
brochet au vinaigre **172**
brochettes de saumon au foie de canard **173**
carpe à la bière **215**
carpe à la chinoise **215**
carpe farcie à l'ancienne **215**
carpe à la juive **215**
chaud-froid de saumon **254**
côtelettes de saumon à la florentine **960**
côtelettes de saumon glacées au chambertin **960**
côtelettes de saumon Pojarski **960**
darnes de saumon Nantua **960**
escalopes de saumon cru aux deux poivres **960**
escalopes de saumon à l'oseille Troisgros **961**
escalopes de saumon tièdes aux carottes **961**
filet de perche à la milanaise **782**
filets de bondelle à la neuchâteloise **138**
frivolités de saumon fumé au caviar **224**
lamproie à la bordelaise **604**
matelote d'anguille à la meunière **655**
matelote Charles-Vanel **656**
matelote de poissons à la canotière **656**
médaillons de truite au beurre de ciboulette **1071**
meurette de poisson **670**
mille-feuille de saumon frais au beurre rose **676**
minutes de saumon à l'aigrelette **961**
nage de poissons du lac à l'aligoté et aux herbes fraîches **698**
omble chevalier aux asperges vertes et aux morilles **732**
Orly de filets de saumon sauce tomate **741**
pochouse **811**
sandre de Loire au céleri et au vin **941**
sandre grillé aux cardons, filet d'huile d'olive et citron **941**
saumon en croûte **961**
saumon cru pommes à l'huile **961**
saumon glacé à la parisienne **962**
saumon mariné **962**
saumon soufflé « Auberge de l'Ill » **962**
suprêmes de saumon de l'Atlantique **962**
truite saumonée Beauharnais **1072**
truites aux amandes **1072**
truites au bleu **1072**
truites à la bourguignonne **1072**
truites frites **1072**
truites inuit séchées « Pissik » **1072**
truites à la nage Jean-Giono **1072**
truites saumonées en salade **1072**
waterzoï de saumon et de brochet **1114**

Poissons de mer

aïoli de morue **30**
anchois frits **44**
anchois marinés **44**
attereaux à la niçoise **67**
bar : préparation **86**
bar grillé **86**
bars à la provençale **86**
barbue : préparation **87**
barbue à la bonne femme **87**
barbue braisée **87**
barbue cardinal **88**
barbue au chambertin **88**
barbue chérubin **88**
barbue à la dieppoise **88**
blaff de poissons **822**
bouillabaisse **150**
bouillabaisse de Marseille **150**
brandade de morue nîmoise **161**
cabillaud braisé à la flamande **179**
cabillaud étuvé à la crème **179**
cabillaud fraîcheur **179**
cabillaud à l'indienne **179**
cabillaud rôti **179**
cabillaud sauté à la crème **179**
capitaine en feuille de bananier **204**
cari de lotte à la créole **211**
ceviche de mérou **669**
charlotte aux rougets **247**
cocochas en sauce verte **297**
colin à la boulangère **300**
coquilles chaudes de poisson à la Mornay **325**
couronnes de loup au poivron **339**
crépinettes de lotte au chou **355**
darnes de merlu à la koskera **669**
daurade royale braisée aux quartiers de pomme **386**
daurade royale au citron confit **388**
dorade farcie au fenouil **388**
dorades à la meunière **388**
éperlans marinés **428**
escabèche de sardines **431**
escalopes de turbot à l'embeurrée de poireau **1074**
estofinado **438**
esturgeon à la Brimont **440**
filet de loup au caviar **628**
filets d'anchois à la silésienne **44**
filets d'anchois à la suédoise **44**
filets de bar au vert de laitue **86**
filets de barbue à la créole **88**
filets de barbue Véron **88**
filets de dorade à la julienne de légumes **388**
filets de maquereau à la dijonnaise **644**
filets de morue maître d'hôtel **685**
filets de rouget Girardet **916**
filets de sole au basilic **983**
filets de sole à la cancalaise **983**
filets de sole Daumont **983**
filets de sole Drouant **983**
filets de sole frits en goujons **984**
filets de sole Joinville **984**
filets de sole Marco-Polo **984**
filets de sole Marguery **984**
filets de sole Mornay **984**
filets de sole à la panetière **984**
filets de sole aux pommes **984**
filets de sole à la Riche **984**
filets de sole à la vapeur au coulis de tomate **985**
filets de sole au vermouth **985**
filets de sole à la Walewska **985**
filets de turbot braisé à l'angélus **1074**
filets de turbot à la fondue de poireau et à la moelle **1074**
foies de raie au vinaigre de cidre **882**
fricandeau d'esturgeon à la hongroise **489**
fricassée de mer au sabayon de Bellet **489**
gratin de filets de sardines au citron **541**
grondins au four **549**
haddock à l'indienne **554**
harengs : préparation **555**
harengs à la diable **555**
laitances de hareng au verjus **601**
lamproie à la bordelaise **604**
langues de morue sauce pistou **685**
lotte à l'américaine **625**
lotte entière rôtie aux échalotes confites **627**
maquereaux à la boulonnaise **644**
maquereaux au cidre **644**
maquereaux aux framboises **644**
mariné de loup de mer, saumon et noix de saint-jacques **326**
médaillons de lotte au beurre de poivron rouge **627**
médaillons de lotte aux herbes **627**
merlan frit Colbert **668**
merlan hermitage **668**
merlans au vin blanc **668**
mille-feuille de cœurs de palmier au marlin fumé **753**
morue : dessalage et pochage **685**
morue à la bénédictine **685**
morue à la créole **685**
morue à la « Gomes de Sa » **685**
morue à la livournaise **685**
morue à la lyonnaise **685**
morue à la provençale **686**
parmentier de morue fraîche aux saint-jacques **686**
paupiettes de soles Paillard **776**
piccata de lotte au bouillon d'ail et courgettes-fleurs **793**
poissons marinés à la grecque **822**
raie au beurre noisette **882**
raiteaux frits **882**
rouelle de thon aux épices et aux carottes **1046**
rouget au four au fenouil **916**
rougets en écailles de pomme de terre **916**
rougets en papillote **916**
rougets pochés à la nage au basilic **916**
rouget-barbet en mille-feuille de chou à la moelle **916**
saint-pierre grillé aux palets d'or **928**
saint-pierre à la rhubarbe **928**
sardines gratinées **943**
sardines au plat **943**
sole : préparation **983**
sole diplomate **985**
sole Dugléré **985**
sole à la normande **985**
sole à la paysanne **985**
sole sur le plat **986**
sole à la portugaise **986**
sole au thym **986**
soles Armenonville **986**
soles à la dieppoise **986**
soles de ligne à la fondue de poireau **986**

soles à la meunière **986**
soles meunière Mont-Bry **986**
soles poêlées aux graines de sésame **988**
soles soufflées au salpicon de crustacés **988**
soles tante Marie **988**
steaks de morue aux flageolets verts **686**
tartare de thon **1026**
thon en daube à la provençale **1046**
touffé de requin à la créole **894**
tranches de colin à la duxelles **301**
tronçons de turbot à la vapeur **1076**
turbot en papillote aux légumes croquants sauce champagne **1076**
turbotin aux poireaux **1076**
vieilles aux pommes de terre **1097**

VIANDES

Agneau/mouton

agneau de lait farci **21**
agneau aux pruneaux, au thé et aux amandes **21**
baekenofe **78**
ballottine d'agneau braisée **80**
blanquette d'agneau aux haricots et pieds d'agneau **123**
cari d'agneau **210**
carré d'agneau à la bordelaise **21**
carré d'agneau à la languedocienne **21**
carré d'agneau à la niçoise **21**
carré d'agneau au pimpiolet **23**
côtelettes d'agneau à l'anversoise **23**
épaule d'agneau braisée et ses garnitures **23**
épaule d'agneau farcie à l'albigeoise **23**
épaule de mouton en ballon (ou en musette) **694**
épaule de mouton en pistache **426**
épigrammes d'agneau **429**
falettes **448**
fricassée d'agneau **489**
gigot bouilli à l'anglaise **23**
gigot à la boulangère **23**
gigot braisé à la bordelaise **23**
gigot braisé aux petits oignons nouveaux **524**
gigot à la broche persillé **24**
gigot de mouton de sept heures **694**
gigot rôti aux ananas **24**
gigot rôti en chevreuil **24**
gigot rôti de Léa **24**
gigot rôti aux quarante gousses d'ail **24**
hachis de bœuf à l'italienne **553**
halicot de mouton **694**
méchoui **659**
navarin d'agneau **702**
navarin de mouton **702**
noisettes d'agneau à la turque **24**
noisettes des Tournelles **24**
pascaline **764**
poitrine d'agneau farcie **24**
poitrine de mouton farcie à l'ariégeoise **694**
ragoût des loyalistes **880**
sauté d'agneau (ou de veau) aux aubergines **964**
sauté d'agneau (ou de veau) chasseur **964**
selle d'agneau Belle Otéro **26**
selle d'agneau Callas **26**
selle d'agneau de lait en carpaccio au pistou **26**

Bœuf

aiguillette de bœuf en gelée **126**
aloyau d'Albufera **126**
baekenofe **78**
bavette à l'échalote **126**
bœuf bourguignon **126**
bœuf braisé à la gardiane **127**
bœuf braisé porte-maillot **127**
bœuf du Brandebourg **127**
bœuf à la ficelle **127**
bœuf gros sel ou bœuf bouilli **127**
bœuf miroton **130**
bœuf à la mode **130**
bœuf salé **130**
bœuf Stroganov **130**
bollito misto alla piemontese **136**
bouilli de bœuf à la hongroise **131**
brochettes de filet de bœuf mariné **172**
broufado **174**
carbonade à la flamande **209**
côte de bœuf rôtie à la bouquetière **131**
entrecôte grand-mère **131**
entrecôte Mirabeau **131**
entrecôte poêlée à la bourguignonne **131**
entrecôte poêlée à la lyonnaise **131**
entrecôte vert-pré **131**
estouffade de bœuf **439**
faux-filet braisé à la bourgeoise **131**
filet de bœuf en brioche **131**
filet de bœuf à la Frascati **132**
filet de bœuf à la matignon **132**
filet de bœuf Prince-Albert **132**
fondants de bœuf au chambertin **132**
hachis de bœuf en gratin aux aubergines **553**
onglet poêlé à l'échalote **132**
paupiettes de bœuf Sainte-Menehould **776**
pièce de bœuf braisée à l'ancienne **134**
ragoût à la napolitaine **880**
rosbif : cuisson **912**
steak de charolais à la moelle **134**
steak au poivre **134**
steak tartare **134**
tournedos Masséna **134**
tournedos aux morilles **134**
tournedos Rossini **134**

Cheval

rôti de cheval à la cannelle **258**
rôti de cheval en chevreuil **258**

Porc

baekenofe **78**
collet de porc aux fèves des marais **840**
côtes de porc Pilleverjus **840**
crépinettes de porc **355**
enchaud **424**
épaule de porc aux cinq-épices **840**
farci **450**
gelée luxembourgeoise de porcelet **840**
gigue de porc fraîche aux pistaches **841**
jambon braisé **587**
jambon à la chablisienne **587**
jambon en gelée reine Pédauque **587**
jambon poché en pâte à l'ancienne **588**
jarrets de porc au chou rouge **841**
palette de porc aux haricots blancs **841**
petite marmite de cochon laqué « élevé dans la forêt vosgienne » **841**
ragoût à la napolitaine **880**
rôti de porc aux topinambours **842**

Veau

bordure de farce de veau aux amourettes ou à la cervelle de veau **139**
côte de veau braisée à la Custine **1084**
côte de veau Foyot **1084**
côte de veau Pojarski **1084**
côtes de veau en casserole à la paysanne **1084**
côtes de veau à la gelée **1084**
côtes de veau grillées en portefeuille **1084**
côtes de veau panées à la milanaise **1084**
côtes de veau à la piémontaise **1084**
côtes de veau sautées à la provençale **1084**
émincé de veau à la zurichoise **1086**
épaule de veau farcie à l'anglaise **1086**
escalopes à l'anversoise **432**
escalopes Casimir **432**
escalopes à la viennoise **1086**
étouffée de veau à la vapeur de légumes **1081**
feuilleton de veau à l'ancienne **459**
filets mignons de veau au citron **1086**
fricandeau de veau à l'oseille **489**
grenadins de veau braisés **1086**
jarret de veau à la provençale **590**
longe de veau rôtie **1086**
noix de veau Brillat-Savarin **1086**
osso-buco à la milanaise **743**
poitrine de veau farcie braisée **1087**
sauté de veau Marengo **964**
sauté de veau au vin rouge **964**
tendrons de veau chasseur **1087**
tendrons de veau aux nouilles, truffes et foie gras **1087**
veau Orloff **1087**
vitello tonnato **1088**

VOLAILLES ET LAPINS

aiguillettes de canard au vinaigre de miel **196**
ailerons de dindonneau farcis braisés **400**
ailerons de dindonneau Sainte-Menehould **402**
ballottine de caneton **81**

ballottine de poularde à brun **81**
ballottine de poularde
  en chaud-froid **81**
blancs de pintade aux pommes
  de terre Alex-Humbert **802**
cailles en casserole Cinq-Mars **186**
cailles aux cerises **186**
cailles en chemise **186**
cailles farcies en caisses **186**
cailles farcies Monselet **188**
cailles farcies à la périgourdine
  en gelée **188**
cailles en feuilles de vigne **188**
cailles grillées petit-duc **188**
cailles à la romaine **188**
cailles rôties **188**
canard à l'agenaise **196**
canard à l'ananas **196**
canard farci à la rouennaise **196**
canard aux mangues **196**
canard aux navets confits
  et au cidre **197**
canard à l'orange Lasserre **197**
canard rouennais en chemise **197**
canard au sang **197**
canard Voisin **198**
caneton à la bigarade **202**
caneton au miel de lavande
  et au citron **202**
caneton de Colette **202**
caneton Tour d'Argent **202**
cari de poulet **211**
chapon poché et rôti au gratin
  de potiron **243**
chaud-froid de poulet **254**
confit de foie gras, quenelles
  de figues et noix **472**
confit d'oie **310**
confit d'oie à la landaise **310**
coq au chambertin **322**
coq en pâte **322**
coq au vin **322**
cous d'oie farcis **727**
crépinettes de lapin **355**
cuisses de dindon réveillantes **402**
cuisses de dindonneau braisées **402**
dinde étoffée grand-duc **539**
dinde mole à la mexicaine **402**
dindonne pochée vinaigrette
  à l'huile de noix **402**
dindonneau en daube
  à la bourgeoise **402**
dindonneau rôti **402**
dindonneau rôti farci
  aux marrons **402**
dindonneau truffé **403**
dodine de canard **406**
escalopes de foie gras de canard
  aux pommes **472**
escalopes froides de foie gras
  au raisin et aux truffes **472**
filets de canard rouennais
  glacés à l'orange **198**
foie gras cru : préparation **470**
foie gras en brioche **472**
foie gras de canard glacé **472**
foie gras de canard
  au pacherenc **472**
foie gras de canard au poivre blanc
  et au vert de poireau **473**
foie gras de canard truffe
  et céleri rave **473**
foie gras de canard à la vapeur
  au fumet de sauternes **473**
foie gras d'oie et sa gelée
  au pinot noir **473**
fricassée de poularde cardinal
  La Balue **490**
gibelotte des îles Sorel **522**
gigot de poularde au vin jaune
  et morilles **852**
lapereau de campagne
  au cidre fermier **611**
lapereau aux pruneaux **611**
lapin coquibus **611**
magrets de canard
  au poivre vert **198**
médaillons de volaille
  Beauharnais **1109**
oie à l'alsacienne **727**
oie farcie et rôtie à la façon
  de ma mère **727**
oyonnade **744**
petits pintadeaux Richelieu
  à la sarriette **802**
pigeon en crapaudine :
  préparation **344**
pintade à la catalane **804**
pintadeau farci Jean-Cocteau **804**
poularde d'Albufera **852**
poularde au blanc
  (dite « poule au blanc ») **852**
poularde au céleri **852**
poularde à la chantilly **852**
poularde Clamart **852**
poularde à la crème
  et aux morilles **852**
poularde dauphinoise **852**
poularde Demidof **853**
poularde à l'estragon **853**
poularde en gelée
  au champagne **853**
poularde Nantua **853**
poularde à la parisienne **853**
poularde au riz sauce suprême **853**
poularde Rossini **853**
poularde truffée
  à la périgourdine **853**
poularde en vessie
  Marius-Vettard **854**
poulet : préparation **856**
poulet en barbouille **856**
poulet à la bière **856**
poulet au citron **856**
poulet créole à l'ananas
  et au rhum **856**
poulet en croûte de sel **856**
poulet farci à la vapeur,
  ragoût de brocolis **856**
poulet frit Maryland **858**
poulet grillé à l'américaine
  sauce diable **858**
poulet grillé à la tyrolienne **858**
poulet sauté à blanc **858**
poulet sauté à la bohémienne **858**
poulet sauté Boivin **858**
poulet sauté à brun **858**
poulet sauté chasseur **858**
poulet sauté aux gousses d'ail
  en chemise **859**
poulet sauté aux huîtres **859**
poulet sauté aux plantains **859**
poulet sauté au vinaigre **859**
poupeton de dindonneau
  Brillat-Savarin **860**
poussin frit **860**
rôti de canard du lac Brome
  à l'érable **198**
sot-l'y-laisse aux morilles **1109**
soufflé de canard rouennais
  (ou caneton rouennais
  soufflé) **995**
suprêmes : préparation **1015**
suprêmes de volaille à blanc **1016**
suprêmes de volaille au sauternes
  et au citron confit **1016**
volaille de Bresse
  Halloween **1110**
waterzoï de poulet **1112**
yassa de poulet **1118**

Plats complets

aligot **32**
bigos **115**
carré de porc à l'alsacienne **840**
cassoulet **221**
cèpes à la bordelaise **228**
chipolatas au risotto
  à la piémontaise **266**
choucroute
  à l'alsacienne **278**
choucroute aux poissons **278**
couscous aux légumes **340**
couscous au poisson **340**
couscous à la viande **341**
feijoada **453**
fondue à la piémontaise **476**
fondue valaisane **476**
garbure **509**
hachis Parmentier **553**
jambalaya de poulet **585**
keshi yena **419**
lasagnes à la sauce
  bolognaise **612**
maïs en soso aux abattis
  de poulet **638**
paella **745**
papet vaudois aux poireaux **759**
pastilla au pigeon **765**
paupiettes de chou **776**
petite marmite
  à la parisienne **790**
petit salé aux lentilles **841**
pimientos del piquillo farcis
  à la morue **801**
pizza napolitaine **807**
porée charentaise **842**
pot-au-feu **848**
potée lorraine **850**
poule au pot à la béarnaise **854**
risotto à la marinara **902**
risotto noir de langoustines
  au basilic thaï **902**
sou-fassum **994**
tajine d'agneau **1022**
tajine de bœuf aux cardons **1022**
tomates farcies : préparation **1052**
tomates farcies chaudes
  à la bonne femme **1052**
tomates farcies chaudes
  en nid **1052**
tomates farcies à la reine **1052**

En-cas

club-sandwich **941**
pan-bagnat **756**
socca **981**
welsh rarebit **1114**

ACCOMPAGNEMENTS

Céréales

blé germé **123**
casserole au riz à l'ancienne **218**
couscous : préparation
de la graine **340**
gratin de maïs **541**
maïs frais à la béchamel **638**
maïs frais grillé **638**
maïs frais au naturel **638**
orge perlé du pays de Sault **740**
pain aux lardons **749**
petites timbales
à la piémontaise **1048**
pilaf garni **800**
polenta au parmesan **826**
risotto : préparation **902**
risotto de printemps **902**
riz au blanc **906**
riz à la créole **906**
riz au gras **906**
riz à l'indienne ou à l'orientale **906**
riz à l'iranienne **906**
riz pilaf **906**
riz sauvage à l'indienne **906**

Champignons

cèpes à la bordelaise **228**
cèpes au gratin **228**
cèpes grillés **228**
cèpes à la hongroise **228**
cèpes à la mode béarnaise **228**
cèpes à la provençale **228**
champignons de Paris :
préparation **241**
champignons à l'anglaise **241**
champignons au beurre **241**
champignons farcis **241**
champignons en garniture **242**
champignons à la poulette **242**
morilles à la crème **684**
morilles farcies au ris d'agneau **684**
sauté de truffes du Piémont **964**
têtes de cèpe grillées au four **229**
truffe en papillote
et son foie gras d'oie **1069**
truffes au champagne **1069**

Farinages

attereaux à la piémontaise **67**
blinis à la française **125**
croquettes Montrouge **361**
croquettes de pomme de terre **361**
croûtons au thym **365**
fondues belges au fromage **476**
galette de pomme de terre **508**
gnocchis aux herbes
et aux tomates **532**
gnocchis à la parisienne **532**
gnocchis à la romaine **532**
Klösse à la viennoise **596**
Knepfles **596**
matefaim savoyard **655**
mique levée du Périgord noir **677**
Yorkshire pudding **1118**

Légumes

appareil à matignon **658**
artichauts : préparation **58**
artichauts à la barigoule **58**
artichauts à la bretonne **58**
artichauts Clamart **58**
artichauts Crécy **58**
artichauts à la diable **58**
artichauts à la lyonnaise **58**
artichauts en ragoût **60**
asperges : préparation **61**
asperges au gratin **64**
aubergine : préparation **68**
aubergines à la crème **68**
aubergines farcies **68**
aubergines farcies à la catalane **69**
aubergines farcies à l'italienne **69**
aubergines au gratin
à la toulousaine **69**
aubergines «imam bayildi» **69**
aubergines sautées **69**
aubergines soufflées **69**
bettes : préparation **106**
bettes à la béchamel **106**
bettes au beurre **106**
bettes à la crème **106**
bettes à l'italienne **106**
bettes au jus **106**
brocolis à la crème **173**
cardons : cuisson **209**
cardons à la moelle **209**
carottes glacées **214**
carottes aux raisins **214**
carottes Vichy **214**
céleri-branche : préparation **225**
céleri-branche à la milanaise **225**
céleris braisés (au gras
ou au maigre) **225**
céleris à la crème **225**
céleri farci à la paysanne **226**
céleri en julienne **226**
céleri-rave : préparation **226**
charlotte de chou aux olives **246**
charlotte de légumes **246**
chayotes à la martiniquaise **256**
chiffonnade d'endives
à la crème **264**
chiffonnade de laitue cuite **264**
chiffonnade d'oseille **264**
chou braisé **279**
chou chinois à la pékinoise **276**
chou chinois à la sichuanaise **276**
chou farci **279**
chou-fleur au gratin **279**
chou-fleur à la polonaise **279**
chou palmiste en daube **279**
chou rouge à la flamande **280**
chou rouge à la limousine **280**
choux de Bruxelles
à l'anglaise **274**
choux de Bruxelles au beurre
ou à la crème **274**
choux de Bruxelles gratinés **274**
choux de Bruxelles en purée **276**
choux de Bruxelles sautés **276**
concombres : préparation
pour recettes chaudes **306**
concombres à la crème **307**
concombres farcis **307**
courge au gratin **336**
courgette : préparation **338**
courgettes à la créole **338**
courgettes farcies **338**
courgettes à la mentonnaise **338**
crêpes vonnassiennes
de la mère Blanc **834**
croquettes de pomme de terre **361**
crosnes : préparation **361**
crosnes aux oursins **362**
endives à l'étuvée **424**
endives au jambon **424**
épinards : préparation
et cuisson **430**
épinards au gratin **430**
estouffat de haricots
à l'occitane **439**
fenouil braisé au gras **454**
fleurs de courgette aux truffes **338**
fonds d'artichaut étuvés
au beurre **60**
fonds d'artichaut à la florentine **60**
fonds d'artichaut Soubise **60**
fondue de tomate **477**
galette de pomme de terre **508**
galette de pomme de terre
au lard et caviar **834**
gourilos étuvés au persil **264**
gratin de bettes au verjus **540**
gratin dauphinois **541**
gratin de potiron
à la provençale **541**
haricots blancs à la crème **556**
haricots rouges
à la bourguignonne **557**
haricots secs : cuisson **558**
haricots à la tomate **557**
haricots verts : conserve **558**
haricots verts : cuisson **559**
laitues braisées au gras **604**
légumes chop suey **614**
macédoine de légumes
au beurre ou à la crème **633**
marrons frais : épluchage **652**
moussaka **690**
mousse de navets **692**
navets en choucroute **702**
navets farcis braisés au cidre **702**
navets farcis à la duxelles **702**
navets au gratin **703**
oignons farcis **729**
pain d'épinard à la romaine **749**
papeton d'aubergine **759**
persil frit **786**
petits farcis provençaux **450**
petits pois à l'anglaise **791**
petits pois à la bonne femme **791**
petits pois à la française **791**
petits pois au jambon
à la languedocienne **791**
piperade **804**
pointes d'asperge au beurre
et à la crème **64**
poireaux braisés **816**
poireaux au gratin **816**
pois cassés : cuisson **816**
pois chiches au chorizo **816**
poivrons farcis **824**
poivrons à la piémontaise **826**
pommes Anna **834**
pommes dauphine **834**
pommes duchesse : appareil **836**
pommes Maxim's **836**
pommes pont-neuf **836**
pommes de terre boulangère **836**
pommes de terre Darphin **836**
pommes de terre farcies **836**
pommes de terre frites **836**
pommes de terre à la landaise **836**
pommes de terre mère Carles **836**
pommes de terre (ou purée)
mousseline **837**
pommes de terre
à la sarladaise **837**
pommes de terre soufflées **837**
potiron sauté à cru aux épices **850**

purée de carotte **871**
purée de courgette **871**
purée de fèves fraîches **871**
purée de laitue **871**
purée de lentilles **871**
purée de navet et de pomme de terre **872**
purée d'oseille **872**
purée de pomme de terre **872**
purée Soubise **872**
ragoût de légumes à la printanière **880**
ratatouille niçoise **887**
salsifis : préparation et cuisson **939**
salsifis au gratin **939**
salsifis au jus **939**
salsifis à la polonaise **939**
soufflé à la pomme de terre **995**
tomates à la provençale du *Petit Plat* **1052**
tomates soufflées **1052**
topinambours à l'anglaise **1055**

Pâtes
cannellonis à la viande **204**
gratin de macaronis **541**
macaronis à la calabraise **633**
macaronis Lucullus **633**
macaronis à la napolitaine **633**
pâtes : cuisson **772**
ravioles de daube de canard **888**
ravioles fines de homard sauce glacée au corail **888**
raviolis : farces **890**
raviolis : préparation et cuisson **890**
raviolis aux artichauts **890**
raviolis de foie gras en consommé de poularde **890**
raviolis aux herbes **890**
spaghetti alla botarga **1002**
spaghetti alla carbonara **1002**
spaghetti all'amatriciana **1002**
Spätzles au beurre noisette **1003**
timbale de pâtes à la bolognaise **1048**

FROMAGES

brie aux truffes **167**
caillebottes poitevines **188**
crottins de Chavignol rôtis sur salade aux noix de la Corrèze **362**
crumpets au roquefort **366**
fondues belges au fromage **476**
salade au roquefort ou à la fourme d'Ambert **934**
terrine de poireaux et fromage de chèvre frais **1038**

DESSERTS

Beignets, crêpes et gaufres
beignets d'ananas sauce pinacolada **101**
beignets de banane **102**
beignets de fleurs de sureau au miel **102**
beignets à l'imbrucciata **102**
beignets Nanette **102**
beignets de pomme **102**
beignets soufflés fourrés aux cerises **102**
beignets viennois **102**
bricelets vaudois **163**
bugnes lyonnaises **176**
crème frite en beignets **350**
crème frite aux fruits confits **350**
crêpes aux amandes **352**
crêpes aux cerises **352**
crêpes des chartreux **352**
crêpes Condé **354**
crêpes flambées Mylène **354**
crêpes normandes **354**
crêpes à la russe **354**
crêpes Suzette **354**
croquettes aux abricots **361**
croquettes de marron **361**
gaufres : préparation **518**
matafan bisontin **655**
merveilles **669**
oreillettes de Montpellier **740**
oublies à la parisienne **743**
pannequets aux abricots **758**
pannequets à la cévenole **758**
pannequets à la créole **758**
pets-de-nonne **787**

Crèmes de pâtisserie
crème d'amande dite frangipane : préparation **350**
crème anglaise : préparation **348**
crème anglaise collée **348**
crème au beurre à l'anglaise **350**
crème au beurre au sirop **350**
crème Chiboust **350**
crème ganache **508**
crème pâtissière : préparation **350**
crème plombières **350**

Desserts au chocolat
Bacchus **269**
gâteau au chocolat **515**
glaçage au chocolat **271**
marquise au chocolat **652**
mille-feuille au chocolat **674**
mousse au chocolat **692**
nègre en chemise **704**
profiteroles au chocolat **862**
soufflé Simone **997**

Desserts aux fruits
abricots Bourdaloue **13**
abricots confits à l'eau-de-vie **13**
abricots au sirop **13**
ananas en surprise **42**
apple crumble **366**
bananes Beauharnais **83**
bananes à la créole gratinées **83**
bananes flambées **83**
bananes soufflées **83**
cerises flambées à la bourguignonne **230**
cerises jubilé **230**
coings au four **300**
coupes de crème Hawaii **335**
couronne de pommes à la normande **339**
douillons **407**
figues à la mousse de framboise **462**
figues rôties et coulis de fruits rouges **462**
fraises Condé **484**
fraises à la maltaise **484**
fruits rafraîchis au kirsch et au marasquin **505**
gratin de fraises au sabayon de citron **541**
gratinée de poires aux pistaches **541**
groseilles en tulipe **550**
mandarines à la julienne d'orange confite **642**
meringue de fruits exotiques à la vanille **666**
pêches à la bordelaise **780**
pêches dame blanche **780**
poires Charpini **814**
poires Joinville **814**
poires rôties au sauternes **815**
poires au vin **815**
poires Wanamaker **815**
pommes reinettes au miel et au beurre salé **830**
pommes soufflées **832**
pruneaux au rasteau et à la crème fraîche **868**
rhubarbe aux fraises **897**
salade exotique au citron vert **936**
salade d'oranges maltaises aux zestes confits **936**
salade de poires et de pêches aux framboises **936**
soufflé aux bananes **996**
soufflé aux châtaignes **996**
soufflé au citron vert **996**
soufflé aux fraises ou aux framboises **996**

Desserts glacés et glaces
ananas glacé à la bavaroise **42**
ananas glacé à la créole **42**
appareil à bombe : préparation **136**
bombe Alhambra **136**
bombe archiduc **136**
bombe Bourdaloue **136**
bombe Chateaubriand **137**
bombe diplomate **137**
bombe Doria **137**
bombe duchesse **137**
bombe glacée au yaourt **137**
bombe Monselet **137**
bombe Montmorency **137**
café liégeois **185**
cassate à la fraise **217**
chemiser un moule de glace : méthode **136**
citrons givrés **287**
coupes Jamaïque **335**
crème glacée coco-safran **924**
glace à l'abricot **529**
glace au café et à la fine champagne **529**
glace au caramel **529**
glace au chocolat **529**
glace au fondant **476**
glace au miel **529**
glace plombières **529**
glace au safran **924**
glace aux truffes **530**
mandarines givrées **642**
mousse glacée à la fraise **692**
nougat glacé au miel **715**
omelette norvégienne **734**
oranges givrées **737**
pamplemousses glacés **755**
parfait glacé **761**
pêches Melba **780**
pêches Pénélope **780**
pudding glacé Capucine **869**

sorbet au cacao et aux raisins **989**
sorbet au calvados **989**
sorbet au cassis **989**
sorbet au citron **989**
sorbet à la framboise **989**
sorbet aux fruits exotiques **989**
sorbet aux fruits de la Passion **992**
sorbet à la mangue **992**
sorbet au miel
et aux pignons de pin **992**
sorbet à la poire **992**
sorbet au thé **992**
sorbet à la tomate **992**
soufflé glacé aux framboises **997**
vacherin fin moka **1078**
vacherin glacé **1079**
vacherin glacé aux marrons **1079**

Entremets

appareil à charlotte froide **246**
arbolade **54**
attereaux d'ananas **66**
bavarois à la cévenole **95**
bavarois à la crème :
préparation **95**
bavarois à la créole **95**
bavarois aux fruits **95**
bavarois à la normande **95**
bavarois rubané au chocolat
et à la vanille **95**
blanc-manger **122**
bordure de riz à la créole **139**
bordure de riz
à la Montmorency **139**
bordure de semoule aux fruits **144**
charlotte froide : méthode
de base **246**
charlotte à la chantilly **247**
charlotte au chocolat **247**
charlotte aux deux fruits **247**
charlotte aux fraises **247**
charlotte glacée au cassis **247**
charlotte aux marrons **247**
charlotte au pain d'épice
et aux fruits secs d'hiver **248**
charlotte aux poires **248**
citron soufflé **285**
clafoutis **290**
crème caramel **348**
crème caramélisée
à la cassonade **345**
crème au citron **348**
crème renversée **348**
croûtes en couronne à la
Montmorency **365**
croûtes en turban Beauvilliers **365**
diplomate au bavarois **403**
diplomate aux fruits confits **404**
diplomate aux pruneaux **404**
entremets à l'orange **737**
far breton **448**
flamusse aux pommes **465**
flan de cerises à la danoise **466**
flan meringué au citron **466**
flan aux pommes Grimaldi **466**
flaugnarde aux poires **467**
gâteau de riz au caramel **516**
île flottante au caramel **573**
millas en bouillie **674**
mont-blanc **681**
mousse de citron **692**
noques à la viennoise **711**
œufs au lait **724**
œufs à la neige : cuisson **726**
omelette flambée **733**
omelette reine Pédauque **733**
omelette soufflée **734**
omelette sucrée à la normande **734**
pain perdu brioché **752**
pavés de riz Pompadour **777**
pezizes orangées Ali-Bab **792**
porridge **842**
pouding du pêcheur
de Saint-Michel-des-Saints **869**
pudding aux amandes
à l'anglaise **869**
pudding à l'américaine **869**
pudding Nesselrode **869**
pudding au pain à la française **869**
pudding aux pommes à l'anglaise
(apple-pudding) 870
pudding à la semoule **870**
puddings au riz **870**
riz au lait **906**
riz au lait d'amande
et gelée d'agrumes **906**
sabayon au rhum
et aux marrons glacés **922**
scotch pudding **870**
semoule pour entremets **974**
soufflé ambassadrice **996**
soufflé au chocolat amer **996**
soufflé Lapérouse **996**
soufflé Mont-Bry aux marrons **997**
soufflé Rothschild **997**
soufflé à la vanille **997**
soufflé aux violettes **997**
subrics d'entremets au riz **1006**
tapioca au lait **1026**
timbale Brillat-Savarin **1049**
timbales Élysée Lasserre **1049**

Pâtisseries

babas au rhum **76**
bireweck **116**
biscuit aux amandes **118**
biscuit à l'italienne **118**
biscuit mousseline à l'orange **118**
biscuit roulé **118**
bottereaux **144**
bouchée à l'abricot **145**
brioche bordelaise **170**
brioche aux fruits **170**
brioche parisienne **170**
brioche polonaise **170**
brioche praluline **170**
brioche roulée aux raisins **170**
brioche de Saint-Genix **170**
brioche vendéenne **170**
bûche aux marrons **175**
cake **189**
cake au miel et aux cerises
confites **189**
Christmas pudding **280**
croquembouche de marrons **360**
croustillant choco-banane **83**
dacquoise au café **379**
dartois à la confiture d'abricot **382**
dartois à la frangipane **382**
délice au citron **392**
fouace **478**
fraisier **484**
galette de plomb **508**
galette des Rois **508**
galicien **508**
gâteau alcazar **514**
gâteau Alexandra **514**
gâteau Champigny **515**
gâteau de la Forêt-Noire **478**
gâteau à la mandarine **640**
gâteau manqué **515**
gâteau marbré **515**
gâteau aux marrons
et au chocolat **652**
gâteau moka **515**
gâteau Montmorency **516**
gâteau Montpensier **516**
gâteau de patate douce **516**
gâteau au potiron d'Halloween **516**
gâteau « le prélat » **516**
gâteau des Rois de Bordeaux
(dit « gâteau tortillon ») **517**
kouglof **596**
kouing-aman **598**
leckerli de Bâle **613**
manqué au citron **643**
marignan **647**
mille-feuille vanille
coulis de framboise **676**
orangine **739**
pain d'épice **750**
pain de Gênes **750**
panettone **757**
paris-brest **762**
parisien **762**
pastis bourrit **766**
pithiviers **806**
plum-cake **810**
pognes de Romans **812**
pompes de Noël **837**
progrès au café **862**
quatre-quarts **873**
Sachertorte **923**
saint-honoré **927**
savarin à la crème pâtissière **965**
savarin aux fruits rouges
et à la chantilly **965**
solilemme **988**
Strudel aux pommes **1005**
tourteau fromagé **1064**
trois-frères **1067**
vatrouchka **1081**

Petits-fours et gâteaux individuels

allumettes glacées **35**
baklavas aux pistaches **79**
barquettes aux abricots **89**
barquettes aux framboises **90**
barquettes aux marrons **90**
bâtonnets au cumin **91**
bâtons feuilletés glacés **91**
bâtons glacés à la vanille **91**
biscuits à l'anis **118**
biscuits au gingembre **119**
buns **177**
cannelés **203**
choux au café **273**
choux au chocolat **273**
choux à la crème Chantilly **273**
choux à la crème Chiboust
au café **273**
cigarettes russes **283**
conversations **320**
croquets de Bar-sur-Aube **360**
croquets bordelais **360**
délices aux fraises **392**
délices aux noix **394**
délicieux surprise **394**
duchesses (petits-fours) **410**
éclairs au café **416**
éclairs au chocolat **416**

financiers aux amandes **463**
galettes bretonnes **119**
gaufrettes hollandaises **518**
gimblettes à l'orange **526**
jalousies à l'abricot **585**
langues-de-chat au beurre
et aux œufs entiers **607**
macarons classiques **632**
macarons moelleux **632**
macarons à la réglisse **632**
madeleines classiques **636**
madeleines de Commercy **636**
maltais **639**
meringues françaises **666**
meringues suisses **666**
pains de Nantes **750**
palets de dames **752**
palmiers **753**
petites galettes orangines **508**
petits cakes du Yorkshire **189**
petits choux amandines
en beignet **273**
petits-fours Souvarov **790**
ponts-neufs **838**
sablés de Milan **923**
spéculos **1003**
tourons (petits-fours) **1061**
tuiles **1073**
visitandines **1106**

Tartes et tourtes
amandines à la duchesse **37**
apple pie **794**
croustade de pommes
à la québécoise **830**
jeu de pommes **830**
Linzertorte **622**
mirlitons de Rouen **678**
petites tartes au muscat **1028**
pie à la rhubarbe **795**
tarte aux abricots **1028**
tarte alsacienne **1028**
tarte aux cerises à l'allemande
(Kirschkuchen) **1028**
tarte au chocolat **1028**
tarte au citron **1030**
tarte aux fraises **1030**
tarte aux groseilles
à maquereau à l'allemande
(Stachelbeerkuchen) **1030**
tarte meringuée au citron **1030**
tarte au m'gin à la mode
de Metz **1030**
tarte aux myrtilles
à l'alsacienne **1030**
tarte aux noix de pecan **1030**
tarte aux poires Bourdaloue **815**
tarte aux pommes légère
et chaude **1030**
tarte au raisin frais **1030**
tarte au riz **1031**
tarte Sonia Rykiel **1031**
tarte suisse au vin **1031**
tarte Tatin **1031**
tartelettes au café
ou au chocolat **1032**
tartelettes au millet **1032**
tartelettes aux noix et au miel **1032**
tartelettes à la rhubarbe **1031**
tourte aux abricots **1061**
tourte aux feuilles de bette **1062**
tourte au kirsch de Zoug **1062**
tourte aux noix de l'Engadine **1062**
tourte au sirop d'érable **1062**
tourte à la mode béarnaise **1062**
trois Tatins à l'ananas frais
au coulis de kiwi **1031**

Viennoiseries
chaussons : préparation **255**
chaussons de Paul Reboux **255**
chaussons aux pommes
et aux pruneaux **255**
croissant alsacien **359**
croissants parisiens :
préparation **359**
croissants aux amandes **359**
doughnuts **407**
muffins **695**
pains au lait **750**
pains aux raisins **752**

CONSERVES/SUCRERIES

Compotes
compote d'abricots étuvés **304**
compote d'airelle **304**
compote de cerise **305**
compote de figue sèche **305**
compote de fraise **305**
compote de marron **305**
compote de mirabelle **305**
compote de pêche **305**
compote poire-pomme
caramélisée **305**
compote de pruneau **305**
compote de rhubarbe **305**
compote du vieux vigneron **305**

Confiseries
amandes mondées **37**
angélique confite **47**
caramels durs au café **208**
caramels durs au chocolat **208**
caramels mous au beurre **208**
cerises confites fourrées
à la pâte d'amande **230**
cerises déguisées
dites « marquises » **230**
citrons confits **285**
cotignac **331**
écorces d'orange confites **737**
fudges à la vanille **506**
massepains **654**
massepains communs **655**
pâte d'abricot **770**
pâte d'amande **770**
pâte de cerise **771**
pâte de coing **771**
pâte de fraise **771**
pâte de pomme **771**
pruneaux déguisés **868**
quartiers d'orange glacés **739**
sucre d'orge à l'ancienne **1011**
tire à la mélasse **1049**
truffes en chocolat au beurre **1070**
truffes en chocolat à la crème **1070**
zeste de citron confits
au vinaigre **1119**

Confitures et marmelades
confiture d'abricot **312**
confiture de citron **312**
confiture de fraise **312**
confiture de marron **312**
confiture de melon **312**
confiture de mûre **312**
confiture d'orange **312**
confiture de reine-claude **312**
confiture de rhubarbe **312**
confiture de tomate rouge **312**
confiture de tomate verte **312**
marmelade de jasmin **649**
marmelade d'orange **649**
marmelade de pomme **649**
marmelade de prune **649**
raisiné de Bourgogne **885**

Conserves
cerises à l'eau-de-vie **230**
cerises au vinaigre
à l'allemande **230**
chutney **281**
chutney à l'ananas **281**
chutney aux oignons
d'Espagne **281**
conserve d'oseille **742**
conserve de truffes
à la graisse d'oie **1069**
conserve de truffes stérilisées **1069**
cornichons au vinaigre,
à chaud **329**
cornichons au vinaigre, à froid **329**
écorce de melon au vinaigre **663**
gelée de fruits rouges **520**
lemon curd **614**
noix au vinaigre **708**
olives à la picholine **731**
pickles de chou-fleur
et de tomate **794**
prunes à l'eau-de-vie **867**
purée de piment **872**
séchage des fines herbes **970**
séchage des légumes **970**
séchage des pommes
et des poires **970**
sirop d'alkékenge **980**
sirop de cassis **980**
sirop de cerise **980**
sirop de fraise **980**
sirop d'orange **980**
suc de cerise **1006**
sucre de cannelle **1011**
sucre de fleur d'oranger **1011**
sucre vanillé **1011**

BOISSONS

Boissons alcoolisées
alexandra **294**
americano **294**
arc-en-ciel **294**
bacardi **294**
between the sheets **294**
bichof au vin du Rhin **112**
black velvet **294**
bloody mary **296**
blue lagoon **294**
bronx **296**
bullshot **296**
café irlandais **183**
champagne cocktail **296**
champagne flip **296**
cherry blossom **296**
cider cup **377**
daiquiri **296**
dry **296**
maka **296**
manhattan **296**
margarita **296**

mister callaghan **296**
negroni **296**
punch marquise **296**
quinquina « maison » **877**
rose **296**
Saint-James cup **377**
side car **296**
spoutnik **296**
vin chaud à la cannelle
et au girofle **1103**
vodka fizz **296**

Boissons non alcoolisées
arabella fizz **296**
café arabe **183**
café glacé **183**
café d'Italie : cappuccino **183**
café de Java : moka **183**
café turc **183**
café viennois **183**
casbah algérienne **1044**
chocolat viennois **271**
copacabana **296**
cocktail antillais **296**
cocktail aux cinq fruits **296**
cocktail complet **296**
cocktail au concombre
et à la tomate **297**
cocktail six légumes **297**
frénette **488**
granité **539**
jus de tomate aux épices **297**
lemon squash **296**
limonade **296**
pinacolada sans alcool **297**
prairie oyster **297**
punch aux fruits **297**
pussy foot **297**
thé chinois **1044**
thé glacé **1044**
thé indien au lait
aux épices **1044**
thé à la menthe **1044**

RECETTES DE BASE

Bases de desserts
caramel à napper **207**
caramel à napper
(autre recette) **207**
caramel à sauce **207**
caraméliser un moule **208**
coulis de fruits frais **335**
crème Chantilly :
préparation **346**
crème fouettée **346**
glace royale **1011**
glace de sucre **1011**
meringue italienne **666**

Beurres composés
beurre composé :
préparation **111**
beurre d'ail **111**
beurre d'amande **111**
beurre d'anchois **111**
beurre Bercy **111**
beurre de citron **111**
beurre de crabe
ou de crevette **111**
beurre de cresson **111**
beurre pour escargots **111**
beurre hôtelier **111**
beurre de laitance **111**
beurre maître d'hôtel **110**
beurre marchand de vin **110**
beurre de Montpellier **111**
beurre de piment **112**
beurre de roquefort **112**

Condiments
achard de légumes au citron **14**
coulis de tomate (condiment) **335**
hoummos **568**
rougail d'aubergine **914**
tapenade **1026**

Essences, huiles, vinaigres
essence d'ail **438**
essence de café **438**
essence de cerfeuil **438**
essence de champignon **438**
essence de truffe **438**
huile d'ail **569**
huile au basilic **569**
huile pimentée **569**
vinaigre à l'estragon **1105**
vinaigre aux herbes **1105**

Fonds, courts-bouillons, fumets, marinades
beurre Chivry **108**
blanc de champignon **241**
bouillon de bœuf ou marmite
de bœuf **151**
bouillon de veau ou fond blanc
de veau **151**
clarification du bouillon
de pot-au-feu **292**
colle de poisson clarifiée
pour entremets **301**
court-bouillon créole **339**
court-bouillon « eau-de-sel » **339**
court-bouillon au lait **339**
court-bouillon pour poissons
d'eau douce **339**
court-bouillon pour poissons
de mer **340**
court-bouillon au vin **340**
demi-glace **394**
fond blanc de veau **474**
fond blanc de volaille **474**
fond brun clair **475**
fond brun de veau **475**
fond de gibier **475**
fond de veau lié **475**
fumet de poisson **506**
marinade crue pour éléments
de pâté et de terrine **648**
marinade crue pour grosse viande
de boucherie et gibier **648**
marinade cuite pour viande
de boucherie et venaison **648**
marinade cuite pour viande
en chevreuil **648**
marinade instantanée
pour poissons grillés **648**
roux blanc **918**
roux blond **918**
roux brun **918**

Gelées, glaces de cuisine
gelée de poisson blanche **519**
gelée de poisson au vin rouge **519**
gelée de viande **519**
glace de poisson **530**
glace de volaille ou de gibier **530**

Panades et farces
anglaise pour panure **758**
appareil à Maintenon **637**
bordure de farce de poisson
aux médaillons de homard
à l'américaine **139**
bordure de sole à la normande **139**
chair à saucisse **235**
chair à saucisse fine
ou farce fine de porc **235**
duxelles de champignons **412**
farce américaine **449**
farce aux champignons **449**
farce de crevette **450**
farce de foie **449**
farce à gratin **449**
farce mousseline **449**
farce mousseline de poisson **450**
farce pour poisson **450**
farce pour terrine
de légumes **449**
farce de volaille **449**
godiveau à la crème **532**
godiveau à la graisse ou farce
de veau à la glace **533**
godiveau lyonnais ou farce
de brochet à la lyonnaise **533**
mirepoix au gras **678**
mirepoix au maigre **678**
panade à la farine **756**
panade au pain **756**
panade à la pomme de terre **756**
panure au beurre **758**
panure à la milanaise **758**
purée d'ail **871**
purée d'anchois froide **871**
purée de cervelle **871**
purée de crevette **871**
purée de foie gras **871**
purée de foie de veau
ou de volaille **871**
purée de gibier **871**
purée de saumon **872**
royale d'asperge **918**
royale de purée de volaille **918**
salpicon à l'américaine **938**
salpicon à la bohémienne **938**
salpicon à la cancalaise **938**
salpicon à la cervelle **938**
salpicon chasseur **938**
salpicon de crêtes de coq **938**
salpicon Cussy **938**
salpicon au poisson **938**
salpicon à la royale **938**
salpicon à la viande **938**

Pâtes de cuisine et de pâtisserie
croûte : préparation **364**
croûte à flan cuite à blanc :
préparation **364**
croûte à timbale garnie :
préparation **364**
croûte à vol-au-vent :
préparation **364**
fond napolitain **475**
fond noix ou noisettes **475**
fond perlé **475**
fond sablé **475**
fond à succès **475**
pâte à beignets **100**
pâte à biscuit **118**
pâte à brioche fine **168**
pâte brisée **773**
pâte à cannellonis **203**

pâte à choux d'office : préparation **272**
pâte à choux ordinaire : préparation **272**
pâte à crêpes salée : préparation **351**
pâte à crêpes de sarrasin : préparation **352**
pâte à crêpes sucrée : préparation **352**
pâte feuilletée : préparation **457**
pâte à foncer **774**
pâte à frire **774**
pâte à frire japonaise **774**
pâte à génoise : préparation **521**
pâte à manqué : préparation **643**
pâte à pain : préparation **748**
pâte à pâté **768**
pâte à pâté au saindoux **768**
pâte à pizza : préparation **807**
pâte sablée **774**
pâte à savarin : préparation **965**

Sauces
aïoli **30, 945**
anchoyade **945**
beurre blanc **110**
beurre à la broche **108**
beurre manié **110**
beurre noisette **110**
bread sauce **945**
egg sauce **945**
magnonnaise **659**
mayonnaise classique **659**
mayonnaise collée **659**
mets endiablés **398**
mustard sauce **945**
rouille au safran **945**
pulpe de tomate fraîche **1052**
sauce aigre-douce **945**
sauce aux airelles *(cranberry sauce)* **945**
sauce Albufera **945**
sauce allemande grasse **946**
sauce allemande maigre **946**
sauce andalouse chaude **946**
sauce andalouse froide **946**
sauce aromatique aux morilles **946**
sauce aurore **946**
sauce béarnaise **946**
sauce Béchamel **946**
sauce Bercy **946**
sauce au beurre **946**
sauce à la bigarade **946**
sauce bolognaise **946**
sauce Bontemps **947**
sauce bordelaise **947**
sauce bourguignonne pour poissons **947**
sauce bourguignonne pour viandes et volailles **947**
sauce bretonne **947**
sauce Cambridge **947**
sauce cardinal **947**
sauce chasseur **947**
sauce Chateaubriand **947**
sauce chaud-froid blanche pour abats blancs, œufs et volailles **947**
sauce chaud-froid blanche pour volaille **947**
sauce chaud-froid brune ordinaire pour viandes diverses **948**
sauce chaud-froid brune pour poissons et gibiers **948**
sauce chevreuil pour gibier **948**
sauce Choron **948**
sauce Colbert (ou beurre Colbert) **948**
sauce Cumberland **948**
sauce diable **948**
sauce à la diable anglaise **948**
sauce dijonnaise **948**
sauce à la duxelles **948**
sauce aux écrevisses **948**
sauce espagnole **949**
sauce à l'estragon pour œufs mollets ou pochés **949**
sauce financière **949**
sauce Foyot **950**
sauce genevoise **950**
sauce Godard **950**
sauce grand veneur **950**
sauce gribiche **950**
sauce hachée **950**
sauce hollandaise **562, 950**
sauce hongroise **950**
sauce aux huîtres **950**
sauce indienne **950**
sauce La Varenne **950**
sauce lyonnaise **950**
sauce marinière **951**
sauce matelote **951**
sauce à la menthe **951**
sauce à la moelle **951**
sauce Mornay **951**
sauce mousseline **951**
sauce moutarde pour grillades **951**
sauce moutarde pour poissons froids **951**
sauce Nantua **951**
sauce normande **951**
sauce à l'oseille **951**
sauce oursinade **951**
sauce Périgueux **951**
sauce aux pignoles à l'italienne **951**
sauce poivrade **952**
sauce aux pommes **952**
sauce poulette **952**
sauce au raifort chaude **952**
sauce au raifort froide **952**
sauce ravigote **952**
sauce rémoulade **952**
sauce Richelieu **952**
sauce Robert **952**
sauce rouennaise **952**
sauce royale **952**
sauce russe froide **952**
sauce Saint-Malo **952**
sauce Sainte-Menehould **952**
sauce sarladaise **953**
sauce soja **982**
sauce Solferino **953**
sauce Soubise **953**
sauce suprême **953**
sauce tartare **953**
sauce tomate **953**
sauce tortue **953**
sauce à la truffe **953**
sauce venaison **953**
sauce Véron **953**
sauce vierge **953**
sauce Villeroi **953**
sauce vinaigrette **1105**
sauce waterfish chaude **953**
sauce waterfish froide **954**
sauce zingara **954**
Yorkshire sauce **954**

Sauces de dessert
sauce à l'abricot **954**
sauce au caramel **954**
sauce au cassis **954**
sauce au chocolat **954**
sauce aux pêches crues **954**
sauce aux pêches cuites **954**

PLATS DU MONDE ENTIER

Entrées
acras de morue **16**
borchtch ukrainien **139**
boudin antillais **148**
brik à l'œuf **167**
caldeirada **190**
caponata **206**
carpaccio **214**
chaudrée gaspésienne **254**
chicken-pie **795**
cock-a-leeckie **294**
cromesquis : préparation **359**
cromesquis à la bonne femme **359**
cromesquis à la florentine **359**
crumpets au roquefort **366**
féroce martiniquais **73**
fondues belges au fromage **476**
gaspacho de Séville **512**
hoummos **568**
mincepie **677**
pirojki caucasiens **805**
pirojki feuilletés **805**
pizza napolitaine **807**
potage au mouton *(mutton broth)* **845**
potage oxtail **845**
sauté de truffes du Piémont **964**
soupe aux clams *(clam chowder)* **998**
soupe aux haricots verts *(Bounenschlupp)* **999**
steak and kidney pie **1004**
welsh rarebit **1114**
yalanci dolmas **406**

Plats
anguille pochée du Québec **48**
aubergines « imam bayildi » **69**
bigos **115**
blaff de poissons **822**
bollito misto alla piemontese **136**
cannellonis à la viande **204**
ceviche de mérou **669**
chayotes à la martiniquaise **256**
chipolatas au risotto à la piémontaise **266**
choesels à la lambic et à la bruxelloise **271**
chou chinois à la pékinoise **276**
chou chinois à la sichuanaise **276**
cipaille au lièvre **283**
couscous aux légumes **340**
couscous au poisson **340**
couscous à la viande **341**
empanada **423**
feijoada **453**
fondue à la piémontaise **476**
fondue valaisane **476**
gnocchis aux herbes et aux tomates **532**
gnocchis à la parisienne **532**
gnocchis à la romaine **532**
goulache **536**

jambalaya de poulet **585**
keshi yena **419**
Klösse à la viennoise **596**
koulibiac de saumon **598**
lasagnes à la sauce bolognaise **612**
méchoui **659**
minestrone florentin **677**
paella **745**
papet vaudois aux poireaux **759**
pastilla au pigeon **765**
piccata de lotte au bouillon d'ail
et courgettes-fleurs **793**
pilaf garni **800**
polenta au parmesan **826**
ragoût québécois de pattes **880**
risotto à la marinara **902**
risotto noir de langoustines
au basilic thaï **902**
risotto de printemps **902**
spaghetti alla botarga **1002**
spaghetti alla carbonara **1002**
spaghetti all'amatriciana **1002**
Spätzles au beurre noisette **1003**
tajine d'agneau **1022**
tajine de bœuf aux cardons **1022**
tourtière saguenéenne **1064**
vitello tonnato **1088**
waterzoï de poulet **1112**
waterzoï de saumon
et de brochet **1114**
yassa de poulet **1118**
Yorkshire pudding **1118**
zampone **1119**

Desserts

apple pie **794**
baklavas aux pistaches **79**
bricelets vaudois **163**
buns **177**
café liégeois **185**
Christmas pudding **280**
doughnuts **407**
leckerli de Bâle **613**
lemon curd **614**
Linzertorte **622**
muffins **695**
panettone **757**
petits cakes du Yorkshire **189**
pie à la rhubarbe **795**
plum-cake **810**
porridge **842**
pouding du pêcheur
de Saint-Michel-des-Saints **869**
pudding aux amandes
à l'anglaise **869**
pudding à l'américaine **869**
pudding Nesselrode **869**
pudding au pain
à la française **869**
pudding aux pommes à l'anglaise
(apple-pudding) **870**
pudding à la semoule **870**
puddings au riz **870**
Sachertorte **923**
Strudel aux pommes **1005**
tarte aux cerises à l'allemande
(Kirschkuchen) **1028**
tarte aux groseilles
à maquereau à l'allemande
(Stachelbeerkuchen) **1030**
vatrouchka **1081**

Boissons

café arabe **183**
café d'Irlande **183**
café d'Italie : cappuccino **183**
café d'Italie : espresso **183**
café de Java : moka **183**
café de Turquie **183**
café de Vienne **183**
casbah algérienne **1044**
thé chinois **1044**
thé indien au lait
aux épices **1044**

INDEX GÉNÉRAL

A

AAAAA (Association Amicale des Amateurs d'Authentiques Andouillettes) 42, 45, 314
abaisse 9, 203, 233, 268, 474, 805, 899, 917, 994, 109
chiqueter une 268
abalone 266, 589
abats 9-10, 38, 41, 48, 165, 233, 245, 283, 298, 333, 384, 385, 444, 455, 469, 484, 488, 511, 540, 559, 580, 592, 607, 617, 631, 694, 695, 697, 713, 739, 758, 795, 876, 901, 908, 947, 1039, 1066
abattis 9, 140, 151, 638
abattoir 11
abignades 11, 141
ablette 12
ablutions de table 12
abondance 12
abondance (fromage) **12**
aboukir 12, 770
aboukir (amandes) **12**
abricot 12-13, 89, 145, 304, 307, 312, 361, 382, 529, 585, 608, 735, 758, 770, 920, 954, 970, 979, 1028, 1061
abricoter 14
abricot-pays 14
ABS (Acrilonitrile, Butadiène, Styrène) **14**
absinthe 14, 56, 404
abymes 968
acacia 14, 487, 533, 631
accolade (en) **14**
accommoder 14
Achard (Franz Karl) **14**, 646, 1007
achard ou achar 14, 794
ache des marais 15
acide 15, 536, 805, 965, 1011
acide aminé ou **aminoacide 15**
acide gras 15
aciduler 15
acier 15
açordas 843
acra 16, 351, 639
âcre 16
additif alimentaire 16, 21, 32, 61, 212, 215, 302, 315, 419, 424, 426, 444, 518, 520, 529, 572, 580, 646, 706, 735, 793, 907, 938, 971, 1003
Aden 181
adjem pilaf 1077
adjersandal 521
adoucir 17
advocaat 17, 777
ægle 17
affichage 17
affinage 17, 204, 492
Afghanistan 61
Afnor 17, 714
africaine (à l') **17**
Afrique 49, 53, 66, 72, 73, 82, 138, 176, 180, 181, 190, 301, 336, 358, 406, 408, 422, 429, 432, 455, 459, 481, 522, 573, 594, 642, 643, 684, 696, 758, 800, 816, 903, 904, 943, 965, 975, 976, 977, 979, 992, 1006, 1024, 1042, 1106, 1119
noire **17-18,** 351
du Sud **18-20,** 319, 563
tropicale 661, 709, 1107
agar-agar 16, **20**
agaric 20, 241
agave 20, 414, 669, 870, 1035
agenaise (à l') 196, 510
agent de texture 21
agneau 20, **21-26,** 66, 80, 89, 92, 123, 138, 140, 160, 172, 210, 216, 221, 298, 301, 330, 389, 429, 444, 462, 469, 489, 511, 524, 559, 647, 650, 654, 659, 695, 702, 717, 764, 786, 789, 822, 861, 864, 901, 908, 919, 964, 972, 979, 1022, 1039, 1076, 1091
de pré-salé 712, 716
Agnès Sorel 26, 1032, 1049
agnolottis 772
ago glain 18
agraz 26
agriculture biologique 26
agrume 27, 224, 284, 287, 292, 420, 598, 620, 640, 754, 906, 1025, 1119, 1120
peler à vif et couper un 27
aguardiente 27
Aïda 27
aïgo boulido 27, 864
aïgo sau d'iou 865
aigre 28
aigre-doux 28, 248, 281, 308, 376, 382, 441, 506, 578, 645, 676, 695, 713, 780, 827, 867, 893, 945, 1012, 1022, 1065
aigrelette (à l') 961
Aiguebelle 28
aiguière 28
aiguillat 28, 894, 962
aiguille à brider 28, 166
aiguille à piquer 28
aiguillette 28, 126, 196, 911
aiguisoir ou **aiguiseur 28**
ail 24, **28-29,** 53, 111, 418, 438, 438, 469, 510, 524, 546, 569, 608, 646, 793, 805, 859, 863, 871, 907
aile 29
aileron 9, **29,** 51, 400, 402
ailerons de requin 29
aillée 30
aïoli 30, 424, 608, 864, 920, 945
airelle 30, 304, 463, 487, 705, 945
aisy cendré 30, 226
aitïou 18
ajaccio 333
Ajalbert (Jean) 409
ajiaco 302
alambic 30, 150, 404, 897
albacore 30, 1045
alberge 30
Albert 30
Albert sauce 952
Albi 850
albigeoise (à l') 23, **30**, 998
Albufera (d') **30**, 126, 852
Albufera (sauce) 945
alcazar 31, 514
alcool 14, 18, 30, **31**, 53, 135, 230, 262, 266, 280, 294, 308, 328, 390, 404, 465, 467, 504, 577, 622, 695, 761, 782, 870, 877, 928, 967, 992, 1050, 1103, 1107
alcoolat 31, 438
aldéhyde 31
al dente 31
ale 31, 576, 577
Alexandra 31, 514
alexandra (cocktail) **31**
Alexandre Ier, tsar de Russie 210
Alexandre II, tsar de Russie 372
Alexandre le Grand 12, 823, 1006
Algérie 31-32, 340, 432, 748, 867, 1040
algérienne (à l') **32**
alginate 32
algues 32, 266, 518, 589, 596, 706, 980
alhagi 32
Alhambra 136
Ali-Bab 32, 792, 929
alicot 75, 511, 609, 876
aligot 32, 74, 204, 500, 895, 1054
aligoté 32, 698
aliment 32
alise 33
alize pâquaude 1091
alkékenge 230, 793, 980
Allais (Alphonse) 185, 377, 700
all cremat 921
allégé 33
alléluia 609
Allemagne 33-35, 47, 56, 66, 70, 73, 114, 116, 122, 154, 161, 163, 181, 184, 217, 219, 230, 245, 276, 293, 328, 351, 355, 356, 370, 376, 380, 394, 397, 411, 413, 419, 426, 520, 538, 546, 595, 596, 598, 599, 618, 623, 639, 658, 661, 678, 707, 706, 707, 746, 749, 761, 772, 777, 827, 867, 870, 882, 895, 899, 937, 956, 958, 967, 1002, 1003, 1004, 1005, 1012, 1018, 1027, 1078, 1103, 1114
allemande (à l') **35**, 230, 711, 930, 1028, 1030
allemande (sauce) **35**, 859, 946, 1005, 1100
alligator 358
allonger 35
allumette 35
Almaviva 724
alose 35, 140, 511, 1059
alouette 35, 522, 768, 990
Aloxe-Corton 36
aloyau 36, 126, 453, 548
Alpes 413, 476, 520, 732, 962
Alsace 36, **38-40,** 78, 116, 161, 163, 276, 359, 395, 418, 419, 470, 506, 522, 526, 532, 546, 547, 595, 596, 663, 692, 696, 697, 706, 711, 726, 753, 760, 715, 772, 792, 802, 850, 868, 876, 882, 895, 899, 907, 912, 927, 937, 955, 956, 967, 988, 1003, 1005, 1018, 1027, 1054, 1068, 1103
alsacienne (à l') **36,** 278, 607, 711, 727, 840, 1028, 1030
aluminium 36

amande 21, **36-37,** 72, 111, 118, 320, 333, 352, 359, 389, 408, 410, 419, 463, 505, 547, 569, 601, 637, 654, 663, 680, 715, 764, 770, 810, 860, 861, 862, 864, 869, 899, 921, 1006, 1025, 1054, 1060, 1072
amande de mer 37
amandine 37, 273
amanite des césars ou **oronge vraie 41,** 239, 742
amaretti 584
amaretto 41
amatriciana (all') 1002
amauguette 141
Amazonie 979
ambassadeur ou **ambassadrice 41,** 996
ambre 41
ambroisie 41
Amélie 722
amer 41, 536, 965, 1011
américaine (à l') 41, 73, 139, 563, 574, 625, 858, 869, 929, 938
Amérique 47, 190, 336, 557, 563, 573, 598, 637
centrale 27, 49, 533, 546, 552, 573, 643, 684, 782
du Nord 174, 202, 217, 219, 301, 367, 400, 407, 431, 445, 604, 697, 741, 753, 756, 782, 894, 938, 943, 1018, 1055
du Sud 20, 53, 73, 82, 126, 144, 181, 182, 190, 262, 264, 284, 310, 358, 423, 429, 452, 453, 3978, 501, 614, 642, 643, 758, 782, 869, 876, 903, 924, 975, 1042, 1091
amiante 41
amidon 41, 531, 617, 639, 773
amiral (à l') 41
amourette 41-42, 139
amphitryon 42
amphore 42
Amphoux (madame) 42
Amunategui (Francis) 42, 45, 521
amuse-gueule 42, 790
ananas 24, **42-44,** 66, 101, 196, 281, 501, 559, 672, 856, 1031
anchiuta 333
anchois 44, 89, 111, 171, 195, 333, 382, 705, 757, 805, 871, 920, 929, 936
anchoyade 864, 945
ancienne (à l') 44, 134, 215, 218, 359, 365, 459, 588, 1011, 1024
andalouse (à l') **45**, 190, 824
andalouse (sauce) 946
Andalousie 506
andouille 45-46, 96, 164, 254, 314, 428, 712, 717
andouillette 45-46, 50, 254, 467, 625, 631, 712, 717, 830, 1059
âne 45
ânesse 108, *voir aussi* lait
aneth 45
ange de mer 47
angel on horseback 258, 570, 576
angélique 47, 505, 564
angelot 47
angevine (à l') 50, 51
anglaise (à l') 23, **47,** 48, 172, 179, 210, 233, 241, 274, 294, 298, 350, 469, 756, 791, 869, 870, 908, 976, 1000, 1055, 1086
anglaise (sauce) 112
angostura 47
anguille 47-48, 50, 51, 81, 165, 195, 385, 511, 589, 655, 713, 768, 789, 895, 936, 988, 991, 992, 1058, 1059, 1077, 1091, 1094, 1112
animelles 9, **48-49**
anis 14, **49**, 51, 52, 53, 118, 598, 637, 647, 744, 766, 845, 885, 921, 939, 1054, 1055
anis (biscuits à l') 51, 118
anis étoilé 78
anisette 49, 622
Anjou 49, **50-51**, 138, 144, 257, 331, 533, 674, 868, 873, 912, 962, 965, 1055
Anna 49, 211, 410, 834
anone 49, 559
ansâm-chrouk 192
antiboise (à l') **49**, 720
anticuchos 786
antillaise (à l') **49**, 82, 351
Antilles 14, 16, 28, 54, 82, 90, 146, 180, 181, 182, 202, 206, 242, 255, 273, 276, 279, 287, 307, 336, 351, 356, 377, 392, 406, 429, 527, 537, 557, 573, 639, 642, 679, 743, 766, 800, 816, 914, 942, 1007, 1024, 1056, 1080, 1091, 1106
antilope 49, 1107
antioxygène 49
antipasto 52
anversoise (à l') 23, **52,** 432, 568
apéritif 41, **52,** 414, 444, 546, 595, 622, 634, 746, 766, 790, 877, 885, 887, 892, 897, 942, 1054, 1092, 1103, 1114
Apicius 52, 371, 623, 823, 911
Apicius (Marcus Gavius) 52
aplatir 52
Apollinaire (Guillaume) 468, 1051
appareil 52
appellation d'origine contrôlée (AOC) 12, 40, **52,** 54, 74, 75, 83, 84, 92, 96, 107, 108, 120, 123, 138, 143, 154, 167, 171, 174, 178, 180, 186, 193, 204, 219, 226, 233, 234, 235, 243, 246, 251, 252, 256, 266, 268, 299, 301, 305, 309, 326, 330, 331, 332, 333, 362, 366, 384, 385, 415, 425, 430, 443, 465, 468, 477, 481, 493, 501, 507, 522, 523, 528, 534, 538, 543, 559, 561, 580, 592, 594, 600, 604, 607, 609, 616, 622, 623, 628, 634, 636, 639, 645, 646, 650, 658, 660, 663, 665, 668, 670, 677, 680, 681, 682, 690, 696, 697, 705, 716, 718, 731, 743, 745, 764, 776, 778, 786, 787, 794, 802, 827, 838, 851, 854, 859, 870, 873, 876, 877, 887, 890, 892, 894, 895, 897, 903, 907, 910, 911, 912, 917, 918, 926, 927, 927, 928, 937, 939, 962, 965, 966, 969, 974, 975, 977, 981, 926, 927, 927, 928, 937, 939, 962, 965, 966, 969, 974, 975, 977, 981, 1020, 1024, 1034, 1079, 1090, 1100, 1103, 1110
appenzell 52, 1012
Appert (Nicolas) **52**
appertisation 53, 316
appétit 53
apple brandy 192
apple jack 192
apple pie 794
apprêt 53
âpre 53
apremont 968, 969
aquavit ou **akvavit 53,** 414, 981
Aquitaine 406, 655
arabe (à l') 1044
Arabie 182, 183, 235, 248, 272, 383, 454, 679, 695, 976, 1019
arachide 53, 163, 180, 569, 614
aragonez, *voir* tempranillo
araignée 53
araignée de mer 53, 343
arak 53, 580
aralia 527
Arbellot de Vacqueur (Simon) **53,** 764
arbois 54
arbolade, arboulastre ou **herbolade 54**
arbouse 54, 332, 333
arbre à pain 54, 924, 1020
Archestrate 54, 544, 623, 929, 1045
archiduc 54, 136
Ardèche 188, 189, 234, 346, 652, 794
ardennaise (à l') **54,** 549
Ardennes 54, 226, 907
arepas 302, 1056, 1091
argent 413
argenterie 54, 1019
Argenteuil 55, 720
Argentine 27, **55**, 182, 423, 655
Ariège 500, 516
ariégeoise (à l') **56**, 694
Aristophane 544
arlequin 56
arlésienne (à l') **56**
arlésienne (soupe) 864
Armagnac 752, 895
armagnac 56, 93, 99, 141, 414, 468, 510, 511
Armenonville 56, 986
armoise 56
armoricaine (à l') **56**
aromate 56, 428, 509, 650, 700, 749, 772, 1046, 1048
arôme 57
arômes 57, 631
Arpajon 557
arquebuse 57
arrabbiata (all') 633
arroche 57
arroser 57
arrow-root 57, 846, 1116
Artagnan (d') **57**
artichaut 57-60, 89, 164, 346, 455, 584, 592, 593, 630, 679, 705, 823, 837, 890, 966, 1036, 1090
tourner un fond d' 60
artichaut des murailles, *voir* joubarbe
artocarpus, *voir* arbre à pain
Artois (Charles Philippe, comte d') 60
Artois (d') **60**
Artusi (Pellegrino) **60**
asados 55
asa fœtida 61
asiago 61
Asie 27, 36, 82, 123, 138, 203, 222, 336, 422, 444, 445, 533, 573, 601, 602, 642, 711, 754, 758, 816, 824, 866, 965, 975, 977, 1006, 1117, 1118
du Sud-Est 280, 282, 356, 377, 411, 526, 816, 982, 1024
Mineure 230, 813, 827, 910
aspartame 16, **61**
asperge 55, **61-64,** 89, 176, 477, 485, 538, 567, 574, 608, 645, 732, 918, 966, 976, 991, 1058, 1090
aspic 64, 395, 518, 1013
assaisonnement 65, 891
assam, *voir* thé
assemblage 65
Assemblée constituante 491
assiette 65
assiette anglaise 66, 398, 1114
association de consommateurs 66
assujettir 66
asti 66
spumante 66, 584
astragale 533
astringent 66
Athénée 54, **66,** 544
athénienne (à l') **66**

attendrir **66**
attereau **66,** 705
attereau (brochette) **66-67**
attriau **67,** 968
aubépine **67**
auberge **67**
aubergine **67-69,** 100, 422, 500, 521, 544, 553, 577, 610, 690, 695, 759, 914, 917, 919, 964, 1076, 1077
aubrac **69**
Auguste (empereur romain) 152, 567
Aumale (d') **69**
aumônière (en) **70**, 682
plissage en 70
Aunis 188, 592, 687
auriculaire oreille-de-Judas **70**
aurochs 371
aurore **70**
aurore (sauce) 946
auslese **70**
Ausone **70**, 251
Australie **70-71,** 126, 422, 430, 508, 598, 693, 812
autoclave **71**
autocuiseur **71**
Autriche 18, 54, 70, **72**, 94, 175, 184, 271, 351, 358, 397, 411, 520, 532, 538, 596, 598, 620, 922, 923, 937, 1005, 1012, 1018, 1027, 1065
autrichienne (à l') **72**
autruche **72**
auvergnate (à l') **72,** 74
Auvergne 32, 72, **74-75,** 124, 171, 204, 292, 351, 413, 448, 467, 478, 481, 508, 509, 696, 761, 837, 850, 855, 859, 895, 927, 937, 956, 1066, 1071, 1094
Auxey-Duresses **72**
aveline **72**
avgolemono 544
Avice (Jean) **73**, 210, 776, 1024
avocat **73,** 351, 552, 672, 929, 1090
avoine **73**, 577, 629, 842, 977
azérolier 67
Aztèques 268, 271
azuki 590
azure 1077
azyme **73**

B

baba **76**, 534, 773, 919, 1004
baba kanouy 617
babeurre **76**, 509, 576, 791
babine 18, 73
Babinsky (Henry) 32, 383
babka 827
Babylas 9
bacalhau 843
Bacchus **76**
bacon **78,** 161, 174, 868
badiane **78**
baekenofe 38, **78**
bagnes **78**
Bagration **78**
baguette de Laon **78**
baguettes **78**
bahut **78**
baicoli 584
baie 30, 33, 54, **78,** 193, 202, 283, 420, 430, 463, 520, 536, 550, 576, 696, 697, 741, 800, 1116
Baileys **78**
bain-marie **78**
baiser **79**
baklava 32, **79,** 420, 618, 1076
balabouchki 1078
balance **79**
baleine **79,** 357
balisier **79**
baliste **79**
Balkans 56, 161, 690, 741, 912, 958, 1117
balkenbrij 777
Ballanche (Pierre Simon) 614
ballon **80**
ballon (en) 694
ballottine **80-81**, 507, 788, 802, 856
monter une ballotine de caneton 80
balthazar **81**
Balzac (Honoré de) 30, **82,** 185, 258, 404, 638, 654, 665, 731, 1032, 1059, 1094
bamboche (en) **82**, 722
bambou **82,** 266
ban des vendanges **82**
banana split **82,** 441
banane **82-83,** 102, 163, 351, 431, 481, 672, 996, 1091
banane plantain 614, 615, 1091
bananier 204, 266
bandol **83,** 865
bannock 576
banon **83**, 865
banquet **83-84**
banquière (à la) **84**
Banville (Théodore de) 185, 680
banvin (droit de) **84**
banyuls **84**, 886, 920, 921, 1103
bar **84**
bar (poisson) **84-86**, 410
bar tacheté **86**
bara brith 576
baratte **86**
barbadine **86**
barbaresco **86**
barbe-à-papa **86**
barbe-de-bouc 928, *voir* salsifis
barbe-de-capucin 928, 1066
barbecue **86,** 440
barbera **87**
Barbey d'Aurevilly (Jules Amédée) 185, 892
barbouche 1067
barbouille (en) 856, 990, 991
barbue **87-88,** 165, 926
bardane **88**
barde **88**
barder une volaille 88
Bardet (André) **89**
barigoule (à la) 58, **89**
barman **89**
barolo **89**
baron **89**
barquette **89-90**
barracuda **90**
Barsac **90,** 142
barszcz 826
bartavelle 522
bas de carré **90**
bas morceau **90**
baselle **90**
basilic **90**, 569, 787, 902, 916, 983
basquaise (à la) **90,** 92, 93, 192, 824
basque (Pays) 90, **92-93,** 297, 500, 580, 592, 677, 752, 804, 851, 943, 1055, 1060
basses côtes **90**
bassin **90**
bassine **90**
Bassin méditerranéen 376, 386, 397, 452, 455, 459, 462, 744, 818, 1006
Bassin parisien 791, 1051
bassi salté 18
bastelicaccia 333
bastelle 333
ba-ta-clan **91**
batavia 928
batelière (à la) **91**
bath bun 177
batida 163
bâton ou bâtonnet **91**
bâton de Jacob **91**
bâtonnage **91**
batracien 546
batte à côtelette **91**
batterie de cuisine **91,** 94
batteur **94**
battre **94**
Baudelaire (Charles) **94,** 185, 429
baudroie, *voir* lotte de mer
baudruche **94**
Baumkuchen 34, **94**, 629
bavarois **94-95,** 403, 500, 686
bavaroise (à la) 42
bavette **95**, 126
bayonnaise (à la) 195
Bazaine (Achille) 435
bazine **95,** 886
Béarn **95,** 148, 341, 351, 366, 500, 509, 538, 592, 677, 752, 912
béarnaise (à la) 228, 854
béarnaise (sauce) **96,** 251, 893, 946
confectionner une 96
Béatrix **96**
Beaucaire **96**
Beauce 226, 618
beaufort **96**, 968, 969, 1036
Beauharnais 83, **97**, 1072, 1109
Beaujolais **97-98,** 174, 257, 268, 331, 468, 500, 506, 508, 593, 631, 682, 690, 892, 912, 926, 1055
beaujolais (vin) **98**
beaujolais-villages **98**
Beaumarchais (Pierre Augustin Caron de) 548
Beaumes-de-Venise 1103
Beaune **98**
Beauvilliers (Antoine) **98**, 624, 1034
Beauvilliers **98,** 365, 894
beauvilliers (gâteau) **98**
Beauvoir (Simone de) 398
bécasse **98-99,** 140, 448, 510, 522, 898, 937
bécassine **99**, 768
becfigue **99**, 522
Béchameil (Louis de) **99,** 372
béchamel **99**, 106, 946, 994, 1005, 1066, 1100
becqueter **100**
beef tea 151
beigli **100**
beigne **100**
beignet 16, 92, **100-102,** 112, 144, 176, 212, 242, 273, 281, 332, 333, 350, 357, 359, 374, 399, 407, 425, 435, 441, 467, 487, 490, 491, 518, 567, 577, 578, 598, 631, 639, 669, 740, 761, 775, 780, 787, 789, 816, 827, 865, 876, 967, 1016, 1034
Belgique 17, 52, 66, **102-104,** 114, 122, 125, 181, 203, 212, 219, 233, 262, 271, 334, 356, 374, 397, 399, 419, 424, 426, 438, 442, 444, 476, 546, 552, 561, 598, 604, 620, 622, 645, 688, 707, 714, 750, 777, 782, 806, 833, 870, 893, 980, 1003, 1026, 1056, 1092
bélier 693
Bellay (Jean du) 50, 877
Belle-Hélène **104**
Belle Otéro 26
bellet 104
bellevue (en) **104**

belon 164
Bel Paese **102,** 584
Belval 1065
Bénédictine **104**, 622
bénédictine (à la) **104**, 145, 685
bengale, voir thé
bengkuang 580
Bengladesh 903
Bénichon (la) **104,** 370
bénincase **105**
beoerewors 18
Béranger (Pierre Jean de) 665
Bérangère 721
Berchoux (Joseph) **105**, 624
Bercy **105**, 111, 575
Bercy (sauce) 946
bergamote **105**
bergerac **105**, 789
bergues 467, 713
Berl (Emmanuel) 539
Berlin 555
berlingot **105,** 865
bernache, *voir* outarde
Bernard (Émile) 409, 526
Bernard (Tristan) 700
Bernhardt (Sarah) 868
bernique **105**
Bernis (Pierre de) **105**, 722
Berny **105**
berrichonne (à la) **105**
Berry **105-106,** 245, 351, 360, 617, 663, 760, 850, 859, 877, 895, 939, 974, 1066, 1080
bérudge **106**
béryx **106**
Besset (Jules) **106**
besugo 93
bétel 578
bethmale 609
bêtise **106**
bêtise de Cambrai 712
bette **106,** 209, 540, 384, 859, 888, 968, 992, 1062
bettelman 39
betterave 14, **107,** 137, 138, 309, 346, 392, 398, 455, 467, 646, 712, 848, 929, 975, 1107
  à sucre 712, 1006, 1008, 1091
beuchelle **107,** 706
beurre 48, 52, 53, 86, **107-110,** 164, 165, 208, 246, 291, 329, 432, 539, 601, 622, 656, 716, 830, 882, 1003, 1070
  blanc 50, **110,** 171, 415
  de cacao **111**
  clarifié 388, 980
  composé 53, 180, **111-112,** 268, 300, 414, 415, 418, 432, 467, 568, 608, 627, 638, 642, 676, 696, 786, 1071, 1094
  confectionner un beurre blanc 110
  d'érable 431
  de Gascogne **112**
  de « kokum » 642
  sauce au 810
beurreck **112,** 500, 672, 1076
beurrer **112**
beurrier **112**
bhujia **112**
biarrote (à la) **112**
bicarbonate de soude **112**
biche 229
bichof **112,** 135
bidon **112**
bière 18, 31, 33, 38, 39 49, 104, **112-114,** 122, 125, 135, 161, 163, 174, 184, 202, 215, 230, 234, 265, 272, 292, 371, 404, 435, 444, 455, 467, 493, 520, 537, 554, 568, 577, 598, 604, 617, 638, 639, 712, 713, 750, 755, 765, 777, 800, 827, 856, 870, 917, 928, 981, 992, 998, 1005, 1025, 1054, 1065, 1094, 1114
Bierwurst 956
bifidus **114,** 1118
bifteck **115,** 528, 555, 594
bigarade **115,** 201, 266, 468, 705, 946
Bignon (Louis) **115,** 372, 453
bigorneau **115,** 164, 211
bigos **115**
bigouden 165
biguenée 165
bijane 50
billot **115**
billy by **115**
biltong 18
biotechnologie **115**
Bircher-Benner (Maximilian Oskar) **115**
Birchermuësli 115, **116,** 971
Birdseye (Clarence) **116**
bireweck **116**, 707
biriani **116**
biscôme **116**
biscotte **116**
biscotte parisienne **116**
biscottin 865
biscuit 37, 51, **116-119,** 163, 343, 463, 508, 518, 609, 613, 674, 700, 750, 752, 762, 773, 773, 787, 795, 827
  anglais **119**
  au chocolat sans farine **119**
  à la cuillère **119,** 403
  dacquoise **119**
  glacé **119,** 686, 1065
  à l'huile **119**
  Joconde **119,** 735
  de Reims **119**
  sablé 977
  de Savoie **119,** 643, 773, 969, 1066
  sec 790
biscuiterie **119**, 705, 710
Bise (Marius) **120**
biskaïna (à la) 92
bison **120,** 970
bisque **120,** 443
bistrot 372
bitter 47, **120,** 873
bitter, voir stout
bivalve 679
black pudding 576
blaff 351, 822
blagny **120**
Blanc (Georges) **122**
blanc (à) **122,** 858, 901, 1016
blanc (au) **122**, 852, 906
blanc (vin) **122**
blanc
  de blancs **122**
  de cuisson **122**
  -manger **122**
  de noirs **122**
  d'œuf 573, 577, 665, 681, 704, 724, 773, 862, 975, 994, 1060, 1073
  de volaille **122,** 802
blanchaille **122**
blanche **122**
blanche (sauce) 1090
blanchir 91, **122**, 879
blanquette **122-123,** 372
blanquette de Limoux **123,** 609
Blayais **123,** 142, 143, 668
Blazer (Albert) 30
blé **123,** 154, 452, 500, 608, 712, 743
  complet 800
  dur 974
  d'Inde **123**
blender **124**
blennie **124**
bleu **124**
  d'Auvergne 75, 541
  de Gex 487
  du haut Jura 487, 886
  de Laqueuille 75
  de Sassenage 385
  de Septmoncel 487
  de Thiézac 75
bleu (au) 74, **124,** 215, 384, 631, 1072
bleuet **124,** 283
blini 94, **125,** 463, 811, 919
Blois (Robert de) 966
blonde **125**
blonde d'Aquitaine **125**
blondir **125**
Bloody Mary **125**
boa 975
boboti 18
bocal **125**
bock **125**
Bocuse (Paul) **125**
bœuf 28, 29, 36, 41, 53, 69, 90, 93, 94, 95, 115, **125-134,** 138, 140, 150, 151, 154, 161, 172, 209, 245, 246, 248, 251, 265, 298, 301, 328, 330, 361, 376, 383, 398, 414, 416, 425, 439, 453, 460, 462, 466, 476, 477, 487, 527, 528, 536, 538, 540, 547, 553, 572, 576, 585, 590, 592, 593, 594, 607, 609, 625, 634, 634, 636, 668, 679, 690, 697, 708, 710, 734, 744, 752, 761, 776, 777, 787, 795, 809, 812, 815, 822, 861, 876, 911, 912, 913, 929, 979, 990, 991, 1003, 1004, 1005, 1012, 1022, 1024, 1034, 1035, 1050, 1060, 1065, 1073, 1077, 1088
  cuisson d'une pièce de bœuf 130
Bœuf à la mode (le) **134**
bœuf de Salers 74
bogue **135**
bohémienne (à la) **135,** 858, 938
Boieldieu (François Adrien) 614
Boileau (Nicolas) 178, 673
boisson **135**, 601, 625, 737, 739, 754, 755, 766, 805, 870, 1068, 1103
boîte à épices **135**
boîte à sel **135**
Boivin 858
bol **135**
bolée **135**
boles de picolat 921
bolet **135,** 239, 968
Boleyn (Anne) 637
Bolivie **135,** 1078
bollito misto **136**
bolognaise (à la) **136**, 582, 1048
bolognaise (sauce) 772, 946
bombe glacée **136-137,** 403, 485, 529, 590, 639, 705
  chemiser un moule de glace 136
Bonaparte (Laetitia) 1078
Bonaparte (Louis-Napoléon) 1092
Bonaparte (Napoléon) 646, 892
bonbon 105, 106, **137,** 208, 266, 269, 309, 323, 360, 715, 739, 760, 766, 770, 807, 860, 861, 919, 1011, 1067, 1106
bondard **138**
bondelle **138**
bondon de Neufchâtel **138**
bonite **138,** 140, 382, 589, 622
bonne femme (à la) 9, 87, **138,** 298, 359, 539, 548, 791, 1052
Bonnefons (Nicolas de) **138,** 426
Bonnefoy **138**
bonnes-mares **138**

bonnet **138**
bonnet d'électeur, *voir* pâtisson
bonnet d'évêque **138**
bonnezeaux 51, **138**
Bontemps **138,** 947
borassus **138**
borchtch **138-139,** 193, 463, 593, 698, 827
bordeaux **139,** 668, 142, 965
Bordelais 90, 123, 139, **140-143**, 154, 178, 180, 203, 233, 251, 252, 290, 355, 360, 366, 380, 415, 418, 425, 501, 506, 517, 543, 559, 604, 622, 628, 646, 660, 668, 681, 690, 729, 776, 787, 827, 926, 927, 955, 965, 974, 1007, 1055, 1057, 1100
bordelaise (à la) 21, 23, **139,** 140, 170, 228, 418, 466, 604, 769, 780, 908
bordelaise (sauce) 947
bordure **139**
bori bori 761
bosaka 18
Bosnie 980
Boston (à la) 570
Boston baked beans 440
botarga (alla) 1002
boterkoek 777
Botherel (Marie, vicomte de) **144**
bottereau 50, **144,** 1091
botvinia **144**
boucanage **144**
boucané **144**
bouche du roi **144**, 504, 757
bouchée 860
  au chocolat **145,** 631
  à la reine **145,** 146
  salée **144**
  sucrée **145,** 860
    confectionner des bouchées 145
bouchère (à la) **146**
boucherie **146,** 396
bouchon **146**
bouchon (établissement) **146**
bouchot 687
boudes 75
boudin 74, 146, 164, **147-148,** 160, 219, 294, 487, 533, 576, 625, 712, 757, 865, 895, 968
    antillais **146,** 148, 351
    blanc **148,** 717, 876, 1013
    noir **148,** 717, 788, 830, 941
bouffi 712, *voir aussi* hareng
bougnette 609
Bougon **148**
bougras 789
bouillabaisse **148-150,** 372, 696, 864, 887, 917, 924
bouillée 385
bouilleture 50, 655
bouilleur de cru **150**
bouilli 131, **150**
bouillie 500, 674, 826, 842, 944, 981
bouillir **150**
bouilloire **151**
bouillon 140, **151,** 190, 291, 292, 316, 343, 382, 412, 474, 634, 793, 848, 992, 998
bouillon (établissement) **151**
bouillon des noces 789
boukha ou boukhra **151**
Boulanger **152**, 894
boulangère (à la) 23, **152**, 300
boulangère (pommes de terre) 836
boulangerie **152-153,** 452, 460, 748
Boulant 151
  ule 1021
  oule de Bâle **153**
  oule de cuisson **153**
  oule-de-neige **153**
boulette **153,** 165, 333, 411, 488, 677, 706, 792, 826, 919, 998
    d'Avesnes **153,** 467, 713
    de Cambrai 713
boulghour ou bulghur **154,** 617, 695, 1019, 1077
boulonnaise (à la) 644
boumanio 135
Bounenschlupp 629, 999
bouquet **154**
bouquet (crevette) **154,** 356
bouquet garni **154**
bouquetière (à la) 131, **154**
bouquetin **154**, 522
bouquin, *voir* lièvre
Bourbon 351
bourbon **154,** 414, 638
Bourbonnais 262, 726, 744, 1027
Bourdaloue 13, 136, **154,** 815
bourdelot 716, 717
bourekakia 544
Bourgeais 142, 143, **154,** 668
bourgeoise (à la) 131, **154,** 402, 540
Bourgogne 30, 32, 36, 72, 120, 138, 154, **156-159**, 226, 234, 235, 248, 251, 256, 284, 291, 292, 293, 330, 331, 366, 406, 415, 430, 432, 465, 506, 508, 522, 528, 552, 587, 612, 631, 634, 644, 646, 665, 670, 681, 682, 697, 718, 776, 786, 797, 811, 827, 850, 851, 860, 868, 870, 885, 898, 910, 912, 926, 928, 942, 966, 1020, 1055, 1068, 1100, 1110
bourgueil **154**, 624, 1059
bourguignon 126, 809
bourguignonne (à la) 81, **154**, 131, 230, 557, 1072
bourguignonne (sauce) 947
bourrache **154,** 176
bourriche **154**
bourride **154-155,** 608, 864
boutefas **155**
bouteille **155,** 202, 380, 459, 1004
bouteilles (mise en) **160**
boutifar **160**
bouton-de-culotte **160**
bouvard, *voir* hareng
bouzourate **160**
Bouzy **160**
bovidé 1119
bovin 95, 174, 248, 520, 555, 620, 625, 711, 805, 1039, 1078
boxties 576
boyau **160**
Bragance **160**
Brägenwurst 956
braisé 424
braiser 87, **160**
braisière **160**
Brancas **160**
brandade **160-161,** 411, 608
Brandebourg 127
brandy 161
brandza 161
braou bouffat 921
Braque (Georges) 293
bras de Vénus 921
brasserie **161,** 622, 625
Brasserie des bords du Rhin 622
brayaude 733
bread sauce **161,** 945
breakfast **161,** 174, 576, 577, 595, 628, 842, 851
Brébant (Paul) 485
Brébant-Vachette **161,** 411
brebis **161**, 492, 980, *voir aussi* lait
brèdes, *voir* manioc
bregott 108
Bréhan **163**
bréjaude 620
brème **163**
brési 487
Brésil **163,** 206, 287, 351, 453, 508, 537, 642, 643, 655, 710, 832, 1007
bressane (à la) **163**
Bresse 163, 630, 760, 854, 1096, 1110
brestois **163**
Bretagne 73, 163, **164-165,** 166, 282, 334, 351, 354, 356, 377, 432, 443, 448, 506, 507, 521 , 550, 557, 563, 564, 573, 592, 598, 644, 668, 670, 697, 700, 707, 744, 757, 787, 838, 850, 851, 927, 943, 1066
breton **163**
Breton (Auguste) 398
bretonne (à la) 58, 119, **163,** 343
bretonne (sauce) 947
bretzel 39, 49, **163**
brewis 576
bricelet **163,** 969
brick **166,** 1074
bricquebec **166,** 1065
brider **166**
  brider une volaille à rôtir 166
Brie 226, 335, 480, 618
brie **166-167,** 468, 492
  de Meaux 575
  de Melun 575
Briffault (Eugène) 398
brigade de cuisine **167**
brignoles **167**
brik **167**
Brillat-Savarin (Jean-Anthelme) 42, 54, 82, 99, **167-168,** 258, 318, 372, 364, 377, 400, 448, 476, 538, 539, 544, 575, 580, 601, 602, 614, 636, 722, 740, 743, 860, 863, 919, 1035, 1049, 1055, 1069, 1080, 1086
brillat-savarin **168**, 717
brilloli 251, 332
Brimont **168,** 440, 722
brindamour **168**
brioche 75, 131, 141, **168-171,** 323, 403, 434, 453, 463, 472, 596, 598, 609, 706, 717, 757, 773, 812, 827, 876, 919, 958, 969, 988, 1005, 1055, 1068, 1091, 1098
briouat 650
brique du Forez et du Livradois **171**
Brisse (baron Léon) **171**, 269, 624
Bristol **171,** 812
broccio **171,** 45, 332, 333, 577
broche (à la) 108
broche à rôtir **171**
broche à tremper **171**
brochet 50, **171-172,** 384, 486, 511, 533, 630, 654, 874, 876, 917, 1036, 1059, 1114
brochette 36, 48, 66, **172-173,** 282, 283, 298, 595, 695, 786, 1117
brocoli **173**, 273, 302, 856
bromi 580
broodkaas **173**
brosme **173**
brou de noix **174**, 620, 708
brouet **174**
broufado **174,** 864
brouillade 720, 789
brouilly **174**
brousse **174,** 865
broutart **174**
broute 92
brownie **174,** 441
brudu 1073
brûler **174**
brûlot **174**
brun (à) 81, 858, 901
brunch **174**

brune 174
Bruneau (Jean-Pierre) **175**
brune kager 380
brunoise 175, 918, 1021
Brutwurst 956
Bruxelles 116
bruxelloise (à la) **175**, 271
Bruyère (Serge) **175**
bubble-and-squeak 576
buccin 716
bûche de Noël 175
buchteln 72, **175**
buckling, *voir* hareng
buffet 175
buffet de gare 176
buffle 17, **176**
bufflonne 108, 243, 980, *voir aussi* lait
Bugey 644, 739
buglosse 176
bugne 176, 631, 865, 969
buisson 62, **176**
Bulgarie 176, 470, 1067
bullinada 921
bulot 176, 717
bun 161, **177,** 441
Bündnerfleisch 144
bunyete 921
burgoo 440
burriello 176
busecca 9, **177**, 582, 1067
butifarras 786
butterine 108
buvette 177
byzantine (à la) **177**

C

cabardès 178
cabaret 178, 868
cabécou 178, 460, 511, 789
cabernet 51, 912
franc 51, 93, 142, **178**
-sauvignon 93, 142, **178,** 580
cabessal (en) 619, 620
cabillaud 179, 554, 684
cabinet particulier 179
caboulot 180
cabri 259, 332
cacahouète ou cacahuète 53, **180**
beurre de 53, 180
cacao 111, 163, **180**, 268, 308, 679, 989
beurre de 111
cachat 180, 865
cacheter 180
cacik 672, 1077, 1118
caciocavallo 180
cactus 923
Cadbury 268
Cadet de Gassicourt (Charles Louis) 624
cadillac 142, **180**
***Cadran bleu (le)* 180**
caerphilly 577
café 161, 174, **181**, 208, 273, 379, 413, 416, 438, 462, 529, 580, 581, 659, 679, 689, 695, 735, 777, 782, 827, 845, 862, 937, 939, 966, 976, 1032, 1049, 1076, 1077
café (boisson) **181-183**
café-brûlot 174
café (établissement) **183**
Café Anglais 179, **184**, 372, 407, 409, 410, 521, 810, 913
***Café des Aveugles* 184**
Café du Boulevard 700
***Café du Caveau* 184**
Café de Chartres 539
Café du Divan 404
Café de Foy 115, **184**, 326
Café Guillemin 612
***Café Hardy* 184**, 392, 411, 419, 638
Café Laurent 612
***Café de Madrid* 185**
***Café Napolitain* 185**
***Café d'Orsay 115*, 185**
***Café de la Paix* 185**, 372
Café du Palais-Royal 892
***Café de Paris* 185**, 383, 409, 411, 1045
Café Pigalle 888
Café de la Régence 862
Café Riche 115, 355, 372, 411, 898, 912
***Café Turc* 185**
***Café des Variétés* 185**
Café de la ville de Naples 700
café au lait 184
café liégeois 185
caféine 185, 300
cafétéria 185
cafetière 185
cage 208
cagouille 434
cahors 186
caïdou 18
caille 186-188 522, 721
caillé 188
caillebotte 188, 246, 1091
caillette 188, 384, 861
caillettes 865
caïman 358
caïon 969
caisse et caissette 186, **189**
cake 189, 773
calabraise (à la) 633
calalou 351
calcium 189
caldeirada 190, 843
caldereta 435
caldo verde 190, 843
calebasse 190, 336
calendaire (cuisine) **190**
calenzana 333
Californie 899, 1018
calisson 190, 770, 865
Callas (Maria) 26, 185
calmar 190-192, 282, 424, 435, 920
calorie 192
calots (soupe aux) 968
calvados 161, **192**, 414, 716, 717, 815, 830, 989
Cambacérès (Jean-Jacques Régis de) 184, **192,** 372, 548
Cambodge 82, **192**
Cambridge 193, 947
camembert 193, 468, 492, 717
Camerani (Barthélemy-André) **193**
Cameroun 1091
camomille, *voir* tisane
campanili 168
Canada 14, 17, 35, 66, 114, 115, 120, 171, **193-195,** 211, 215, 229, 254, 259, 287, 291, 299, 322, 326, 328, 336, 342, 343, 399, 406, 422, 428, 431, 435, 439, 442, 445, 520, 522, 548, 555, 569, 577, 586, 600, 607, 622, 628, 648, 654, 668, 672, 684, 714, 732, 741, 742, 744, 754, 776, 783, 792, 794, 800, 810, 812, 830, 854, 870, 882, 893, 897, 911, 939, 970, 1000, 1006, 1027, 1040, 1049, 1062, 1071, 1077, 1112
canapé 195, 913, 956
canard 75, 140, 164, 164, 173, **196-198,** 334, 406, 448, 470, 472, 473, 510, 593, 608, 636, 690, 706, 716, 717, 752, 780, 788, 888, 914, 920, 921, 988, 995, 1012, 1091, 1107
de Barbarie 1061
laqué **198**
« à la pékinoise » **200**
à la presse **200,** 574, 716, 914, 1057
au sang 941
sauvage 165, **200-201,** 302, 522, 712, 943
cancalaise (à la) **201**, 741, 938, 983
cancoillotte 201, 487, 670
candi 201, 1008
candissoire 201
cane 201
caneton et canette 51, 81, 196, **201-202,** 990, 1036, 1059
canette 202
canh 1098
canja 843
canne à sucre 163, **202**, 414, 897, 1006, 1008, 1020, 1091
canneberge 39, **202**, 400
cannelé 140, **203**
canneler 203, 389
cannelle 203, 258, 1011, 1103
cannellonis 203, 204, 582, 772
cannoli 977
canole 204
canon-fronsac 143
canotière (à la) **204**, 656
cantal 32, 75, **204**, 541, 1054
cantonaise (à la) **204**
caoliang 992
capelan 204
capilè 204
capillaire 204
capilotade 204
capitaine 17, **204**
caponata 206, 824, 977, 1051
cappelletti 582
cappon magro 582
cappuccino 182, 183
câpre 206, 711
capucin 206
capucin, *voir* lièvre
capucine 206
caquelon 206, 812
carafe 206
Caraïbes 144, 801
carambole 206
caramel 206-207, 309, 389, 505, 506, 516, 529, 573, 712, 716, 715, 777, 954, 1008, 1011
confectionner du 2907
confectionner une cage en 208
caramel (bonbon) **208**
caraméliser 208
caravane, *voir* thé
carbonade 209, 467, 712, 864
Carbonara 929
carbonara (alla) 582, 1002
carbonara criolla 55
carcasse 209, 861
Carco (Francis) 293
cardamome 209, 559, 1012
carde 209
cardinal 88, **209**, 219, 365, 564
cardinal (sauce) 947
cardine 209
cardon 209, 384, 582, 630, 679, 941, 968, 1022, 1058
carême 210, 212, 371, 854, 1074
Carême (Antonin) 30, 73, 78, 98, **210,** 246, 250, 252, 370, 373, 388, 410, 411, 429, 432, 457, 534, 576, 600, 623, 658, 664, 665, 700, 722, 764, 776, 834, 919, 944, 1024, 1078, 1110

cargolade 920
cari 53, **210-211,** 351, 577, 578, 595, 777, 904, 924
caribou 195, **211**, 212, 522, 894
caricole 102, **211**
Carignan (à la) **211**
Carlin (Gustave) 245
Carlton (Londres) 411, 435, 660, 903
carmélite (à la) **211**
Carmen **211**
carmin **212**
carnaval **212,** 740
Carnot (Sadi) 84
caroline 91, **212**
carotte **212-214,** 344, 590, 716, 871, 929, 961, 1012, 1046, 1060, 1096
  tourner une 1060
caroube **214**
Carpaccio (Vittore) 214
carpaccio 26, **214,** 911
carpe **214-215,** 265, 593, 630, 789, 827, 895, 917, 991
carraghénane **215**
Carré (Ferdinand) **217**
carré **216,** 840
  découper un carré d'agneau 216
carré de l'Est **217**
carrelet **217**, 810
carrettiera (alla) 1002
carrotcake **217**
carte **217**
carthame **217**, 569, 924
cartis 968
carvi **217**, 598
Casanova de Seingalt (Giovanni Giacomo) **217,** 706
casbah 1044
Casimir 432
cassate **217,** 581, 584, 899, 977
casse 165
casse-croûte **218**
casse-museau 1059
casse-noisettes et casse-noix **218**
casserole **218**
casserole (apprêt) 98, 186, **218,** 298, 1084
cassis **219**, 247, 400, 595, 954, 980, 989
cassis (liqueur) **219**
cassis (vin) **219**
cassolette **219**
cassonade **219,** 345, 1008
cassoulet **219-221,** 372, 511, 556, 608
castagnacci 251
castagnole **221**
Castiglione **221**
castillane (à la) **221**
castor **221**
casu marzu 979
catalambroca 93
catalane (à la) 69, **222,** 724, 804, 816, 920, 956
Catalogne 160
cataplana 845
catigot 631, 655
Caucase 161, 300, 595, 805
cauchoise (à la) **222,** 716, 1027
caudière 712
cave à liqueurs **222**
cave à vins **222**
Caveau (le) **222**
Caveau moderne (le) 396
caviar **222-223,** 519, 536, 628, 726, 755, 834, 868, 919, 1118
  d'aubergine 69
  blanc, *voir* poutargue
cavim 643
Cavour **224**
cédrat 141, **224,** 332, 609, 1055
céleri 96, 224, **225,** 318, 741, 847, 852, 941, 971
  -branche **225**, 536
  -rave **226,** 473, 536
Célestine **226**
cencibel, *voir* tempranillo
cendre (sous la) **226**
cendré **226**
centrifugeuse **226**
cépage 32, 40, 55, 71, 72, 142, 178, 195, **226**, 245, 257, 264, 282, 290, 299, 319, 328, 333, 355, 371, 419, 454, 488, 501, 508, 511, 521, 522, 539, 543, 550, 567, 584, 624, 668, 670, 697, 703, 718, 719, 802, 805, 827, 895, 898, 899, 917, 962, 965, 974, 1015, 1018, 1034, 1101, 1120
cèpe 140, **227-229,** 239, 605, 608, 610, 788, 969, 991
cercle à tarte **229**
céréale 73, 92, 116, 123, **229,** 370, 426, 452, 453, 467, 500, 550, 637, 670, 676, 740, 775, 822, 864, 903, 943, 971, 974, 989, 992
cerf **229,** 448, 522, 526, 991
  de Virginie 522
cerfeuil **229,** 438
cerise 102, 186, 189, **230-232,** 257, 290, 305, 352, 395, 466, 505, 552, 595, 598, 608, 618, 644, 681, 705, 771, 807, 920, 977, 980, 998, 1006, 1028
cerise sur le gâteau **233**
cerner **233,** 430
cérons **233**
certification de conformité **233,** 599
cervelas **233,** 631, 907, 955
cervelle 9, 66, 100, 139, **233-234**, 680, 871, 929, 938, 995, 1039
cervelle de canut **234,** 631
cervoise **234,** 371
céteau **234**
Cévennes 500, 782
cévenole (à la) 74, 95, **234,** 758
ceviche **234,** 431, 669, 786
Ceylan 203
chabichou du Poitou **234**
chablis **234,** 506, 1055
chablisienne (à la) 45, 587
chabrot 620, 876
chachadi 578
chachlik **234**, 521
Chagall 185
cha gio 771
chahuoy-ktiset 192
chai **234**
chaîne du froid 492, 1018
chair à saucisse **234,** 235
chakchouka **235,** 1051, 1073
chaleuth **235**
chalonnaise (à la) **235**
chalumeau **235**
chambarand **235**
chambertin 88, 132, 200, **235,** 322, 431, 960
chambolle-musigny **235**
Chambord **235**
Chambord (sauce) 48
chambrer **235**
chameau 17, 18, **235,** 371, 595, 659, 910
chamelle 108, *voir aussi* lait
Chamfort (Sébastien Roch Nicolas, dit de) 892
chamois **235**, 522
Champagne 160, 217, 226, 235, **236-238,** 243, 331, 344, 351, 432, 506, 607, 618, 644, 744, 850, 887, 912, 928, 1055, 1068
champagne (vin) 81, 201, 217, **239,** 409, 442, 485, 572, 607, 670, 784, 853, 886, 970, 1069, 1076
Champeaux **239,** 383, 409, 646, 782
champignon 20, 41, 44, 51, 70, 89, 135, 145, 227, **239-241,** 243, 292, 301, 320, 334, 344, 346, 352, 438, 449, 463, 478, 486, 506, 527, 567, 573, 599, 600, 607, 608, 616, 617, 625, 629, 637, 644, 681, 682, 692, 700, 742, 788, 792, 797, 809, 827, 868, 876, 886, 898, 912, 919, 924, 977, 990, 1005, 1050, 1058, 1060, 1066, 1067, 1068, 1074, 1110
  chinois parfumé 242
  noir 266
  parfumé 266
  de Paris 50, **241-242,** 412, 659
  tourner un 1060
champignons exotiques **242**
champigny **242**
Champlain (Samuel de) 1055
Champvallon **242**
chanachur 578
Chandeleur **242,** 351, 514
chanfaïna **242**
chanoinesse (à la) **242,** 995
chanson de table **242**
Chantecler **243**
chanterelle 239, 241, **243,** 968
Chantilly **243,** 575
chantilly (à la) 852
chanturgue 75
chao 1098
chao chen, *voir* thé
chaoua 650
chaource **243**
chapati **243,** 578
Chapel (Alain) **243**
chapelure **243,** 756
Chaplin (Charlie) 200
chapon **243-245,** 510, 631, 895
Chaptal (Jean-Antoine) 245, 1007
chaptalisation **245**
charbonnée **245**
charcuterie 38, 74, **245**, 276, 293, 294, 314, 320, 333, 334, 354, 356, 377, 384, 385, 395, 425, 435, 500, 506, 533, 572, 581, 588, 609, 625, 631, 684, 688, 756, 826, 838, 843, 865, 876, 936, 954, 956, 962, 968, 975, 981, 1002, 1012, 1039
charcutière (à la) **245**
chardonnay **245**
charentaise (à la) 434
Charentes 144, **245,** 299, 398, 432, 463, 760, 802, 842, 1066
charki 786
Charlemagne 282, 492, 863, 911
Charles d'Orléans 166, 492
Charles V, roi de France 125, 153, 623, 1057
Charles VI, roi de France 623, 663, 911
Charles VII, roi de France 26
Charles VIII, roi de France 492, 661
Charles IX, roi de France 36, 400
Charles X, roi de France 60, 326, 382
charlotte **246-249,** 734
charmoula **248**, 650
charolais 134, **248**, 599
charolaise **248**
Chartier 151
Chartres (à la) **250**
chartreuse **250**, 384, 723, 783, 797
Chartreuse (liqueur) **251**, 384, 573, 622
chartreux 352
chäshappen 52

chassagne-montrachet 251
chasselas 40, 355, 454, 510, 1015, 1059
chasse-marée 251, 371
chasseur 251
chasseur (apprêt) 11, **251,** 858, 938, 964, 1087
chasseur (sauce) 947
Chat blanc (le) 178
châtaigne 74, 165, **251**, 260, 332, 346, 384, 452, 566, 589, 620, 652, 762, 996
châtaigne d'eau, *voir* macre
châtaignier 384
château 142, **251**, 366, 559
château (apprêt) **251**
château-ausone 142, **251**
chateaubriand 251
Chateaubriand (apprêt) 137
Chateaubriand (sauce) 947, 1091
château-canon 142
château-chalon 252
château-cheval-blanc 142, **252**
château-grillet 252, 897
châteauguay 75
château-haut-brion 142, **252**
château-lafite-rothschild 252
château-latour 252
château-margaux 252
château-mouton-rothschild 252
châteauneuf-du-pape 252, 897
château-pavie 142
château-pétrus 143, **252**
château-d'yquem 252
châtelaine (à la) **252**
chatni 578
chauchat 252
chaudeau 140, 510
chaud-froid 81, **252-254,** 575, 856
chaud-froid (sauce) 919, 947, 948
chaudin 254
chaudrée 254-255, 697, 1091
chaudron 255
chauffe-plat 255
chausson 163, 165, **255**, 333, 423, 1081
napolitain **255**
aux pommes **255**
aux pruneaux **255**
Chavette 466
chawourma 618
chayote 255-256, 336
che 1098
cheddar 256, 576, 1114
cheddarisation 256
cheesecake 256, 441
chef de cuisine 256
cheilly-les-maranges 256
cheminée 256
chemise (en) 186, 197, **256,** 859
chemiser 136, **257**
un moule de glace 136
chénas 257
chêne-liège 618
Chénier (André) 548
chenin blanc 51, **257**
chère 257
chérimole 49, 70
cherry brandy 230, **257,** 622
chérubin 88
chervis 257
cheshire 257, 492, 576, 1114
chester 257
cheval 115, **257-258,** 555, 595
cheval (à) **258**
chevaler 258
chevalière (à la) **258**
cheverny 258
Chevet (Germain Charles) **258**, 453
cheveux d'ange 772, 1092
chèvre 154, **258,** 259, 492, 493, *voir aussi* lait
chèvre (fromage) **258**
chevreau 259, 864, 979, 1077
chevret 259
chevreuil 39, 49, **259,** 260, 288, 522, 526, 714, 777, 895, 972, 991
chevreuil (en) 24, 258, **260**, 648
chevreuil (sauce) **260**, 948
Chevreuse 260
chevrier, *voir* haricot sec
chevrotin des Aravis 260
chèvroton du Bourbonnais 262
chewing gum 533
Chez Bardet 89
Chez Denis 395
Chez Juliette 243
chianti **262**, 459, 584
Chiboust 262, 575, 776
chicha 262
chiche kebab 595, 664, 1077
chichi-fregi 865
chicken-pie 794, 795
chicon 262, 712
chicorée 262-264, 424, 741, 928, 929, 967, 1066
chiffonnade 264
chile 800
Chili 27, **264**, 423, 431, 805, 876, 899, 1018
chili con carne 265, 440, 556, 557
chimay 265
Chimay (à la) 721
chincha 786
chinchard 265
Chine 28, 78, 82, 105, 198, 200, 203, 215, 224, **265-266,** 272, 276, 280, 281, 282, 356, 357, 397, 406, 429, 432, 455, 526, 527, 528, 537, 538, 598, 623, 627, 629, 661, 673, 695, 705, 706, 715, 724, 746, 754, 771, 772, 777, 780, 800, 842, 863, 878, 903, 958, 976, 977, 982, 989, 992, 1006, 1025, 1042, 1081, 1107, 1115
chinois 266, 764
chinois confit 266
chinoise (à la) 210, 215, 934, 1044
chinon 266, 624, 1059
chinonaise (à la) **266**
chipiron 92, 190, 424
chipolata 266, 570, 955, 1074
chipolata (à la) **266**
chips 266
chique 266
chiquetaille 351
chiqueter 268
une abaisse 268
chiroubles 268
Chivry 108, **268**
chlodnik 268, 827
chocart 165
chocolat 92, 95, 145, 180, 208, 247, **268-271,** 273, 389, 416, 455, 477, 478, 515, 522, 529, 605, 619, 652, 674, 692, 704, 735, 749, 862, 892, 937, 954, 996, 1012, 1028, 1032, 1067, 1070
cigarettes et copeaux en 269
chocolat (boisson) **271**
chocolaterie 425, 708
chocolatière 271
choesels 9, **271**
Choiseul 272
Choiseul (duc de, comte du Plessis-Praslin) 861
Choisy 272
chope 272
chop suey 272, 614
chorba 272, 1077
chorizo 272, 294, 343, 435, 506, 845, 956
Choron 272
Choron (sauce) 837, 948
choten 165
chou 272-273, 280
chou (légume) 38, 74, 92, 165, 246, **273-275,** 292, 355, 446, 450, 510, 576, 629, 776, 784, 827, 843, 876, 916, 917, 933, 992, 1004, 1077, 1091
d'Ascheen 276
de Bruxelles 175, **273,** 274, 276, 465
caraïbe 273, **276**, *voir* taro
-chine, *voir* taro
chinois 266, 273, **276**
chouchen 165, *voir aussi* hydromel
choucroute 38, **276,** 277, 278, 281, 372, 455, 567, 625, 702, 753, 777, 792, 827, 895, 930, 1005, 1013, 1065
chou-fleur 164, 173, 273, **278,** 279, 409, 485, 519, 590, 794
frisé 190
de Milan 279
-navet 273, 919
palmiste 273, **279**, 538, 753
pommé 273, **279,** 280, 302
-rave 273, **280**
rouge 620, 625, 712, 841, 929
vert 300
choum 280, 904
chouquette 280
chowder 440
Christmas cake 280
Christmas pudding 280, 707, 869, 895
chroniqueur gastronomique 280
chrust 827
chrysanthème 281
chtchi 281
chuños 136, 786
chupe 264
churrasco 55, 163
churros 281, 435
chutney 281, 285, 506, 576, 577, 620, 679, 693, 897
Chypre 281, 687
ciabata ou chapata 282
ciboule ou ciboulette 53, **282,** 1052
ciboulette (beurre de) 1071
cidre 138, 161, 164, 192, 197, **282,** 292, 357, 414, 435, 455, 493, 592, 611, 620, 644, 702, 716, 717, 765, 830, 882, 1105
cigale de mer 282, 283, 921
cigarette 269, **283**
cinghalaise (à la) **283**
cinq-épices 283, 527, 840
cinquième gamme 283
cinquième quartier 9, 209, **283**, 580
ciociara (alla) 633
cioppino 283, 442
ciorba 272, 917
cipaille ou cipâte 195, **283**
ciseaux et cisailles 283
ciseler 284
Cîteaux 1065
cîteaux 284
citron 14, 111, 202, **284-287,** 312, 348, 388, 392, 466, 541, 561, 580, 594, 614, 620, 637, 643, 692, 856, 941, 989, 1016, 1030, 1086, 1119
historier un 561
pressé 287
vert 163, **287**, 936, 996, 1035, *voir aussi* lime
citronnade 287
citronnelle 56, **287**
citronner 287
citrouille 287, 569, 712, 794, 846, 850

civelle 47
civet 219, **287-290,** 625, 713, 744
clafoutis 230, **290,** 620, 789
claie **290**
claire (huître) 570
clairet **290**
clairette **290,** 384
clam **291,** 304, 440, 441, 998
Clamart 58, **291,** 852, 926
clambake 291
clam chowder 254, 291, 998
claquebitou **291**
claqueret 234
Clarence **291**
claret 290
clarification 301
clarifier **291-292**, 318
du beurre 291
Clause ou Close (Jean-Pierre) **292**
Clemenceau (Georges) 409, 868
clémentine **292**, 332
Clermont **292**
climat 251, **292,** 898
clitopile petite-prune **292**
cloche **292**
Clos-Jouve (Henri Belin, dit Henri) **293,** 411
clos-des-morillons **293**
clos-de-vougeot **293**
Closerie des Lilas (la) **293**, 377
clou de girofle 293
clouter **293**
clovisse **293**, 609, 920
club **293**
cobra 975
Cocagne (pays de) **293**
cochelin 717
cochon **293,** 932
d'Inde 786
de lait **293**, 407, 625, 919, 979
cochonnaille **294**
cocido 272, **294,** 435
cock-a-leeckie **294**
cocktail 31, 52, 57, 89, 124, 125, 163, 287, **294-297**, 300, 367, 377, 379, 399, 409, 414, 430, 468, 485, 508, 528, 546, 595, 601, 625, 642, 646, 669, 677, 720, 801, 805, 870, 893, 898, 967, 974, 977, 979, 1035, 1054, 1064, 1073, 1094, 1107, 1115
cocktail (hors-d'œuvre) **297**
cocktail (réunion) **297**
cocktail (saucisse) 956
coco **297**, 558
cocochas 93, **297**
cocos 164
cocotte 99, **297-298,** 539, 566
Cocteau (Jean) 539, 804
codball 440
codex 268
Codex alimentarius 892
cœur 9, **298**, 760, 786
cœur d'Arras 467, 713
cœur de Neufchâtel **299**
cœur de palmier 279
coffee-shop 184, 185
cognac 246, **299,** 414, 463, 539
coignarde **299**
coing **299-300**, 331, 645, 771, 972
du Japon **300**
Cointreau **300,** 807
cola ou kola (noix de) **300**
Colbert **300,** 408, 668
Colbert (sauce) 948
colcannon **300**, 576
colère (en) **300**
Colette (Sidonie Gabrielle) 202, 280, **300,** 377, 539, 1069
colin **300-301**
colin, *voir* merlu, perdreau et perdrix
colin de Virginie **301**
Colisée (le) **301**
collage **301**
collation **301**
colle **301**
Colletet (Guillaume) 791
collier ou collet **301,** 840
collioure **301**, 920
collybie **301**
Colomb (Christophe) 637, 800
Colombie 181, **302**, 837
colombo 351
coloquinte 336
colorant **302**, 308, 377
colorer **302**
colrave **302**
colvert 201, **302,** 991
colza **302,** 569
cominée **302,** 304
commis **304**
commodore **304**
communard, *voir* kir
Comores 1080
complémentation **304**
composants aromatiques **304**
compote **304-305,** 547, 704, 741, 798
compoter **305**
compotier **305**
comté **305,** 486, 487, 968
concasser **306**
concentré **306**
concombre **306-307**, 328, 455, 544, 846, 919, 930, 1077
des Antilles **307**
concorde **307**
Condé (Louis II de Bourbon, prince de, dit le Grand Condé) 167, 307, 411, 600, 1081
condé ou Condé 243, 354, **307,** 484, 847
condiment 30, 281, **308**, 335, 467, 509, 526, 527, 532, 538, 546, 559, 568, 580, 595, 612, 634, 644, 650, 663, 693, 706, 708, 718, 729, 730, 793, 794, 806, 882, 885, 893, 914, 939, 972, 977, 982, 1026, 1050, 1091, 1117
conditionnement **308**
condrieu **309,** 897
conejo estirado 136
confire **309**
confiserie 145, 189, **309**, 371, 408, 425, 440, 468, 476, 526, 533, 555, 595, 622, 625, 628, 652, 654, 695, 708, 713, 714, 737, 770, 790, 860, 861, 867, 892, 907, 912, 979, 1006, 1012, 1025, 1040, 1049, 1060
confit 96, 140, **309-310**, 385, 425, 609, 637, 788, 876
confiture 91, 299, **310-312**, 333, 382, 418, 420, 462, 504, 518, 765, 866, 885, 891, 912, 1008, 1016, 1051, 1077
de lait 310
de rose 574
confiturier **313**
confréries et associations **313**
congé **314**
congélateur **314**
congélation **314**, 558
congelés **314**
congolais **315**, *voir aussi* rocher
congre 164, 332, **315,** 1112
conservateur **315**
conservateur (additif) **315**
conservation **315-316**
conserve 12, **316,** 328, 343, 470, 501, 504, 523, 558, 633, 634, 652, 678, 732, 742, 762, 791, 800, 814, 827, 851, 866, 882, 943, 979, 1046, 1069, 1081
consommé 38, **316-319,** 636, 679, 686, 696, 705, 843, 890, 1116
double 318, 319
simple 316, 318
constantia **319**
Constantinople 181, 183
contenance et capacité **319**
Conti **320**
contiser **320**
conversation **320**
convivialité **320**
cookie **320,** 441
copeaux 269, **320**
coppa **320,** 333
Coppée (François) 888
coprah **320,** 538, 710
coprin chevelu 239, **320**
coq 75, 243, **320-322**, 323, 467, 487, 854, 910, 969
coq rouge **322**
coque **322**, 717, 930
coque (à la) **323**, 648, 783
coque (apprêt) **323**
coque (gâteau) **323,** 921
coquelet **323**, 1107
coquelicot **323,** *voir aussi* tisane
coquetier **323**
coquette **323**
coquibus 611
coquillage 140, 176, 211, 291, 293, 322, **323-325**, 342, 414, 505, 569, 595, 634, 679, 687, 697, 731, 741, 754, 792, 809, 860, 911, 1080, 1092
coquille **325**
coquille Saint-Jacques 172, 219, **325-326,** 457, 686, 716, 760, 930
nettoyer des 325
coquillettes 772
corail 744, 888
Corazza **326**
corba 272
corbières **326**
Corcellet **326**
corder **328**
cordial **328**
cordon-bleu **328**
Corée 1050
corégone 215, **328**
corent 75
coriandre **328**
corme **328**
corn-flake 161, 174, 595, 637
cornas **328**, 895
corne **328**
corne de gazelle **328**
corned-beef **328,** *voir aussi* singe
cornet **328**
cornichon 306, 307, **328-329,** 454
cornish pasty **329**
corn on the cob 440
cornouille **329**
cornue 620
corps gras **329**
corriger **330**
Corse 168, 171, 188, 259, 330, **332-333,** 459, 577, 652, 687, 706, 707, 731, 888, 944, 1027, 1051, 1066, 1071, 1090
corsé **330**
corser **330**
Cortés (Hernan) 637
corton-charlemagne **330**
cosaque, *voir* papillote (bonbon)
cosidou 18
Costa Rica 876
costières-de-nimes **330**

côte ou côtelette 131, **330,** 717, 826, 840, 1084
découper une côte de bœuf 330
Côte chalonnaise 330
côte-de-beaune 331
côte-de-brouilly 331
Côte d'Ivoire 287, 537, 642, 904
Côte d'Or 728
Côte d'Or (à la) 411, 624
côte-de-nuits 331
côte-roannaise 331
côte-rôtie 895
coteaux-d'aix 331
coteaux-d'aix-en-provence 865
coteaux-de-l'aubance 331
coteaux-champenois 331
coteaux-du-languedoc **331,** 609
coteaux-du-layon 51, **331**, 624
coteaux-varois 865
cotechino 331
côtelette 23, 259, **331,** 429, 645, 783, 942, 960
côtelette composée 331
côtes-d'auvergne 75
côtes-de-bergerac 789
côtes-de-blaye 143
côtes-de-bourg 143
côtes-de-buzet 511
côtes-du-frontonnais 331
côtes-du-jura 331
côtes-du-luberon **331**, 897
côtes-du-marmandais 511
côtes-de-provence **331**, 865
côtes-du-rhône **331,** 631, 897, 1018, 1104
côtes-du-rhône-villages **331**, 609, 897
côtes-du-roussillon **331**, 920
côtes-du-roussillon-villages 920
côtes-du-ventoux **331**, 897
cotignac **331**, 991
cotonnier 569
côtoyer 334
cotriade 164, **334**, 1091
cottage cheese 334
cou 9, 39, **334,** 788, 789, 876
coucher 334
de la pâte à choux 334
coudenat 956
coudenou 609
couenne 334
coufidou 75
cougnou **334,** *voir aussi* quignon
coulemelle **334**, 991
couler 334
couleuvre 975
coulis 306, **334-335,** 462, 676, 954, 985, 1031, 1051
coulommiers **335**, 575
coup 335
coup de feu 335
coupage 335
coupe 335
couperet 335
Coupole (la) **335**
couque 168, **335,** 713, 749
courbine 336
Courchamps (Pierre Marie Jean, comte de) **336**
courge 287, **336,** 630, 776
spaghetti 336
courgette 306, **336-338,** 793, 871
courlis 522
couronne 141, **339**, 365, 1074
court-bouillon **339-340,** 564, 698
Courteline (Georges) 185, 700
Courtille du Temple (la) 886
Courtine (Robert) 378
couscous 18, 31, 36, **340-341,** 383, 593, 617, 650, 673, 885, 887, 1067, 1074
couscoussier 341
cousinat 74, 384
cousinette 341
couteau **341-342**, 717
couteau (coquillage) **342**
couve 385
couvercle 342
couvert 342
couvrir 342
cozido 343
crabe 53, 64, 73, 111, 163, 164, 297, **343,** 367, 441, 443, 609, 717, 780, 921, 995, 1062
enragé 343
géant 343
des neiges 343
vert 343
cracker 343
cramique 168, 712, 713
crapaudine (en) 343-344
préparer une volaille en 344
craquelin 165, 487, 713, **344**, 415, 715
craquelon 969
craquelot **344**, 712
craterelle 241, **344**
craterelle, *voir* trompette-des-morts
creamcheese 256
Crécy 58, **344**, 847
Crécy (potage) 1088
crema cremada 921
crémant 40, **344**
crème **344,** 532, 918
aigre 15, 730, 760, 764, 782, 980, 1050
d'amande 348, 350
anglaise 47, 347, 348, 573, 724, 810, 954, 1066
vérifier la prise d'une 348
au beurre 348, 350, 389, 410, 639, 735, 1040, 1054
brûlée ou caramélisée 219, **345**
caramel 348, 735
catalane **345**
Chantilly 247, 273, 328, 346, 348, 478, 500, 575, 681, 704 , 965, 979, 1066, 1073
Chiboust 273, 328, 350, 639, 893, 926
fouettée 243, 346, 348, 380, 518, 1018
fraîche 50, 51, 86, **345-346,** 347, 580, 601, 617, 656, 716, 717, 852, 868, 877, 1052, 1070
ganache 735
glacée 425, 924, 1015
de lait 346
de marron **346**, 385
pâtissière 328, 345, 348, 350, 410, 735, 893, 913, 937, 965, 967
-potage **346-347,** 1116
renversée 348, 735
crémer 347
crèmes d'entremets 347
crèmes de pâtisserie 262, **348-350,** 508
crémets 51
créole (à la) 42, 49, 82, 83, 88, 95, 139, 211, 338, 339, **351,** 469, 685, 758, 894, 906
créole (cuisine) **351,** 766, 894, 856
crêpe 39, 125, 164, 167, 242, 243, 265, 290, **351-354,** 366, 377, 441, 518, 521, 567, 576, 655, 698, 756, 757, 761, 773, 788, 789, 811, 827, 834, 876, 917, 919, 944, 1018, 1020, 1050, 1073, 1091
crêperie 354
crêpière 354
crépine 354
crépinette 67, 140, 188, **354-355**, 955
crépy **355,** 968, 969
cresset 969
cresson 111, **355,** 356, 712, 928
cresson alénois 991
cressonnière (à la) 356
crête de coq 9, 193, 235, 320, **356,** 463, 512, 518, 577, 938
cretonnée de pois 356
cretons 356
creusiot 991
creusois 356
crever (faire) 356
crevette 64, 111, 145, 154, 164, 195, 297, 346, **356-357,** 406, 420, 441, 450, 717, 720, 753, 754, 871, 934, 1034
crique 384
criquet, *voir* sauterelle
cris de Paris 357
cristallisation 1008
criste-marine 358
crocodile 18, **358**
crocus 924
croissant **358**, 1060, 1098
alsacien **359**
cromesqui 100, **359**, 826, 919
croquant 75, 789
croquante 359
croque-au-sel (à la) 360
croque-madame 360
croque-monsieur **360**, 500
croquembouche 360
croquet 51, **360**, 576, 1059
croquette **360-361**, 378, 410, 904
croquignole 100, 968
Cros (Charles) 293
crosne 229, **361-362,** 590, 630
cross bun 177
crosse de violon 195, ***voir aussi*** fougère
crostata di ricotta 899
crottin de Chavignol **362**, 939
croupion 362
croustade **362-364,** 784, 830, 1048
croûte 36, **364-365,** 500, 549, 770, 961, 1110
croûte à potage 365
croûton 365
crowdie 577
Croze (Austin de) **366**, 587
crozes-hermitage **366**, 897
crozets **366,** 384, 968
cru 268, **366**
bourgeois 142, **366**
classé **366**
cruchade 141, **366**
cruche 366
crudités **366**, 930
crumble 366
crumpet 366
crustacé 120, 154, 176, 245, 282, 291, 343, 356, **367-369,** 416, 505, 538, 562, 595, 605, 660, 744, 809, 851, 880, 919, 944, 967, 988, 1006, 1062
csipetke 536
Cuba 1007
Cuba libre 367
cuchaule 370
cuignot, *voir* quignon
cuillère ou cuiller 370
cuisine 370
cuisine d'assemblage 370
cuisine classique 370
cuisine française (histoire de la) **370-372**
cuisiner 372

cuisinière **372**
cuisiniers d'autrefois **373**
cuisiniers et cuisinières d'aujourd'hui **373-374**
cuisse 402, 546
cuisse-dames **374**
cuisson 130, **374-376,** 480, 481, 490, 491, 559, 1009, 1010, 1019
cuisson-extrusion **376**
cuissot 645
cuivre **376**
cuivre (métal) **376**
cul-de-poule **376**
cul de veau 50, 51
culotte **376**
cultivateur **376**
Cumberland (sauce) **376,** 576, 948
cumin 53, 68, 91, 302, **376**, 696
cup **377**
curaçao **377**, 622, 705, 777, 1018
curatella 333
curcuma **377**, 924
curé nantais 165, **377**
Curnonsky (Maurice Edmond Sailland, dit) 54, 74, 122, 276, 281, 313, **377,** 512, 538, 574, 624, 712, 732, 895, 914, 944
curry 576
Cussy (Louis, marquis de) 372, **378**, 548, 624, 938
Custine (à la) 796, 1084
cuvée **378**
cuy 786
Cyr (Renaud) **378**
cyrniki **378**, 500, 826, 919
czernina 941

D

dacquoise 140, **379**, 639, 652
daikon **379**, 589
daim **379,** 522
daïquiri **379**
dal **379,** 578, 614
Dalmatie 644
damassine **380**
dame blanche **380**, 780
dame-jeanne **380**
damier **380**
Dampfnudeln **380**
damson cheese 867
danablu **380**
Danemark **380**, 867, 895, 908, 937, 939, 960, 981
Danicheff **382**
danoise (à la) 466
Dão **382**
Darblay **382**
dariole **382**
darjeeling, voir thé
darne **382,** 669, 960
Darphin **382**, 836
Dartois ou d'Artois **382**
dartois **382**
dashi **382**
datte 266, **382**, 420, 618, 753
daube 174, 279, **383**, 384, 402, 487, 716, 789, 593, 625, 705, 809, 864, 888, 895, 1046, 1051
daubière **383**
Daudet (Alphonse) 161, 185, 1107
Daudet (Léon) **383**, 409, 613
Daumier (Honoré) 404
Daumont (à la) **383,** 983
dauphin **383**, 467, 713
dauphine (à la) **383**
dauphine (pommes) **383**, 834
Dauphiné 174, 235, 366, **383-385,** 389, 500, 508, 787, 812, 926, 927, 1054
dauphinoise (à la) **386**, 541, 852
daurade royale et dorades 93, 140, **386-388,** 1077
débarrasser **388**
décanter **388**
décoction **388**
décoration **388**
découper **389**
découpoir **389**
décuire **389**
défarde (ou deffarde) 385, **389**
de fructu **389**
déglacer **389**
dégorger **390**
dégraisser **390**
dégraissis **390**
degré Baumé **390**
dégustation **390-391,** 438
déguster un vin 2391
déjeuner 174, **391**
Delacroix (Eugène) 665
Delage (Gérard) **392**
Delaveyne (Jean) **392**
Delessert (Benjamin) **392**, 646, 1007
délice et délicieux **392-394**
Delikatessen **394**
Delteil (Joseph) **394**
demi-deuil **394**, 930
Demidof **394,** 853
demi-glace **394**
demi-sel **394**
demoiselle de Cherbourg 716
démouler **394**
dende 163
dénerver **395**
Denis (Lahana Denis, dit) **395,** 397
dénoyauteur ou énoyauteur **395**
densité **395**
dent de loup **395**
dépecer **395**
dépouiller **395**
Derby **395**
derby (fromage) **396**, 577
dérober **396**
Derval **396**
Désaugiers (Marc Antoine) **396**
Descar **396**
Des Essarts (Denis Déchanet, dit) **396**
déshydratation 315, 443, 501
déshydratés (produits) **396**
Deslions (Anna) 49
Desmoulins (Camille) 184, 665
désosser **396**
dessaler **396**
dessécher **397**
dessert **397**
desserte **398**
dessus-de-côtes **398**
détailler **398**
détendre **398**
détrempe **398**, 455, 456
Deux Magots (les) **398**, 622
diable **398**
diable (à la) 58, 365, **398**, 555, 740, 753
diable (sauce) 858, 948
diablotin **399**
diabolo **399**
Diane (à la) 99, **399,** 733
dieppoise (à la) 88, **399,** 716,) 986
diététicien **399**
diététique **399**, 493
diététiques (produits) **399**
diffuseur **400**
digestif **400**, 634, 898, 1107
dijonnaise (à la) **400**, 644
dijonnaise (sauce) 948
dill 45
dinde, dindon et dindonneau 11, 51, 167, 384, **400-403**, 440, 538, 539, 576, 577, 593, 599, 631, 679, 712, 789, 827, 860, 895, 919, 990, 1059, 1107
dîner **403**
Dinocheau **403**
diot 968
dioul 32
diplomate 137, **403-405**
diplomate (à la) **404,** 985
dips 440
dirty rice 440
distillation **404**
distillerie 866
Divan Le Peletier **404**
djeruk purut 580
dobostorta 567
dodine **406**
dolic ou dolique **406**
dolma **406**, 544, 695, 1077
Dôme (le) 335
domyoji age **406**
döner kebab 1077
dop 18
dops 800
dorade, *voir* daurade royale
Dordogne 652
doré **406**
dorer **407**
Doria 137, **407**
dorin 1015
dormeur 1062
dos **407**
douceâtre **407**
doughnut 100, **407**, 441
Douillet (père) ou Perdouillet **407**
douillon **407**, 411, 716
dou louf 18
doum **408**
Douro **408**
doux **408**
drâchée 969
dragée 309, 397, **408**
drambuie **408,** 622
dresser **408**
Drouant 239, 383, **409**, 574, 983
dry **409**
Du Barry 279, 347, **409**, 733, 847, 930
Dubley **409**
Dubois (Urbain François) 370, 372, **409**, 624, 741, 919, 975
duchesse 137, **409-410**
duchesse (à la) 37, **410**
duchesse (pommes) 362, **410**, 836
Ducloux (Jean) **410**
Dugléré (Adolphe) 49, 184, 372, **410,** 488, 982, 985
dulche de leche 55, 310
Dumaine (Alexandre) **410**
Dumas (Alexandre) 167, 185, 399, 403, 408,**411**, 415, 460, 534, 624, 661, 665, 680, 764, 768, 898, 926, 1069
Dumonteil (Fulbert) 1069
dumpling **411**
Dunand **411**
Durand **411**, 658
Durand (Charles) **411**
durian **411**
Duroc **412**
Duse **412**
Duval (Pierre-Louis) **412**
duxelles 241, 301, **412,** 444, 584, 702, 948, 1021

E

earl grey, *voir* thé
eau 135, **413**, 843
des Barbades 287
des Carmes 661
de Dantzig **413**, 913
minérale 74
minérale naturelle **413**
de rose 695, 912
de sel 339
de Seltz 967
de source **413**
eau-de-vie 27, 31, 33, 38, 52, 54, 56, 135, 151, 154, 161, 163, 174, 181, 192, 201, 222, 230, 299, 344, **414**, 420, 438, 463, 504, 520, 526, 539, 573, 595, 596, 620, 622, 625, 643, 644, 669, 678, 705, 718, 761, 805, 814, 843, 860, 867, 868, 876, 887, 897, 901, 936, 967, 971, 977, 980, 1020, 1035, 1068, 1094, 1114
ébarber **414**, 688
ébouillanter **414**
écailler **414**
écarlate (à l') **414**
échalote 53, 105, 126, 132, 140, **414-415**, 627, 645, 798
échanson **415**
échassier 98, 99
échaudé 344, **415**
échauder **415**
échézeaux **415**
échine **415**, 840
Échourgnac 1065
éclair 91, 212, **416**
École de Salerne (l') **416**
écorce 285
écossaise (à l') **416**, 722
Écosse 20, 73, 294, 408, 531, 550, 554, 576, 577, 702, 732, 922, 960, 967, 977, 980
écosser 430
écot **416**
écrémer **416**
écrevisse 51, 120, 140, 175, 176, 304, 384, **416-418**, 442, 463, 486, 521, 567, 625, 700, 743, 755, 876, 917, 948, 969, 1048, 1068
Écu d'argent (l') 178
écuelle **418**
écumer **418**
écumoire **418**
écuyer tranchant 256, **418**
édam 173, **419**
Edelpilzkäse **419**
edelzwicker 40, **419**
Édouard VII, roi de Grande-Bretagne et d'Irlande 185, 200, **419**
édulcorant **419**, 1011
eel pie 576, 768, 794
effiler **419**, 430
egg nog 720
egg sauce **419**, 945
eggs and bacon 576
Éginhard 492
églantier **420**
églefin **420**, 554
égoutter **420**
égouttoir **420**
égrugeoir **420**
Égypte 53, 383, 406, **420**, 459, 533, 602, 616, 728, 743, 777, 883, 904, 980, 1056
égyptienne (à l') **422**
Eierkückas 39
Eisenstein (Sergueï Mikhaïlovitch) 335
élan **422**, 714, 741
électroménager **422**
éléphant **422**, 1107
élevage **422**
élingue, *voir* lingue bleue
Élisabeth d'Autriche, reine de France 84
Élisabeth Ire, reine d'Angleterre et d'Irlande 833, 1018
elzekaria 92
emballer **422**
embeurrée 1074
embosser **422**
émeu **422**
émincé **422-423**
émincer **423**
émissole **423**
emmental **423**, 487, 599, 968, 1012
empanada 264, **423**, 435
empereur **423**
emporte-pièce 389, **423**
émulsifiant **424**
émulsion **424**, 945
en-cas **424**
enchaud **424**, 788
encornet 190, **424**
encre 424, 971
encre (calmar à l') 435
endaubage **424**
endive 175, 219, 262, 264, 347, **424**, 712, 928
enrichi **425**
enrober **425**
entonnoir **425**
Entrammes (abbaye) 843, 1065
entrammes 165
entrecôte 131, 140, **425**, 630
entre-deux-mers 140, 142, **425**, 668
entrée **425**, 893
entremets 12, 31, 91, 94, 122, 136, 154, 160, 175, 217, 246, 290, 301, 307, 361, 380, 389, 403, 410, **425-426**, 441, 467, 475, 478, 501, 519, 528, 531, 573, 577, 595, 596, 652, 681, 686, 718, 724, 734, 737, 750, 762, 777, 778, 786, 810, 814, 869, 904, 908, 920, 922, 936, 974, 1006, 1020, 1026, 1048, 1120
glacé 659, 660, 704, 761, 810, 989, 997, 1078
épaississant **426**
épaule 23, **426**, 594, 694, 840, 921
épeautre **426**
Épée de bois (l') 178, **428**
épépiner **428**
éperlan **428**
éperons bacchiques **428**
épice 57, 135, 210, 283, 371, 397, 408, **428-429**, 435, 467, 505, 507, 589, 634, 650, 696, 794, 801, 826, 850, 873, 887, 911, 1004, 1019, 1022, 1044, 1046
épicéa 487
épicerie **429**
épices de chambre 428, 504
épigramme **429**
épinard 233, 352, **430**, 468, 544, 630, 749, 888, 890, 930, 968, 1006, 1077, 1106
géant du Mexique **430**
de Nouvelle-Zélande, *voir* tétragone
Épinay (Louise Tardieu d'Esclavelles, marquise d') 320
épine-vinette **430**, 487
éplucher **430**, 729
époisses **430**
épougne 969
Équateur 180, **431**
équille **431**
érable 198, **431**, 1006
érable (beurre d') 431
Érasme (Didier) 966
Ésaü **431**
escabèche **431**, 865
escalope **431-432**, 960, 961, 1074
escaloper **432**
escargot 111, 140, 151, 332, 390, **432-434**, 511, 920, 1091
de mer 608
escargot aux raisins **434**
escauton 510
Escoffier (Auguste) 185, 370, 372, **434**, 526, 552, 576, 624, 660, 664, 673, 734, 944, 1018, 1120
escuedella 921
espadon **435**, 979
Espagne 26, 48, 49, 154, 180, 222, 242, 259, 271, 281, 294, 343, 345, 351, 356, 423, 429, **435-437**, 431, 452, 454, 459, 512, 537, 557, 594, 624, 638, 639, 643, 652, 660, 665, 707, 728, 731, 745, 791, 851, 869, 876, 886, 895, 898, 901, 904, 924, 942, 956, 970, 994, 1007, 1025, 1034, 1051, 1055, 1060, 1067, 1080, 1116, 1119
espagnole (à l') 211, **438**, 795
espagnole (sauce) 35, 949
espresso 182, 183
esprit **438**
esquinade 865
essai **438**
essence 308, 318, **438**, 761
estaminet **438**
estofinado **438**
estomac 521, 1066
estouffade 93, 385, **439**, 705, 864
estouffat 74, 511, 608, **439**, 556
estragon 250, 318, 347, **439**, 853, 1038, 1105
esturgeon 222, 302, **439-440**, 489, 868, 917
étain **440**
étamine **440**, 764
États-Unis 16, 53, 73, 78, 82, 86, 114, 120, 126, 153, 154, 180, 181, 189, 192, 193, 202, 256, 265, 283, 287, 294, 299, 300, 320, 326, 351, 374, 394, 397, 400, 408, 411, 422, 435, **440-442**, 506, 508, 522, 529, 533, 536, 555, 636, 639, 673, 711, 748, 782, 792, 794, 805, 812, 827, 833, 863, 893, 904, 912, 972, 982, 1000, 1002, 1015, 1019, 1027, 1120
étiquetage alimentaire **442**
étiquette **442**
étouffée 712, 1081
étrille 343, **443**, 717
étuve **443**
étuvée (à l') 424
étuver **443**
Europe 47, 49, 53, 894
centrale 235, 418, 432, 546, 772, 777, 939, 980, 1005
de l'Est 138, 203, 397, 455, 786, 918, 980
du Nord 209, 726
évider **443**
un pain surprise 443
éviscérer **444**
excelsior **444**
Excelsior (fromage) **444**
exhausteur de goût **444**
explorateur **444**
exprimer **444**
extra **444**

extrait 308, **444**, 761
sec **444**
Extrême-Orient 66, 78, 105, 135, 200, 242, 299, 301, 367, 455, 468, 477, 531, 536, 598, 976, 1050
extrudé **444**

F

fabada 435, 459
fagelbo 981
faïence **445**
faine **445**
faisan 81, 254, **445-447,** 448, 522, 522, 574, 618, 716, 717, 789, 854, 926, 990, 991
faisandage **448**
faisselle 51, **448,** 689
fait-tout **448**
falafel **448**
falette **448**
Falguière (Louis) 892
fallue 717
fanchonnette 141
fanny dodies 440
faon 229
far 822, 944
breton **448**
farce 139, 235, 279, 287, 298, 307, 338, 343, **448-450,** 532, 533, 694, 702, 727, 729, 739, 749, 756, 771, 772, 784, 788, 789, 801, 804, 824, 836, 856, 876, 888, 880, 1039, 1052, 1086, 1087
farcement 968
farci 384, **450**, 822
farcir **451**
un poisson par le dos 451
une volaille 451
Fargue (Léon-Paul) 622
farigoulette, *voir* serpolet
farikal 714
farinage **452**, 596, 596, 771
farine **452**, 477, 532, 628, 756, 982, 994
de soja 982
fariner **452**
farineux **452**
faro, *voir* lambic
farsu magru 582, 977
Fasnacht Chuechli 212
fatanyeros 567
Faubonne **452**
Fauchon (Auguste Félix) **452**
faux-filet 131, **453**
Favart **453**
favorite (à la) **453**
favouille 705, 865
Favre (Joseph) 372, **453**
fechum 486, 487
fécule 57, 79, 276, **453**, 573, 589, 924, 937, 1026
féculent **453**
Fédora **453**
feijoa **453**
feijoada 163, **453**, 556
fenalar 714
fendant **454**, 878, 1015
fendre **454**
fenouil 53, 225, 388, **454**, 865, 916
fenugrec **454**
fer **454**
féra 328, 968, 969
fer-blanc **454**
ferlouche ou farlouche **455**
ferment **455**
fermentation **455**, 617, 692, 748, 765, 911
fermière (à la) **455**, 903
féroce martiniquais 73, 351
Ferval **455**
festonner **455**
feta **455**
fettucines 772, *voir aussi* tagliatelles
Fétu (Émile) 435, 624
feuille d'automne **455**
feuille de Dreux **455**
feuille de vigne 188, 544, 672, 917
Feuillet (Octave) 892
feuillet **455**
feuilletage 141, **455-457,** 468, 838, 923, 1056
préparer un 456
feuilleté 91, **457-458**, 585, 592, 717, 805, 806, 964, 1062
feuilleton **459**
fève 195, 332, 396, **459**, 510, 536, 582, 614, 629, 705, 783, 840, 871, 930, 1058, 1091
de soja 982
fiadone 171, **459**
fiasque **459**
fibre **459**
ficelle **459**
ficelle (à la) 127, 679, 809
fidès 968
fiel **460**
figatelli 333, 956
figue 151, 305, **460-462**, 472, 608, 618, 663, 705, 798, 845, 1076
de Barbarie **462,** 501
filet 131, 132, 172, 198, 201, **462**, 840
américain, *voir* tartare
mignon 259, **462**, 840, 1086
de Saxe **462**
fileter **462**
filtre **462**
financier **463**
financière (à la) **463,** 901, 1110
financière (sauce) 949
fine champagne 99, 299, **463**, 529
fine de claire (huître) 570
fines herbes 282, 284, **463**, 546, 589, 733, 970
finir **463**
Finistère 728
Finlande 181, **463**, 464, 895, 981
fiore sardo **465**, 979
fish and chips 576
fitou **465**, 609
Fitzgerald (Francis Scott) 1051
five o'clock tea 537, 1042
fixin **465**
flageolet 524, 557, 590, 686, 1057
flamande (à la) 64, 179, 209, 280, 335, **465**, 712, 713
flamant rose 607, 910
flamber **465**
flamiche ou flamique 104, **465,** 500, 712
flammenküche 39
flamri **465**
flamusse **465**
flan 74, 92, 93, 364, 448, **465-466,** 789, 1098
de marron 631
flanchet **466**
Flandre 209, 335, 465, **466-467**, 518, 548, 555, 561, 730, 851, 877, 958, 989, 1004, 1094, 1112
Flaubert (Gustave) 161, 429, 636, 898
flaugnarde **467**, 789
flaune 609
flaveur **467**
flet **467**
flétan **467**
de l'Atlantique **467**
fleur 338, **467**, 592, 658, 861, 1106
de courgette 864
de lys 26
d'oranger **468,** 678, 695, 740, 921, 1011, 516
fleur (moisissure) **468**
fleurer **468**
fleurie **468**
fleurine, *voir* roquefort
fleuriste (à la) **468**
fleuron **468**
Flicoteaux **468**
flip **468**
floc de Gascogne **468**, 678, 887, 1104
flocon d'avoine 576
flônes 75
Flore (café de) **468,** 398, 622
florentine (à la) 60, 100, 359, 430, 466, **468,** 469, 722, 758, 960
Florette 319
Florian 184, **468**
floutes 38, **468**
flûte (pain) **468**
flûte (verre) **469**
fogli di musica 979
fogoche 567
foie 9, 66, 101, 173, 449, **469-470,** 617, 625, 998
gras 38, 39, 65, 69, 100, 140, 265, 273, **470-473**, 510, 514, 567, 593, 636, 690, 726, 733, 769, 788, 797, 871, 890, 895, 913, 926, 1002, 1069, 1087, 1091
de raie 882
de veau 717, 780, 871
de volaille 66, 362, 457, 490, 514, 631, 734, 769, 871, 995, 1076
foire **473**
folle blanche, *voir* gros-plant
foncer **474**
un moule à tarte 474
fond **474-475**
fond d'artichaut 654, 656, 659, 660, 682, 695, 700, 791, 878, 910, 1080, 1092
fond de pâtisserie **475**
fondant 309, **476**
fondre **476**
fondue **476**, 500, 878
bourguignonne **476**, 976
chinoise **477**
au chocolat **477**
de légumes 347, **477,** 986, 1074
savoyarde 748, 812, 969, 976
au vacherin 1013
fonio 17
fontaine **477**
fontainebleau (fromage) 448, **477**, 575
Fontainebleau (garniture) **477**
Fontanges **477**
fonte **477**
Fontenelle (Bernard Le Bovier de) 477
Fontenelle (à la) **477**, 481
fontina **477**
fool **478**, 576
Forest (Louis) 313
forestière (à la) **478**
Forêt-Noire (gâteau de la) **478-479**
Forez 171, 899
former **478**
Fort (Paul) 293
fouace 168, **478**, 717, 788, 1058, 1091
fouée 51
fouet **478**
fougasse 49, **480**, 609, 865
fougère 204, **480**, 590
fougeru **480**

Foujita (Fujita Tsuguharu) 335
foul 617
fouler **480**
foul medames 420
Fouquet (Nicolas) 1081
Fouquet's **480**
Fouquier-Tinville (Antoine Quentin) 665
four **480**
  à micro-ondes **480**
fourchette **480**
fourme 204, **481**
  d'Ambert 75, 481, 934
  du Mézenc 481
  de Montbrison 481, 631
  de Rochefort 481
fourneau **481**
fourrer **481**
foutou 18, **481**, 533
Foyot **481**, 812, 1084
Foyot (sauce) 950
fraise 51, 164, 177, 217, 247, 305, 312, 392, **481-484**, 541, 692, 705, 771, 897, 980, 996, 1030
  des bois **484**
fraise de veau **484**
fraiser **484**
fraisier **484**
Fraisse (Pierre) 41, 547
framboise 90, 462, **485**, 644, 645, 676, 936, 989, 996, 997
française (à la) 125, 288, 359, **485**, 757, 791, 795, 869, 975
France 351, 419
francfort 955
Franche-Comté 201, 305, 432, **485-487**, 500, 552, 595, 616, 639, 644, 682, 812, 850, 868, 1027, 1079, 1104
Francillon **485**
François Ier, roi de France, 137, 863, 911, 1117
frangipane 350, 382, **485**, 575, 762, 826, 990, 1024
Frankfurter 955
Franklin (Alfred-Louis-Auguste) **485**
frapper **485**
Frascati 132, **488**
frascati (vin) **488**
Frédéric II, roi de Prusse 706
Frédéric-Guillaume III, roi de Prusse 14
fréginat 921
frémir **488**
french toast 174
frêne **488**
frénette 488
Freneuse **488**
Frères provençaux (les trois) 410, **488**, 646
fressure 9, **488**, 822
friand **488**
friandise **488**, 643
fribourg **488,** 552
fricadelle **488**
fricandeau 74, 164, **488-489**, 620, 968
fricassée 50, **489-490**, 1059
frichti **490**
fried chicken 440
frikadeller 380
frinault **490**
fripe 1032
frire **490**
frita 32
fritada de mariscos 163
frites 712, 836
friteuse **490**
fritot 42, **490-491**
fritto misto **491**, 581
frittons 74, 609
friture 44, 49, 91, **491**, 589, 593, 605, 631, 789, 670, 688, 758, 786, 882, 984, 1003, 1072
froid **492**
Froissart (Jean) 716
fromage 12, 17, 18, 30, 33, 39, 45, 47, 52, 57, 61, 75, 78, 83, 89, 92, 96, 102, 124, 138, 148, 153, 160, 161, 163, 165, 166, 168, 171, 173, 174, 176, 178, 180, 188, 190, 193, 204, 217, 226, 234, 235, 243, 248, 256, 257, 258, 259, 260, 262, 272, 284, 291, 293, 299, 305, 308, 314, 315, 332, 333, 334, 335, 352, 359, 361, 362, 377, 377, 380, 383, 385, 394, 396, 399, 419, 420, 423, 428, 430, 435, 442, 444, 448, 455, 459, 465, 467, 468, 476, 477, 480, 481, 486, 487, 488, 490, **492-500**, 508, 509, 511, 521, 527, 531, 534, 536, 538, 540, 544, 552, 554, 561, 562, 575, 576, 577, 578, 584, 592, 599, 600, 601, 605, 607, 609, 614, 617, 620, 631, 623, 625, 634, 639, 643, 645, 650, 658, 670, 673, 674, 676, 681, 682, 695, 696, 700, 705, 706, 714, 713, 717, 731, 743, 758, 764, 777, 780, 782, 787, 789, 792, 794, 797, 798, 807, 822, 838, 843, 859, 860, 861, 862, 865, 866, 876, 878, 890, 890, 893, 907, 907, 910, 911, 911, 917, 921, 924, 926, 927, 936, 937, 939, 944, 958, 964, 966, 967, 968, 969, 974, 975, 976, 979, 981, 989, 991, 995, 997, 1004, 1005, 1012, 1013, 1016, 1024, 1025, 1038, 1040, 1048, 1054, 1056, 1059, 1064, 1079, 1080, 1090, 1091, 1098, 1114
  blanc 256, 378, 537, 698, 764, 786, 919, 974, 991, 1024, 1027, 1077, 1081
  à l'écarlate 414
  fondu **500**
  fort **500**, 712
  fort de Béthune 713
  frais **500**, 888, 899, 1081
  glacé **500**
  des Pyrénées **500**
fromage de tête **500**, 739, 1039
froment 164, **500,** 670, 677, 977
fromentée **500**
fronsac 142, 143, **501**
Fronsadais 143
Frontignan 1103
fronton **501**
fruit 12, 17, 27, 30, 36, 42, 54, 67, 67, 73, 78, 82, 86, 95, 105, 106, 115, 116, 124, 144, 170, 190, 214, 219, 230, 247, 251, 283, 285, 292, 299, 300, 304, 306, 314, 328, 328, 329, 335, 344, 366, 414, 430, 481, 485, **501-503**, 537, 546, 550, 573, 576, 577, 590, 593, 594, 595, 623, 624, 640, 642, 649, 652, 661, 666, 678, 679, 680, 696, 700, 703, 704, 707, 708, 709, 710, 711, 711, 718, 730, 735, 743, 753, 758, 765, 793, 794, 806, 813, 823, 824, 827, 848, 861, 864, 866, 870, 871, 876, 882, 886, 911, 936, 936, 942, 954, 966, 994, 1006, 1020, 1024, 1027, 1042, 1077, 1080, 1098, 1116
  exotique 14, 49, 54, 163, 281, 453, 537, 546, 593, 595, 623, 642, 666, 700, 758, 886, 989
  givré 287, 444, **501**, 528, 642, 737
  glacé 755
  de la Passion 70, 302, **501**, 992
  rouge 38, 380, 420, 462, 520, 873, 908, 965
fruit crumble 576
fruitier **504**
fruitière 305
fruits
  à l'alcool 13, 230, 299, **504**
  confits 47, 74, 189, 230, 285, 323, 350, 388, 397, 404, **504,** 639, 642, 652, 737, 762, 764, 810, 827, 865, 913, 967, 1004, 1016, 1059, 1119
  en conserve **504**
  déguisés 171, 230, **505,** 790, 868
  rafraîchis **505**
  secs 13, 36, 116, 248, 332, 359, 371, 460, **505,** 663, 714
  au sirop 13, 307
  au vinaigre **505**
fruits de mer 145, 172, 382, **505,** 608, 716, 843, 865, 921, 930, 1119
fudge 208, **506**
fugu 590
Fulbert-Dumonteil (Jean Camille) **506**
fumage **506**, 958, 1096
fumet 444, **506**, 761
Furetière (Antoine) 403
fusil **506**
fût ou futaille **506**

G

gaillac **507**
galabart 609
galanga **507**
galantine **507**, 631
galette 38, 92, 119, 165, 351, 354, **507-508**, 572, 575, 630, 717, 775, 834, 917, 944, 977, 979, 981, 1055, 1098
  de goumeau 487
  de Pérouges 631
  des Rois 459, 508
galicien **508**
galliano **508**
gallinule, *voir* poule d'eau
galopin 713
galouchka 566
galouchki 1078
galutres 511
gamay 51, **508**
gamba 356, 435
Gambetta (Léon) 185, 613, 888, 892
game-pie 794
gammelost **508**
ganache **508**
Gand 682
gaperon 75, **509**
garbure **509**, 510, 556, 850
gardèche 789
garde-manger **509**
gardiane 609
gardiane (à la) 127
gardon **509**
gargoulette **509**
gari 18
Garlin (Gustave) **509**
Garnier (Jean-Louis Charles) 185
garniture 242, **509**
  aromatique **509**, 879
garum **509**, 911
Gascogne 56, **509-511,** 538, 618, 1066
gaspacho 435, **512**, 824, 1051
gastrique **512**
gastronome (à la) **512**
gastronomie **512**
gâtais de la mariée 168

gâteau 41, 76, 91, 98, 116, 163, 174, 175, 203, 204, 217, 233, 280, 283, 334, 335, 356, 379, 380, 395, 441, 455, 463, 475, 478, 484, 507, **512-516,** 517, 592, 598, 601, 632, 639, 640, 643, 645, 647, 652, 654, 659, 674, 679, 682, 700, 706, 713, 735, 743, 749, 750, 753, 762, 764, 777, 816, 826, 834, 873, 892, 899, 903, 923, 926, 937, 965, 970, 976, 979, 1003, 1006, 1024, 1054, 1064, 1067, 1076, 1078, 1081, 1106
à la broche **516**, 646
de la Forêt-Noire 230, 320
de riz **516**
des Rois **517,** 806
des Rois de Bordeaux 168
sec 320, 360, 514, 518, 607, 703, 773, 922, 923
gâte-sauce **517**
gâtis 75
gaudes 486
gaufre 104, 163, 487, **517-518**, 773, 775, 789, 919
gaufrette **518**
gaufrier **518**
gauloise (à la) **518**
Gautier (Théophile) 185, 636, 680
Gavarni (Paul) 404, 636, 926
gayettes 865
gaz propulseur et gaz d'emballage **518**
gazelle 49, 659
Gazetin du comestible (le) **518**
gélatine 301, **518,** 796
gelée de cuisine 64, 73, 81, 126, 188, 334, 395, 440, **518-519**, 587, 625, 700, 724, 780, 784, 853, 891, 1038, 1077, 1084
gelée d'entremets **519**, 924
gelée de fruits 501, **520,** 906, 957
gélifiant **520**
géline 302, 304, 1058
gelinotte **520**, 522, 783
Gellée (Claude, dit Le Lorrain) 457
gendarme **520**, 712, 955, *voir aussi* hareng
génépi 384, **520**
genever 526
genevoise (à la) **520**
genevoise (sauce) 950
genièvre 38, 54, 467, **520**, 548, 618, 690, 777
génisse **520**
génoise 395, 484, 508, **520-521**, 654, 674, 681, 686, 715, 734, 773, 795, 926, 979, 1049, 1120
gentiane **521**
Geoffroy (Claude Joseph) 1068
Georgette **521**
Géorgie **521**
gerbet, *voir* macaron
germe de soja 982
Germiny 410, **521**, 846
germon **521**, 1045
géromé ou munster-géromé **521**
Gers 855
gésier 9, **521**
get **522**
gevrey-chambertin **522**
gewurztraminer 40, **522**
ghee 329, 380, **522**, 578
ghivetch 176
ghomi 521
gianduja **522**
gibelotte 141, **522**, 991
gibier 38, 74, 140, 165, 166, 193, 195, 200, 229, 245, 250, 259, 287, 301, 302, 318, 322, 332, 370, 384, 385, 395, 399, 407, 422, 429, 435, 442, 445, 448, 462, 463, 475, 486, 506, 510, 520, **522-523**, 526, 530, 539, 548, 553, 576, 595, 600, 618, 648, 668, 705, 713, 714, 730, 742, 749, 753, 761, 783, 789, 797, 800, 810, 827, 854, 871, 886, 910, 919, 927, 937, 943, 948, 964, 969, 991, 995, 1002, 1015, 1040, 1064, 1068, 1080, 1090, 1110, 1112
Gide (André) 293
gigondas **523**, 897
gigorit 822
gigot 23, 24, 39, 75, 164, 259, 460, **524-525**, 577, 631, 639, 694, 717, 771, 789, 852, 876, 920, 852, 876, 920, 988, 1000
découper un 524
gigue **526**, 841
Gilbert (Philéas) 435, **526**, 624
Gilliers **526**, 623
gimblette 360, **526**, 609
gin 409, 414, 520, **526**
gingembre 119, **526**, 605
ginger ale 299
ginger beer **527**
gingerbread 749
ginseng 266, **527**
gio lua 1098
Giono (Jean) 1071
gipa 593
Girardet (Fredy) **527**
Giraudoux (Jean) 398
giraumon **527**
giraumonade 351, 527
girelle **527**
girofle (clou de) **527**, 1103
girolle **527**
girolle (champignon) 239, **527**, 788, 934, 991
Gironde 355
gîte **527**
gîte-gîte, *voir* jarret
gîte noix **528**
givrer **528**
givry **528**
glaçage 214, 271, 530
réaliser un glaçage au sucre 530
glace et crème glacée 82, 217, 235, 247, 371, 380, 395, 397, 441, 476, 478, 485, 500, 501, 504, **528-530,** 533, 584, 618, 734, 739, 806, 869, 924, 936, 992, 1079
glace à rafraîchir **530**
glace de cuisine **530**
glace de sucre **530**, 1011
glace de viande 330
glacer **531**
glayva **531**
gloucester **531**, 577
gloucester (sauce) **531**
glucide **531**
glucose **531**
glutamate de sodium 444, **531**
gluten 740, 772, 895, 895, 971
gnaegi **531**
gnocchis **532**, 566, 865, 910, 865, 910
gobelet **532**
goberge **532**
gobo **532**
godaille 165
Godard **532**
Godard (sauce) 950
godiveau **532-533**
gogues 9, 50, **533**
golden syrup 842
gombo ou okra 420, **533,** 559, 741, 1077
Gomes de Sa (à la) 685
gomme 309, **533**
adragante 533
arabique 533
de guar 533
à mâcher **533**
nostras 533
-résine 533
Goncourt (Edmond et Jules Huot de) 185, 409, 636, 926, 1107
gondole **534**
Gorenflot **534**
gorge 66
gorgonzola **534**, 581, 584, 924
Gottschalk (Alfred) **534**
gouda **534**
Goudeau (Émile) 1069
Gouffé (Jules) 370, **534**, 624, 659
gougère 500, **534-536**
goujon **536**, 630, 631
goujonnette 536, 696
goulache 72, **536**, 566
goumi **536**
gourgane **536**, 998
gourilos 262, 264
gourmand et gourmet **536**
gournay **536**, 717
goût **536**
goûter **537**
goûter (repas) **537**
goûteur **537**
goyave **537**
goyère 500, **537**
gozette **537**
gozinakhi 919
gradin **537**
grain 1107
graine
de pavot 895
de sésame 555, 695, 988
grainer **538**
graisse 390, 533, 543, 656, 716
animale **538**
d'oie 140, 329, 511, 605, 1069
de rognon de bœuf 280, 329, 656, 676, 810
de rognon de mouton 656
de rognon de veau 810
graisser **538**
graisses végétales **538,** 656
Grammont **538**
gramolate **538**
grana padano **538**
Grancher (Marcel Étienne) 293, **538**
grand-duc **538-539**
Grande-Bretagne 35, 66, 114, 118, 161, 177, 181, 184, 189, 192, 193, 217, 229, 256, 257, 260, 280, 281, 282, 299, 329, 334, 343, 351, 366, 374, 380, 396, 397, 398, 400, 408, 419, 478, 504, 526, 527, 531, 538, 546, 550, 554, 563, 573, 576, 577, 595, 605, 614, 623, 628, 636, 637, 639, 676, 677, 678, 693, 693, 695, 696, 702, 707, 744, 748, 749, 793, 794, 800, 800, 810, 812, 815, 827, 842, 851, 863, 867, 868, 869, 891, 893, 912, 851, 863, 867, 868, 869, 891, 893, 912, 928, 944, 958, 966, 1003, 1004, 1005, 1018, 1034, 1042, 1050, 1056, 1066, 1067, 1078, 1100, 1114, 1116, 1118
grande coulemelle, *voir* lépiote
Grande Pinte *(la)* 886
Grande Taverne de Londres (la) 98, 894, 1034
Grand Godet (le) 1034
Grand Hôtel (le) 185, 239, 383, 409, 680, 903
Grand Marnier **539,** 913

grand-mère 131, **539**
Grand Véfour (le) 373, **539**, 731
grand veneur 260, **539**
grand veneur (sauce) 950
granité 26, 538, **539**, 581, 652
grappa **539**, 918
gras 347, 454, **539**, 604, 678, 906, 999
gras-double 9, 75, 93, 138, 384, 484, **540**, 629, 630, 631, 758, 998, 1020
grataron **540**
gratelon 609
gratin 64, 228, 243, 274, 279, 336, 430, 449, 486, 500, **540-541**, 553, 703, 720, 739, 816, 939, 943
dauphinois 384, 541
gratinée **541-543**
gratinée (soupe) 543, 729
gratiner **543**
grattons 140, 631, **543**
Graves 142, **543**, 965
graves-de-vayres 668
gravlax 958
Grèce 53, 161, 181, 182, 406, 455, 533, **543-545**, 672, 690, 697, 731, 744, 854, 883, 895, 910, 854, 883, 895, 910, 924, 939, 970, 998, 1026 , 1076
antique **544**
Greco (Rome) 184
grecque (à la) 477, 544, **544**, 822
gremolata 538
grenade 420, **546**
grenadier **546**
grenadin **546**, 1086
grenadine **546**, 1025, 1054
grenobloise (à la) **546**
grenouille 265, 491, 486, **546**, 625, 648, 822, 846, 1091
grès **547**
gressin **547**
greubons **547**, 1022
Greuze 410
gribiche **547**, 950
griffe **547**
gril **547**, 873
grillade 45, 245, **547**, 564, 638, 726, 840, 858, 877, 951, 956
grille **547**
Grille (la) 383
grille-pain **547**
grillé aux pommes **547**
griller 544, **547**
grillons 788
grill-room **548**
Grimaldi 466
Grimod de La Reynière (Alexandre Balthasar Laurent) 36, 42, 192, 193, 242, 258, 281, 326, 372, 428, 434, 539, **548**, 624, 637, 664, 680, 840, 885, 907, 912, 923
gris de Lille **548**, 713
Grisons 846
grive 140, 522, 544, **548-549**, 690, 979, 990, 1061
grog **549**
grondin **549**
groseille **550**
de Chine, *voir* kiwi
à maquereau **550**, 713, 1030
gros-plant **550**, 624
grouse 255, **550**, *voir aussi* gelinotte
gruau **550**, 594
de sarrasin 1078
grumeau **550**
gruyère 492, **552**, 886, 1012
de Comté 487
guacamole 73, **552**, 672
guais, *voir* hareng
guêlon **552**
Guérard (Michel) **552**
Guesclin (Bertrand du) 204
gueuze **552**
guignolet 50, 230, 257, **552**
Guillaume Ier, roi de Prusse et empereur d'Allemagne 409
Guillot (André) **552**
guimauve **552**
guinguette **552**
Guitry (Lucien) 185
Guitry (Sacha) 706, 813
Guizot (François) 84
gulab jamun **552**
gumbo 440
gunpowder, *voir* thé

H/I

habiller **553**, 817, 818
hacher **553**
hachis 450, **553**, 859
Parmentier 553, 574, 762
hachoir **554**
hachua 93
haddock 420, **554**, 576, 595
Haeberlin (Marc) **554**
haggis 9, **554**, 577, 693
Hainaut 383, 465
Haïti 181, 897
hakkebiff 380
halalim 886
halévy **554**
halicot **554**, 694
halle **554**
Halloween 287, 516
hâloir **554**
halua 578
halva 176, **555**, 618, 976, 1076
hamburger 440, **555**
hampe **555**
hangtown fry 440
Hansi (Jean-Jacques Waltz, dit) 278
hareng 165, 344, 520, **555-556**, 601, 631, 712, 714, 777, 827, 910, 936, 980, 1004, 1012
haricot 123, 332, 406, 431, 435, 614, 672, 1091, 1107
beurre 557
blanc 163, 164, 219, 439, 452, 511, 556, 582, 841, 981, 1091
à écosser **556**
d'Espagne **557**
de Lima **557**
mange-tout **557**, 558, 1077
mungo **557**
noir 453
rouge 75, 163, 265, 487, **557**, 590, 614, 991
sec **557-558**
de soja 1050
vert 412, 419, 460, 557, **558-559**, 590, 629, 753, 927, 932, 999, 1013, 1057
harira 650, 886
harissa 235, **559**, 1073
Harry's Bar de Venise 214
Harvey (sauce) 576
hase, *voir* lièvre
hâtelet ou **attelet** **559**
Hauser (Helmut Eugène Benjamin Gellert, dit Gayelord Hauser) **559**
Haussmann (Georges Eugène, baron) 843
haut de côte **559**
haute pression (conservation par) **559**
Haute-Volta 642
haut-médoc **559**
Hawaii (îles) 335
hayaca 1091
hazepepper 777
hecho 161
Hédiard (Ferdinand) 452, **559**
Helder **559**
Héliogabale (ou **Élagabal**) **559**
Hemingway (Ernest) 293, 335, 1051
Henri d'Orléans, duc d'Aumale 69
Henri II, roi de France 529
Henri III, roi de France 328, 480, 863, 1057
Henri IV, roi de Navarre et de France 95, 137, 373, **559**, 594, 661, 749, 854, 872, 912, 975
Henri VIII, roi d'Angleterre et d'Irlande 89, 637
herbe à tortue **561**
herbe aux femmes battues, *voir* tamier
herbe de bison, *voir* vodka
herbes 151, 532, **560-561**, 627, 698, 932, 1050, 1058, 1091, 1105
aromatiques 15, 90, 463, 560, 801, 810, 864, 890, 910
potagères 561
de Provence 561
vénitiennes 561
hérisson 226, **561**
hermitage 366, **561**, 668, 897
Hérodote 152
héron 730
herve **561**
hêtre 569
Hewelka 184
hibachi 87, 94
hibiscus 420
hickory 972
high tea 193, 576, 1042
Himmel und Erde 33
hindle wakes 576
hippopotame 595
hirondelle 706
historier **561**
un citron 561
hochepot **561-562**, 712, 850
hohnensuppe 629
hoisin (sauce) 198
hollandaise (à la) 212, 518, **562**
hollandaise (sauce) **562**, 893, 950, 1112
confectionner une 562
Hollande (fromages de) **562**
homard 64, 139, 164, 195, 243, 288, 325, 332, 367, 404, 441, 538, **562-566**, 574, 682, 700, 705, 716, 755, 760, 845, 888, 932, 1045, 1068
découper à cru un 563
hominy grits 440
homogénéisation **566**
Honduras 801
Hongrie 54, 100, 217, 429, 470, 532, 536, 538, 550, **566-567**, 672, 760, 842, 895, 937, 970, 1050, 1051
hongroise (à la) 131, 228, 489, **567**, 769, 998
hongroise (sauce) 950
hopje 208, 777
hoppin'john 440
Horace (Quintus Horatius Flaccus) **567**, 941
horchata 436, 994
hors-d'œuvre 42, 359, 360, 425, **567**, 888, 917, 928, 937, 1118
hot dog **568**
Hôtel de Paris 945
Hôtel-restaurant du Pont 125
Hôtel Royal 812
hôtelier (beurre) 111

hôtelière (à l') **568**
houblon 52, **568**
hoummos **568**, 617, 976
huche **568**
huevos rancheros 1056
Hugo (Abel) 665
Hugo (Victor) 613, 665
huile 15, 53, 151, 163, 180, 200, 217, 302, 320, 329, 371, 402, 435, 445, 539, 555, **568-569,** 590, 608, 622, 656, 703, 705, 708, 710, 719, 730, 745, 870, 883, 911, 976, 982, 994, 1034, 1056, 1060
essentielle **569**, 649
de noix 1058
d'olive 568, 863, 941
de sésame 200, 617, 656
huilier **569**
huître 67, 101, 140, 145, 154, 163, 164, 172, 201, 251, 440, **569-572,** 576, 608, 608, 716, 792, 846, 859, 907, 911, 950, 955, 1067, 1068, 1091
Humbert (Alex) 802
humectant **572**
hure **572**, 739, 942
Hurel (Maurice) 488
hussarde (à la) **572**
hutspot 777
hydne **573**
hydromel 165, 455, **573**
hygrophore 239, **573**
hypocras 371, 397
hysope **573**
icaque **573**
icewine 195
igname 163, 481, **573**
île flottante **573**
Île-de-France et Paris 166, 245, 444, 455, 477, **573-575**
îles Britanniques **576-577,** *voir aussi* Écosse, Grande-Bretagne, Irlande
imam bayildi 69, **577**, 1077
imbiber **577**
imbriquer **577**
imbrucciata 102, 171, 500, **577**
impératrice (à l') **577**
imperial souchong, *voir* thé
impériale (à l') 319, **577**
INAO (Institut National des Appellations d'Origine) 226, 366
inciser **577**
inconnu **577**
incorporer **577**
Inde et Pakistan 14, 28, 53, 54, 61, 67, 78, 82, 112, 116, 176, 181, 209, 210, 243, 284, 306, 377, 452, 454, 455, 526, 537, 546, **577-579,** 601, 614, 684, 696, 698, 700, 709, 777, 794, 823, 885, 893, 903, 924, 970, 976, 1006, 1016, 1024, 1025, 1025, 1042, 1119
indienne (à l') 179, 210, 554, **578**, 906
indienne (sauce) 950
Indonésie 14, 206, 432, 507, **578,** 700, 709, 899, 903, 924, 939, 1042, 1050
infuser **580**
infusion 413, **580**, 1042, 1048, 1050
instantané **580**
intestin 1066
involtini 582
iode **580**
ionisation 316, **580**
Iran 61, 300, 533, 695, 786, 806, 924, 970
iranienne (à l') 906
Iraq 383, 806
irish coffee **580**
irish stew 576, **580**, 693
Irlande 183, 300, 576, 580, 732, 960, 1005
irouléguy 93, **580**
irrorateur **580**
isard 522, **580**
Israël 73, 470, 923
issues 283, **580**
Italie 41, 48, 52, 56, 61, 66, 86, 87, 89, 102, 118, 136, 174, 176, 180, 182, 184, 190, 203, 245, 262, 273, 278, 282, 293, 320, 331, 371, 320, 406, 407, 413, 454, 447, 488, 491, 514, 532, 534, 538, 539, 546, 547, **581-584,** 594, 600, 612, 652, 654, 677, 684, 693, 695, 697, 703, 705, 707, 728, 743, 756, 757, 764, 780, 787, 793, 797, 798, 807, 826, 862, 866, 888, 895, 899, 902, 904, 918, 922, 924, 936, 939, 958, 967, 981, 989, 1002, 1005, 1012, 1013, 1020, 1024, 1049, 1051, 1055, 1067, 1068, 1080, 1082, 1092, 1119, 1120
italienne (à l') 69, 106, 118, 539 , 553, **584**, 951
Ivan le Terrible 919
ivoire **584**
Izarra 93, **584,** 622

J/K

Jacob (Max) 1051
jailles 969
jalousie **585**
Jamaïque 217, 335
jambalaya 440, **585**
jambe de bois **585,** 631
jambelle 969
jambon 33, 50, 65, 96, 104, 165, 294, 352, 424, 487, 487, 574, 576, **585-588,** 605, 612, 629, 686, 690, 708, 742, 770, 788, 791, 840, 862, 876, 895, 911, 919, 936, 942, 944, 1056
de Bayonne 92, 140
cru 586-588, 921
cuit 586
fumé 712
de Parme 899
sec 74, 609
d'York 1118
jambonneau **588**
jambonnette **588**
jance **588**
Japon 53, 79, 82, 87, 126, 190, 281, 356, 361, 379, 397, 526, 532, 559, **589-590**, 634, 674, 678, 700, 704, 774, 818, 903, 928, 944, 966, 976, 977, 982, 1015, 1018, 1034, 1042, 1050, 1091, 1117
japonaise (à la) **590**, 1044
jaque **590**
jardinière **590**, 791, 1021
jarre **590**, 585
jarret 511, **590-591**, 743, 777, 841, 914
Jarry (Alfred) 293
jasmin **592**, 649
jasnières **592**
jatte **592**
Java 53, 180, 627, 700, 823
jerky 441
Jessica **592**
jésuite **592**
jésus **592**, 630
de Morteau 486
jet de houblon 568, 712
jeûne 210, 301, 886
Jockey Club 411, 793
jointoyer **592**
Joinville (Jean de) 389
Joinville **592**, 814, 984
jonchée 188, 246, **592**
Jouanne **592**
joubarbe **592**
joue **592-593**, 1039
joule **593**
jour de l'An 400, 577, 895, 977
jour des Rois (Épiphanie) 140, 478, 514, 517, 575, 1055
jubilé 230
Judd mat gaardebounen 629
Judic **593**
judru **593**
juive (à la) 215, **593**
juive (cuisine) **593,** 1034
jujube **593**
Jules-Verne **593**
juliénas **593**
julienne 226, 388, **594**, 623, 994, 1021
jumeau **594**
jument 108, 598, *voir aussi* lait
jungpana, *voir* thé
Jura 124, 252, 259, 331, 418, 468, 520, 616, 634, 1012, 1103, 1104
jurançon **594**, 872
jus 106, 939
de coco 1020
de cuisson **594**
de fruit 174, 520, **594,** 703, 977
lié **594**
Jussière **594**
kaba 695
Kabylie 214
kacha **594**, 944, 974, 1078
kachkéis 201, 629
kadaïf 1076
kaiseki 590, 1042
Kaiserschmarrn 72
kaki 589, **594**
kâko 192
kakou 20
kalakukko 463
kalatch 1078
kaloyirka 282
kamamaria yiemista 282
kangaroo fillet in szechwan crust 70
kangaroo tail soup 70
kangourou 70, 1107
kapusniack 827
Kapuziner 182
karité 17, 329, 538, **594,** 656
beurre de 594, 656
karjalanpaisti 463
karjalanpiirakka 463
karkadè 420, 743
kasher **594**
kashrout 593, 594
katschkawalj 112, 161
katsuobushi 589
kebab 32, **595**, 1073, 1076
kebabcha 176
kébbé 617
kedgeree 161, 576, **595**
keemun, *voir* thé
kéfir 455, **595**
kefta 1073
keftedes 543, **595**
Kellog (Will Keith) **595**
kemia 1073
képhir 135
keshy yena 419, 500
keskès 341
ketchup **595**
ketmie *voir* gombo
kharouf machwi 659
khir 578
kho 1098
khoreche 695
kig ha fars 165

kinglip 18
kipper 712, *voir aussi* hareng
kipriaka loukanica 281
kir 219, **595**
kirsch 38, 230, 478, 484, 487, 505, 552, **595**, 666, 810, 926, 967, 1015, 1062
Kirschkuchen 1028
kissel **595**
kitoza 634
kiwano **595**
kiwi 501, **595**, 718, 1031
klippfisch 618
Klösse **596**
klouski 596, 826
knack 38, 956
Knäckbrot 49
knekkebrød 714
Knepfles 38, **596,** 711, 826
Knödel 72, **596**
Knorr (Carl Heinrich) **596**
Knusper 922
kodai 578
koeckbotteram 168, 713
koffietafel 777
Kohler 268
kokas 93
kokoretsi 543
kolt bord 380, 714
konbu 382, 589, **596**
Korn **596,** 967
korn beef 167
koskenkorva 463
koskera (à la) 92, 669
kotliety pojarskie 826
kouglof **596-597**, 773
kouing-aman 165, **598**
koulibiac 364, **598**, 919, 958
koulitch **598**, 761, 919
koumis 455, **598**
kounafa **598**
koupe 281
Kourakine (Alexandre Borisovitch) 975
kourkouri 18
koutia 895, 1078
kransekange 380
Krapfen 72, **598**
krendel 919
kreplach 593
kriek **598**
  lambic 230
kroap-khnor 192
Kroaztbeere 967
krupnik 827
kruxpetas 92
kryddost 1012
Kubilay (khan) 826
kugel 593
kummel **598**, 622
kumquat **598**
kwas 455, **598,** 730

L

La Balue 490
label 443, 534, **599**, 713, 854, 956, 1082
  rouge 611, 802
la bouille **599**
labre 323
La Bruyère (Jean de) 536
Labskaus 33, **599**
Lacam (Pierre) **599**
laccaire **599**
La Chapelle (Vincent) 372, **599**, 623
la clape **600**
lacrima-christi **600**
Lacroix (Eugène) **600**
lactaire **600**
lafite-rothschild 142
La Fontaine (Jean de) 178
lager, *voir* **pils** ou **pilsen**
lagopède 520, 522, 550, **600**, 783
laguiole 32, 75, **600**, *voir aussi* tomme
Laguipière 372, **600**, 1071
lait 31, 33, 49, 161, 176, 190, 306, 339, 395, 416, 424, 441, 455, 566, 578, **600-601**, 618, 750, 765, 772, 777, 786, 791, 862, 893, 906, 999, 1026
  aigre 463
  d'amande **601**, 740, 906, 1077
  d'ânesse 598
  de beurre 76
  de brebis 74, 92, 124, 161, 168, 171, 174, 178, 180, 332, 333, 435, 455, 465, 500, 544, 577, 595, 639, 743, 780, 798, 843, 899, 907, 911, 917, 921, 944, 975, 1054, 1090, 1117
  de bufflonne 243, 522, 601, 695, 1016, 1117
  caillé 455, 601
  de chamelle 595
  de chèvre 124, 148, 160, 171, 174, 178, 180, 188, 234, 248, 259, 260, 262, 291, 332, 333, 362, 435, 487, 500, 508, 511, 544, 595, 634, 681, 682, 687, 697, 706, 714, 782, 787, 794, 798, 859, 860, 899, 907, 921, 926, 944, 974, 1012, 1038,1054, 1064, 1080, 1090
  de coco 192, 412, 634, 924
  concentré 49
  de jument 598
  de poule **601**, 720
  de soja 266
  de vache 12, 30, 52, 61, 78, 83, 96, 102, 124, 138, 153, 166, 168, 171, 173, 180, 188, 193, 201, 204, 217, 226, 235, 243, 256, 257, 284, 299, 305, 334, 335, 377, 380, 383, 394, 396, 419, 423, 430, 435, 444, 455, 468, 477, 480, 481, 490, 500, 508, 509, 521, 531, 534, 536, 538, 540, 548, 552, 561, 592, 595, 598, 599, 600, 601, 605, 607, 614, 617, 620, 623, 639, 643, 645, 650, 673, 674, 676, 682, 696, 697, 700, 705, 731, 764, 777, 787, 792, 797, 798, 807, 838, 843, 866, 890, 893, 899, 907, 910, 924, 926, 927, 937, 939, 967, 974, 989, 997, 1004, 1005, 1012, 1024, 1025, 1040, 1048, 1054, 1056, 1065, 1079, 1091, 1098, 1114, 1117
  de yack 522, 1117
  de zébu 601
laitance 89, 111, 145, 195, **601**
laitue 86, 264, 272, 347, 444, 485, **602-604**, 624, 679, 871, 928
lakka 463
lalande-de-pomerol **604**
lama 786
Lamartine (Alphonse de) 539
Lamartine 665
Lamballe **604**
lambic **604**
lampreia de ovos 845
lamproie 140, **604**, 769, 843, 1059
lancashire **605**
lançon 431, **605**
landaise (à la) 140, 310, **605**, 836
Landes 11, 366, 605, 618, 669, 726, 752, 855
landimolle 713
Landtmann 184
langouste 64, 195, 243, 332, 538, **604-605**, 634, 920, 979, 1091, 1115
langoustine 101, 164, **605-607**, 780, 902, 1112
langres **607**
langue 69, 161, 414, 467, 580, **607**, 685, 712, 1039
  écarlate 193, 320, 356, 612, 681
langue-de-bœuf **607**
langue-de-chat 410, **607**
Languedoc 123, 160, 178, 219, 326, 330, 331, 432, 439, 465, 478, 538, 600, **607-609**, 655, 674, 677, 740, 794, 806, 964, 1034
languedocienne (à la) 21, 608, **610**, 791, 956
Lao Tseu 265
Lapérouse 125, 179, **610**, 996
lapin 165, 355, 467, 510, 522, **610-611**, 713, 716, 717, 729, 877, 899, 920, 990, 991, 1027, 1036, 1091, 1107
  découper à cru un 610
  de garenne 165, 385, 789, 522, 991, 1058
Laponie 893
lapsang souchong, *voir* thé
La Quintinie (Jean de) 61, 241, 306, 372, 482, **611**, 661, 778
lard 164, **612**, 834, 840, 859, 933
larder et entrelarder **612**
lardoire **612**
lardon 749, 805, 877, 929
Larguier (Léo) 409
Larue **612**, 706
larve 1091
lasagnes **612**, 772, 787
la tâche **612**
latour 142
Laurent **612**
laurier **612**
Lavallière ou **La Vallière** **612**
lavande 202
La Varenne (François Pierre) 54, 371, 489, **613,** 623, 732, 886, 1022
La Varenne (sauce) 950
lavaret 328, 968, 969
laver **613**
Laveur (pension) **613**
Law (John) 428
Lebkuchen 707
lèchefrite **613**
lécithine **613**
leckerli **613**, 1013
Leclerc (Philippe Marie de Hautecloque, dit) 185
lecso 566
Le Doyen 374, **613**, 645, 680, 1094
Legrand d'Aussy (Pierre Jean Baptiste) **613**
légume 14, 31, 31, 91, 151, 165, 175, 246, 250, 314, 333, 340, 366, 384, 388, 390, 396, 430, 449, 477, 486, 509, 510, 531, 544, 574, 594, 607, **613-614,** 631, 633, 642, 656, 677, 689, 705, 712, 716, 730, 761, 772, 777, 789, 794, 848, 861, 864, 871, 880, 887, 890, 921, 936, 967, 970, 990, 1020, 1038, 1042, 1048, 1058, 1059, 1073, 1076, 1081, 1098
  exotique 256, 526, 526, 615, 766
  sec 435, 452, 613, 614, 816, 848, 944, 1088
  taillage 1021
vert 1088
légumineuse 379, 452, 459, 556, 557, **614,** 616, 816, 982
leicester 577

leiden 614
lekchyna 1078
Lemblin (café) **614**
Lémery (Louis) 623
lemon curd 285, **614**
lemon pie 794
Lénine (Vladimir Ilitch Oulianov, dit) 293
lentille 52, 320, 431, 452, 614, **616**, 631, 695, 841, 871, 932
du Puy 74
lentin comestible, *voir* shiitake
lépiote 239, 334, **616**
Léry (Jean de) 42
Leszczynska (Marie) 145, 167, 372
Leszczynski (Stanislas) 76, 228, 526, 636, 776
l'étoile 616
levain 616, 748
lever 616
levraut, *voir* lièvre
levroux 617
levure 617, 660, 748, 773
alsacienne 617
liaison 617
Liban 546, 568, **617**, 976, 1019
libation 618
lie 618
Liebig (Justus, baron von) **618**
liège 618
liégeoise (à la) 549, **618**
lier 618
lierre terrestre, *voir* tisane
lieu 618
noir 970
lièvre 74, 81, 222, 283, 288, 332, 385, 522, 544, **618-619**, 620, 690, 713, 769, 777, 877, 920, 964, 990, 1091
ligurienne (à la) **619**
limande 619
limbourg 620
lime 620
limonade 399, **620**, 755, 845
limonadier 620
limoner 620
Limousin 290, 351, 467, **620**, 693
limousine 620
limousine (à la) 280, **620**
Lindt 268
lingot 558
lingue 620, 895
bleue **620**
Linzertorte 72, **620-622**
lipides 622
Lipp **622**
liptauer 161
liqueur 17, 28, 38, 41, 42, 49, 54, 74, 78, 93, 104, 135, 174, 180, 181, 201, 219, 222, 230, 251, 257, 287, 292, 300, 328, 344, 377, 384, 404, 408, 413, 439, 463, 508, 519, 520, 522, 531, 539, 573, 577, 584, 598, 620, **622**, 639, 640, 644, 647, 666, 680, 697, 708, 718, 761, 777, 782, 814, 860, 868, 887, 923, 936, 939, 966, 976, 977, 1000, 1067, 1094
de Dantzig 735
liquoristerie 467, 918
lirac 622, 897
lisette 399, **622**, *voir aussi* maquereau
listao 622, 1045
listrac-médoc 622
litchi 266, **623**
livarot 623, 717
livèche 225, **623**, 971
livonienne 623
livonienne (à la) 365
livornaise (à la) 685
livre de cuisine 623-624
loche 624
loir 910
Loire (pays de la) 470, 655, 851, 939, 958, 965, 1110
Loire (vins de la) **624**, 877
Loiseau (Bernard) **624**
lokmades 282
lokshen 593
lollo 624
Lombardie 1067
longane 266, **624**
longaniza 624, 956
Longchamp 625, 847
long drink 294, **625**, 967, 1054, 1073
longe 625, 1086
longeole 968
lonzo 333
Lorette 625
Lorrain (Jean) 185
Lorraine 217, 351, 521, **625**, 678, 757, 761, 850, 877, 1093, 1103
lorraine (à la) **625**, 723, 733
Lorris (Guillaume de) 47
lote 625
lotte de mer 165, 211, 355, 608, **625-627**, 793, 977
lotus 266, **627**
Loubet (Émile) 84, 850
louche 627
Louis XI, roi de France 911
Louis XIII, roi de France 403, 663, 861
Louis XIV, roi de France 61, 65, 84, 118, 120, 138, 144, 181, 242, 271, 306, 371, 383, 403, 415, 426, 482, 546, 569, 661, 778, 790, 861, 863, 912, 975, 982, 1068, 1081
Louis XV, roi de France 42, 146, 185, 271, 370, 372, 599, 863, 1000, 1019
Louis XVI, roi de France 105, 168, 602, 762, 863, 974, 1078
Louis XVIII, roi de France 84, 192, 396
Louis-Philippe Ier, roi des Français 69, 84, 144, 481
Louisiane 174, 351, **627**
loukoum 420, 618, **628**, 912, 1076, 1077
loup 326, 339, 454, **628**, 865, 1107
de l'Atlantique **628**
marin **628**
loupiac 142, **628**
louquenkas 92
Louvois (François Michel Le Tellier, marquis de) 120
Louvois 411
Lozère 652
Lucas 125, 373, **628**, 1034, 1035
Lucullus (Lucius Licinius) **628**, 633, 768
lump ou lompe 628
lunch 174, 577, **628**
Lune (Pierre de) 407, 623
lussac-saint-émilion 143
lustrer 628
lut 628
lutefisk 714
Lu Wenfu 629
Luxembourg 629, 840
luxembourgeois 629
lycoperdon 629
Lyonnais 57, 176, 234, 252, 351, 418, 500, 541, 543, 546, **629-631**, 681, 812, 837, 845, 874, 899, 912, 1020, 1035, 1082
lyonnaise (à la) 45, 58, 131, 469, 533, 540, **629**, 630, 685, 729, 758, 874, 958
lyonnaise (sauce) 950
lyophilisation 181, **629**
lys (fleur de) **629**

M

macadam 351
Macaire 632
macaron 50, 140, 629, **632**, 712, 789, 1059
macaronis 193, 541, 584, **633**, 660, 772
macédoine 297, **633**, 791, 936
macérer 633
maceron 633
mâche 631, **633**, 928, 1066
mâchon 218, 234
macis 634
mâcon 634
mâconnais 634
mâconnaise (à la) **634**
macre 266, **634**
macreuse 634, 730
macrobiotique 634
mactre 634
macvin 634, 1104
Madagascar 18, 255, **634-635**, 704, 904, 1080, 1119
madeleine 636, 773
madère 636, 845, *voir aussi* taro
Madère (île de) 636
madère (sauce) 786
madiran 511, **636**, 872
madrilène (à la) 319, **636**, 1067
Maeterlinck (Maurice) 313
mafé 18, 636
Maghreb 26, 235, 256, 285, 340, 341, 383, 452, 454, 559, 593, 614, 659, 665, 673, 693, 743, 746, 748, 912, 980, 994, 1019, 1022, 1068, 1073, 1076
magistère 636
Magnani (Luigi) **636**
magnésium 636
Magny **636**, 939
magret 140, 198, **636**
maid of honour 576, **637**
maigre 637, 678
maigre (poisson) **637**
Maille 637
Maincave (Jules) **637**
Maintenon (Françoise d'Aubigné, marquise de) 242
Maintenon 637
Maire 1045, 1057
maïs 92, 123, 190, 366, 431, 452, 510, 541, 569, 608, 627, **637-638**, 674, 677, 748, 762, 826, 838, 869, 917, 974, 1020, 1055, 1091
maison 638
Maison Dorée (la) 184, 394, 411, 782, 912, **638**, 1091
maisur dal 380
maître d'hôtel 110, **638**, 685
maître d'hôtel (beurre) **638**, 1094
Majestic 812
Majorelle (Louis) 628
makowiec 827
malaga 638, 886
Malaisie 284, 526, 642, 700, 758, 1119
malakoff 639
malanga 639, *voir aussi* taro
malaxer 639
malbec 142
Mali 992
malibu 639
malizniki 919
malossol 329
malsouga 1074
malt 174, 444, **639**, 919

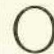
maltais **639**
maltaise (à la) 484, **639**
mamelle 9
mamertino 977
mamirolle 487, **639**
mam tôm 1098
mancelle (à la) **639**
manche à gigot **639**
manchego **639**
manchette **639**
manchon **639**
manchonner **639,** 855
mandarine 589, **640-642,** 736, 1018, 1025
Mandchourie 982
mandoline **642**
manganèse **642**
mangoustan 559, **642**
mangue 192, 196, 266, 420, 501, **642,** 992
manhattan **642**
manié (beurre) 642
manier **642**
Manière (Jacques) 552
manioc 17, 163, 481, **643,** 1026
männela 927
manon **643**
manqué 515, **643,** 1054
manzanilla 436, 638, **643**
maquée **643**
maquereau 164, **643-644,** 713, 714
maraîchère (à la) **644,** 723
marasme d'Oréade **644**
marasquin 230, 257, 505, 622, **644,** 899
marbre **644**
marbré 515
marc 57, 161, 414, 430, 539, 607, **644,** 805
marcassin 290, 522, 385, **645,** 941
marcelin **645**
marchand de vin 110, **645**
Marchesi (Gualtiero) **645**
marcillac 75, **645**
Mardi gras 212, 351, 631
maréchal **645**
maredsous **645**
marée **645**
Marengo 574, **646,** 964
marga 32, 340
margarine 538, 622, **646,** 656, 660
margarita **646**
margaux 142, **646**
Marggraf (Andreas Sigismund) **646,** 1007
Marguerite de Savoie, reine d'Italie 807
Marguery (Nicolas) **646,** 982, 984
mariage **646**
Marie-Antoinette, reine de France 184, 301, 358, 665
Marie-Brizard **647**
Marie-Louise **647**
marignan **647**
Marigny **647**
Marin (François) 623, **647**
marinade 431, **647-648,** 898
marinara (à la) 902
mariné 44, 428, 441, 555, 556, 822, 962
mariner **648**
Marinetti (Filippo Tommaso) **648**
marinière (à la) **648-649,** 688
marinière (sauce) 951
Marivaux **649**
marjolaine **649,** *voir aussi* tisane
marlin 753
marmelade 576, **649,** 867, 891
marmitako 93
marmite **649**
bressanne 631
dieppoise 716
norvégienne **649**
Marmite perpétuelle (la) **650**
marmotte (à la) 385
Maroc 340, 618, **650-651,** 731, 743, 765, 887, 904, 1103
marocaine (à la) **650**
maroilles 467, 492, **650,** 713
Marot (Clément) 246
marquer **650**
marquise 230, **652**
marron 74, 90, 175, 234, 247, 251, 292, 305, 312, 346, 360, 361, 398, 402, 512, 609, 631, **652,** 681, 690, 705, 811, 895, 997, 1079
glacé 385, **652-654,** 922
marsala **654,** 886, 977
marsannay 912
marshmallow 552
martiniquaise (à la) 256, 343
Martinique 73, 190, 897
mascotte **654**
mascotte (à la) **654**
maskinongé **654**
masquer **654**
massacanat 511
massalé 18
masse **654**
Masséna 134, **654**
Massenet 185, **654,** 720
massepain 487, 584, 620, **654-655,** 695, 788, 845, 895
Massialot (François) 623, **655**
mastic, *voir* raki
matafan ou matefaim 486, 631, **655**
matambre 55, 655
maté **655,** 1044
matelote 39, 298, 385, 625, **655-657,** 631, 712, 716, 811, 1025, 1059
matelote (sauce) 951
matière grasse 395, 444, 455, 491, 493, 568, 646, **656,** 730, 924
matignon 132, **656,** 1021
Matisse (Henri) 1051
mato de monjas 921
matsutake 589
maturation **658**
Maultaschen **658**
Maupassant (Guy de) 185, 430, 700
mauresque **658**
Maurras (Charles) 383, 468
maury **658,** 1103
mauve **658,** 696
Maxim's 30, 115, 373, 377, 480, 539, 612, **658,** 707, 731, 1034, 1114
Maxim's (pommes) 836
Mayenne 843
mayonnaise 575, **658-659,** 893, 1026, 1105
mazagran **659**
mazagran (entrée) **659**
mazarin **659**
mazarine (à la) **659**
mazurek 827
mazzah 73
mead, voir hydromel
Mécène 567
méchoui 31, 340, **659**
médaillon **660,** 1071, 1109, *voir aussi* grenadin
médargues 75
médianoche **660**
Médicis (Catherine de) 57, 371, 512, 529, 772
Médicis (Marie de) 153
Médicis **660**
médoc 142, 366, **660**
méduse 266
Mège-Mouriès (Hippolyte) **660**
mei kuei lu 266
Meissonier (Jean-Louis) 404
mélanger **660**
mélasse 455, **660,** 1020, 1049
Melba **660,** 780
mélet au poivre 864
mélilot 967, 974
melintzanosalata 281
mélisse **661,** *voir aussi* tisane
melon 312, 444, 510, **661-663,** 966
melsat 609
Ménage (Gilles) 178
ménagère **663**
ménagère (à la) **663**
Ménagier de Paris (le) **663,** 1022
Mendès (Catulle) 185, 888
mendiant **663,** 865
Meneau (Marc) **663**
menenas 420
menetou-salon **663,** 965
mengrokom 18
Menier (Jean-Antoine) 268
Menon 407, 414, 623, **663**
menthe 522, 524, **664,** 677, 782, 786, 921, 951, 1044, 1074, *voir aussi* tisane
mentonnaise (à la) 338, **664**
menu **664**
menu-droit **664**
Méot **665,** 923
mer des Sargasses 47
Mercédès **665**
Mercier (Louis Sébastien) **665**
mercurey **665**
mère Carles 836
Mère Charles (la) 243
mère Fillioux 394
mère Saguet (cabaret de la) **665,** 939
mères lyonnaises 374, 630, **665**
merguez 235, **665,** 956
merienda 537
meringue 323, 379, 410, 455, 466, 654, **665-667,** 734, 773, 827, 979, 1030, 1040
confectionner une meringue italienne 666
française 666
italienne 647, 666, 762, 926, 1003
suisse 666
meringuer **666**
merise **666**
merlan 300, **668**
merlan (viande) **668**
merle 140, 332, 522, 607, **668**
merlot 142, **668**
merlu 92, 297, 300, **668-669**
mérou 322, **669**
merveille 487, **669**
mescal ou mezcal 20, **669,** 1035
mesclun **669,** 912, 928
mesfouf 31, 340
messicani 582
mesure **669**
métal **669**
Metchnikoff (Élie) 1117
méteil **670,** *voir aussi* seigle
méthode champenoise 40, 51, **670,** 692, 718
metton 201, **670**
Mettwurst 38, 956
méture 92
meule **670**
meunière (à la) 179, 234, 388, 546, 655, **670,** 986
meurette 234, 655, **670,** 724
meursault **670**
mexicaine (à la) 402, **670,** 824

Mexique 73, 182, 256, 308, 400, 501, 522, 534, 669, **670-672,** 679, 800, 801, 870, 876, 975, 1007, 1020, 1024, 1035, 1080
Meyerbeer **672**
mezedhes 281
mézès 176, 281, 455, 543, 617, **672,** 695, 731, 765, 1026, 1076
micada 920
miche **672**
Michel (Auguste) 42
miel 93, 102, 189, 193, 196, 200, 202, 282, 333, 487, 529, 573, 593, 650, **672-673,** 705, 714, 715, 749, 827, 830, 910, 912, 921, 991, 992, 1006, 1032, 1060
mignon **673**
mignon maroilles **673**
mignon, *voir* grenadin
mignonnette 306, **673**
Mignot **673**
mignot (fromage) **674**
mijoter **674**
mijoteuse **674**
mikado **674**
mil, *voir* sorgho
milanais **674**
milanaise (à la) 225, **674,** 743, 756, 758, 782, 998, 1084
milanaise (sauce) 772
milk stout, voir stout
milk-shake 135, 174
millas **674**
Mille Colonnes (café des) **674**
mille-feuille 575, **674-676,** 753, 916
Miller (Henry) 1114
millésime **676**
millet **676,** 1032
millière 51
mimolette **676**
mimosa **676**
mincemeat 504, **676**
mincepie 577, **676-677**
minervois **677**
minestrone **677,** 787, 1013
mingaux 165
mint julep **677**
mint sauce **677**
minute 961
mique **677,** 788, 876
Mirabeau 131, **677**
mirabelle 38, 305, **678**
Mirbeau (Octave) 409
mirepoix 66, 608, **678,** 739, 823, 892, 1021, 1056
mirin 589, *voir aussi* saké
mirliton **678**
miroir, *voir* nappage
miroton 130, 574
Mischbrot **678**
mise en place **678**
miso 589, **678**
mistelle **678,** 1092
mititei 917
mitonnée 165
mitonner **678**
mixed grill **678**
mixeur **678**
mochi 590
mode 130, 228, 322, **679,** 1067
béarnaise (à la) 1062
de Metz (à la) 1030
d'Uzès (à la) 259
moderne (à la) **679**
moelle osseuse 38, 134, 140, 145, 146, 209, 365, 630, 654, **679,** 878, 916, 951, 1074, 1091
mogette 1091, *voir aussi* haricot à écosser
moghrabié 617
moïna **679**
moka 183, 515, **679,** 1078
mole 670, 800
poblano 672, **679**
poblano de guajolote 269, 400
mollusque 37, 105, 115, 140, 190, 424, 505, **679,** 697, 859, 944, 971, 1106
molokheya 420
mombin **679**
Monaco **679**
monaco, *voir* tango
monbazillac **680,** 789
monder 430, **680,** 782
des tomates 680
monégasque (à la) **680**
mongetado 608
monjetada 921
Monnier (Henri) 243, 404
Monselet (Charles Pierre) 137, 185, 188, 448, 512, 624, **680,** 764, 784, 837
Montagné (Prosper) 314, 372, 526, 534, 608, 658, **680,** 681, 764, 771, 862
montagne-saint-émilion 143
montagny **681**
Montaigne (Michel de) 448
Montbazon **681**
mont-blanc **681**
Mont-Bry **681,** 986, 997
mont-des-cats 467
mont-d'or 487, **681,** 1079
mont-dore **681**
monter **681**
Montfermeil 932
Montglas **681**
monthélie **681**
montillo 436
montlouis **681,** 1058, 1059
Montmartre (vins de) **681**
Montmorency 137, 139, 365, 516, **681**
Montpensier 516, **682**
montrachet **682**
montrachet (vin) **682**
montravel **682**
Montreuil **682**
Montrouge 361, 362, **682**
montségur **682**
moques **682**
Morand (René) 680
morbier 487, **682**
morey-saint-denis **682**
morgon **682**
morille 75, 134, 239, 512, 574, 592, 679, **682-684,** 732, 852, 946, 968, 1109
Mornay 291, 325, **684,** 816, 951, 984, 1057, 1068, 1106, 1112
morokil 92
mortadelle **684**
Morteau 955
mortier 420, **684**
mortification 658
morue 16, 30, 74, 82, 92, 160, 161, 164, 165, 179, 333, 361, 435, 438, 440, 441, 466, 607, 608, 630, **684-686,** 705, 714, 801, 843, 864, 865, 876, 936, 1004, 1077, 1091
Morvan 406, 593, 686, 850, 964
morvandelle (à la) **686**
mosaïque **686**
moscatel 845
moscovite **686**
moscovite (à la) **686**
motelle **687**
mothais **687**
mou **687**
mouclade **687,** 1091
mouflon 522, 659, **687**
mouiller **687**
moulage **687**
moule 67, 140, 163, 164, 172, 608, 648, **687-688,** 712, 717, 998, 1068, 1077, 1091
ébarber une 688
moule (ustensile) **688-689**
mouler **689**
moulin **689**
Moulin de la Grande Pinte (le) 665
Moulin de Javel (le) **690**
moulin-à-vent **690**
moulis **690**
Mourier (Léopold) 480
mourtayrol 74
moussaka 544, **690,** 1077
mousse 273, 462, **690-692**
mousseline 118, 449, 450, **692,** 733, 874
mousseline (pomme de terre) 837
mousseline (sauce) 922, 951
mousseron **692,** 968, 1066
mousseux **692**
moût **692**
moutarde 138, 400, 574, 582, 589, **692-693,** 908, 926, 951, 1036
moutarde (sauce) 951
moutardier **693**
mouton 41, 89, 90, 144, 216, 234, 242, 245, 246, 301, 330, 332, 385, 416, 420, 426, 448, 462, 477, 521, 524, 533, 538, 543, 554, 559, 576, 578, 580, 590, 609, 617, 647, 650, 659, 687, 690, **693-694,** 695, 700, 702, 714, 786, 796, 806, 822, 845, 861, 864, 876, 886, 921, , 967, 972, 979, 990, 1039, 1073, 1077
Mouton blanc (le) 178
mouton-rothschild 142
mouvette **694**
Moyen-Orient 53, 66, 154, 160, 182, 355, 522, 559, 594, 672, 693, **695,** 806, 878, 912, 937, 958, 966, 976, 1042, 1076
Mozart **695**
mozzarella 176, 584, **695,** 807, 1052
muffin **695**
mulet **695**
mulet (poisson) 140, 332, 332, **696**
mulligatawny 576, **696**
mung dal 379
munster ou munster-géromé 39, 521, **696,** 907
Murat (Joachim) 539
Murat **696**
murçon 385
mûre 312, **696,** 911
murène **696**
murfatlar **696**
Murger 185
murghi tanduri 1025
murbi biryani 578
murbi tandouri 578
murol 75, **696**
murolait **696**
musc **696**
muscade 634, **696,** 887
muscade (beurre de) 696
muscadelle 142
muscadet 624, **697**
muscadine 1070
muscat **697,** 1028
muscat (vin) 40, **697,** 886, 921
museau **697,** 739, 752
musigny **697**
musqué **697**
mussel broth 688
Musset (Alfred de) 185, 404, 665, 892

mustard sauce 945
mutton broth 693, 845
mye **697**
myrte **697**
myrtille 625, **697,** 1030
mysost **697**
mytiliculture 687

N

naan **698**
nabemono 589
nage 326, 418, 572, **698,** 916, 1072
naissain, *voir* huître
nakypliak 1078
nalesniki 500, **698-699,** 827
namprik phao 1042
Nanette 102, **700**
nantais **700**
nantais (gâteau) **700**
nantaise (à la) 165, **700**
Nantes 787
Nantua 273, 486, **700,** 853, 876, 901, 960, 1015, 1048
Nantua (sauce) 41, 951, 1036
Napoléon Ier, empereur des Français 192, 235, 242, 392, 394, 411, 431, 539, 600, 1007, 1057
Napoléon III, empereur des Français 193, 372, 409, 440, 492, 534, 554, 600, 654, 660, 1011, 1019
napolitain 475, **700**
Napolitain (café) **700**
napolitaine (à la) 633, **700,** 807, 880
nappage **700**
napper 207, **700**
nard **700**
nashi **700**
nasi goreng **700**
nasi kuning **700**
natto 982
navarin 574, **700-702**
navet 11, 165, 197, 580, 590, 692, **702-703,** 872, 933, 995
navette **703,** 865
navette (gâteau) **703**
n'dole 17
nebbiolo **703**
nectar **703**
nectarine et brugnon **703-704**
nèfle 332, **704,** 705
du Japon **704**
nègre en chemise **704**
neige **704**
de Florence 704
nélusko **705**
nem **705,** *voir aussi* pâté impérial
Nemours **705**
Nemrod **705**
néroli **705**
nerto 697
Nerval (Gérard de) 178, 665
Nesselrode 319, **705,** 869
Nestlé (Henri) 268
neuchâteloise (à la) 138
neufchâtel 492, **705,** 717
Néva (à la) **705**
Newburg 564, **705**
Newburg (sauce) 291
New-England boiled dinner 440
Ney (maréchal) 242
nhoam 192
nhung dâm 1098
nicci 332
Nice et pays niçois **705,** 731, 756, 805, 887, 888, 981, 992
nickel **705**
niçoise (à la) 21, 67, 705, **706,** 731, 798, 932
nid (au) **706**
nid d'abeille **706**
nid d'hirondelle 319, **706**
nielluccio 333
nigelle **706,** 873
Nignon (Édouard) 599, **706**
nigri **706**
nimono 589
niniche 141
Ninon 607, **706**
niolo 333, **706**
nitrate **706**
Nivernais et Morvan 465, **706,** 895, 964
nivernaise (à la) **706**
nkui 18
nocciata 895
Nockerln 72
Noël (cuisinier) **706**
Noël (fête) 75, 175, 280, 334, 366, 380, 389, 396 , 400, 478, 487, 514, 576, 577, 592, 676, **707,** 714, 757, 837, 865, 877, 894, 895, 903, 927, 977, 1004, 1055, 1070, 1078, 1091, 1095
Noël Peter's **707**
noisette 218, 260, 475, 569, 663, **707-708,** 846, 860, 862, 934
noisette (beurre) 110, **708,** 882, 1003
noisette (viande) 24, 260, **708,** *voir aussi* grenadin
noisettes (pommes) **708**
noix **708,** 1086
d'entrecôte **710**
noix (fruit) 52, 218, 362, 384, 394, 399, 402, 472, 475, 569, 608, 643, **708-710,** 764, 876, 908, 1032, 1058, 1059, 1062
du Brésil **709**
de cajou **709**
de coco 163, 302, 315, 320, 578, 639, **709,** 753, 1020, 1042
de ginkgo **710**
de macadam **711**
de pecan ou pacane 174, **711,** 794, 1027, 1030
du Queensland, *voir* noix de macadam
nonnette **711**
nonpareille **711**
noque **711**
Nord-Pas-de-Calais 344, 392, 465, 518, 537, 558, 650, 668, 673, **711-713,** 728, 791, 815, 1027, 1032, 1051, 1066, 1080, 1092
nori 586, **711**
norma (alla) 633
normande **711**
normande (à la) 95, 139, 148, 339, 354, 446, **711,** 716, 734, 985, 1054
normande (sauce) 951
Normandie 47, 138, 168, 192, 193, 282, 299, 356, 394, 407, 444, 507, 536, 599, 618, 623, 674, 705, 714, **716-717,** 777, 792, 838, 943, 1071, 1082
norme de produit **714**
Norvège 79, 376, 508, 555, 563, **714,** 893, 895, 960, 981, 1071
norvégienne (à la) **714**
Nostradamus (Michel de Nostre-Dame ou) **714**
nougat 309, 385, 435, 695, **714-715,** 806, 864, 865, 919, 1059
nougatine 344, 360, **715**
nouilles 48, 265, **715,** 761, 944, 1003, 1078, 1087, 1098
confectionner des 715
nouillettes 968
Nouvelle Athènes (la) 888
nouvelle cuisine **718,** 1022
Nouvelle-Zélande 126, 229, 430, **718**
noyau **718**
Nudln 72
nuits-saint-georges **718**
nulle **718**
nuoc-mâm **718,** 771, 917, 1098
nuoc tuong 1098
Nylon **718**
Nyoiti (Sakurazawa, dit Oshawa) 634
Nyons 731



oatcake 161, 189, 577
obiad 826
occitane (à l') 439, 1039
Océanie 284
octaphodi stifado 282
œil-de-perdrix **719**
œillette 569, **719**
œnologie **719**
œuf 90, 167, 201, 235, 250, 323, 352, 376, 407, 414, 438, 444, 453, 478, 511, 593, 654, **719-720,** 732, 759, 760, 772, 862, 877, 947, 1118
brouillé 69, 89, 92, **720**
en cocotte **720-721**
à la coque **721,** 966
dur 676, **721,** 827, 1066, 1091
filé **721**
frit **722**
au miroir **722**
mollet 706, **722,** 741, 790, 1057
moulé **723**
sur le plat 672, **723,** 741, 913, 1056
poché 554, 686, 706, **723-724,** 741, 790, 914, 995, 1036, 1057, 1057, 1066
pocher des œufs 723
poêlé **724**
œufs de cane 724
œufs de cent ans **724**
œufs au lait **724**
œufs à la neige **724-726**
confectionner des 726
œufs de poisson 222, 328, 420, 439, 544, 582, 628, **726-727,** 860, 979, 1026
Offenbach (Jacques) 372
office **726**
oie 38, 140, 141, 309, 310, 334, 434, 470, 473, 510, 577, 608, 609, 656, 690, **726-727,** 744, 752, 760, 788, 827, 895, 895, 899, 1012, 1069, 1107
sauvage 522
oignon 39, 44, 53, 140, 281, 347, 398, 438, 524, 541, 543, 549, 574, 608, 629, 630, 631, 637, 712, **728-729,** 786, 859, 999, 1003, 1027, 1057
oille 850
oiseau **730**
oiseau sans tête **730**
ojo de liebre *voir* tempranillo
okrochka **730**
oléagineux **730**
oligoélément 580, 642, **730**
olive 52, 246, 332, 384, 395, 568, 608, **730-731,** 805, 863, 864, 941, 1026
olive de mer **731**
Oliver (Raymond) **731**
olivet 226, **731**
cendré **731**
olivier 705, 730

ollada 921
olla podrida 435, **731**
Ombiaux (Maurice des) 42, 397, **732**
omble chevalier **732,** 968, 1071
ombre **732,** 1071
ombrine 637, **732**
omelette 75, 92, 141, **732-734,** 811, 851, 1055
norvégienne 714, 733, **734,** 918
surprise **734**
onglet 132, **734**
Onox (Masakichi) **734**
oolong, voir thé
Opéra **734**
opéra (gâteau) **735**
or 413, **735**
oranais **735**
orange 118, 197, 300, 312, 377, 446, 526, 539, 566, 639, 642, 649, 705, **735-739,** 929, 936, 980, 1025, 1067
orange pekoe, voir thé
orangeade **739**
orangeat **739**
orangine 508
oreille 486, **739-740,** 932
oreiller de la Belle Aurore **740**
oreillettes 609, 865, **740**
organoleptique **740**
orge 113, 347, 598, 631, 639, **740,** 827, 967, 1114
mondé 594
soupe à l', *voir* scotch broth
orgeat 435, **740**
orgie **740**
Orient 79, 154, 300, 328, 428, 460, 3978, 468, 538, 598, 628, 696, 704, 730, 798, 827, 924, 943, 1118
orientale (à l') **741,** 906
orignal 195, 422, **741**
Orléanais 226, 490, 731, 807, 1034, 1091
orléanaise (à l') **741**
Orléans (Philippe Ier, duc d') 99
Orléans 331, **741**
Orloff 575, **741,** 1087
Orly **741**
ormeau **741**
oronge **742,** 846
orphie **742**
ortie **742**
ortie de mer 865
ortolan 140, 510, 522, **742**
os **742**
os (à l') 586
oseille 35, 264, 489, 521, **742,** 872, 951, 961
de Guinée 533, **743**
osmazôme **743**
ossau-iraty **743,** 92
osso-buco 175, **743,** 914, 1013
Ostertorte 761
ouananiche **743**
ouassou 351, **743**
oublie 357, 397, 518, **743,** 775, 807
Ouest 1027, 1066
ouidad **743**
ouillage **743**
oulade 74
ours 265, 522
oursin 362, 367, 505, 721, **744**
oursinade 744, 999
oursinade (sauce) 744, 951
ourteto **744**
outarde **744**
ouzo 455, 543, **744**
oxtail **744,** 845
oyonnade **744**
oyster soup 576
Ozanne (Achille) 526, **744**

P

pacherenc-du-vic-bilh 472, 510, 511, **745,** 872
paczki 827
pa d'ous **921**
paella 94, 272, 435, 605, 688, **745,** 904, 924
pageot **745**
pagre **745**
Paillard 419, 521, **745,** 776
paillasson 630
paille **746**
paillette **746**
pain 33, 39, 73, 79, 80, 152, 161, 177, 193, 235, 243, 265, 282, 302, 320, 365, 370, 377, 380, 399, 411, 431, 441, 443, 460, 463, 463, 468, 480, 493, 544, 547, 568, 574, 576, 578, 593, 616, 617, 672, 678, 695, 698, **746-749,** 750, 756, 757, 758, 773, 777, 786, 792, 806, 826, 843, 869, 877, 886, 887, 913, 919, 927, 941, 967, 968, 969, 977, 979, 981, 989, 991, 998, 1032, 1050, 1078, 1098
brioché 1004
au chocolat **749,** 1098
de cuisine **749**
d'épice 49, 116, 248, 711, **749-750,** 824, 895, 971
de Gênes **750**
au lait **750,** 1098
de mie 362, **750**
de Nantes **750**
d'orge 1012
perdu 663, **750-752**
pita 448
de poires **752**
aux raisins **752,** 1098
de sucre 1008
surprise (évider un) 443
pak-choï 276
Pakistan, *voir* Inde et Pakistan
palais **752**
Palatschinken 72
Palay (Maximin, dit Simin) 141, **752**
palée **752**
paleron **752**
palet **752**
paletot **752**
palette **753**
palette (viande) **753,** 840, 841
Palissy (Bernard) 445
palme 163
palmier 408, **753,** 924
palmier (gâteau) **753**
palmier-dattier 382, 1006
paloise (à la) **753**
palombe 140, 510, **753,** 797
palourde 164, 717, **754**
pamplemousse et pomelo **754-755**
pampouchki 919
panaché **755**
panacher **755**
panade **756,** 874, 999
panais **756**
pan-bagnat **756,** 941
pancake 174, 441, **756**
pancetta **756**
paner **756**
à l'anglaise 756
paneterie **757**
panetière **757**
panetière (à la) **757,** 984
panettone 584, **757**
panier **757**
panier (en) 234
panification 660
panini **757**
panne **757,** 870
pannequet **757**
panoufle **758**
panse 141, **758**
pansotti 582
panure **758,** 974, 1084
panzarotti 333
panzetta 333
paon 371
papatzul 1056
papaye 192, 266, 302, 672, **758,** 1091
papet **759,** 1015
papeton **759**
d'aubergine 864
papier **759**
papillote **759-760,** 916, 1069, 1076
faire une 759
papillote (bonbon) **760**
Papin (Denis) **760**
pappardelles 772, *voir aussi* tagliatelles
paprika 429, 536, 566, 567, **760,** 842, 1050, 1120
paprikache 566, **760**
Pâques
75, 511, 514, 598, 719, **760,** 764, 894, 919, 920, 1095
paraffine **761**
Paraguay et Uruguay **761**
Paré (Ambroise) 636
parer **761**
parfait **761**
parfait amour **761**
parfumer **761**
paris-brest 574, **762-763**
parisien 359, 360, **762**
parisienne (à la) 170, 195, 250, 532, 572, 574, 575, 743, **762,** 790, 853, 962
parkins 576
Parmentier (Antoine Augustin) 372, 553, 574, **762,** 833
parmentier 686
parmigiano reggiano (parmesan) 492, 581, **764,** 826, 1056
partir (faire) **764**
parures **764**
pascaline **764**
pascalisation **764**
paskha 500, 761, **764,** 919
passer **764**
à l'étamine et au chinois 765
passereau 35, 99
passoire **765**
pastelas 593
pastèque 420, **765**
pasterma 521, 672, **765,** 1077
Pasteur (Louis) 54, **765,** 1104, 1117
pasteurisation **765**
pasteurisé **765**
pastilla 650, **765,** 886
pastillage **766,** 1008
pastille **766**
pastis (boisson) 49, 168, 658, **766,** 786
pastis (gâteau) **766**
gascon 511
landais 141
périgourdin 788
pastizzi 333
pastry 576
patate douce 163, 516, **766**
patatez frikez 165
pâté 51, 164, 188, 329, 333, 488, 523, 598, 648, 705, 740, **766-770,** 826, 990
de canard 712
de Chartres 990

en croûte 423, 631, 761, 768, 771, 805, 1013, 1055
de foie 921
aux fruits 969
impérial **771**
pantin **771**
de Pézenas 219, 504, 609, **771**
pâte (en) 322, 588
pâte d'amande 230, 309, **770**
pâte de fruits 300, 309, 331, 412, 631, **770-771,** 991
pâtes alimentaires 31, 38, 94, 203, 290, 336, 371, 581, 593, 612, 633, 677, 700, 715, **771-772,** 826, 888, 895, 967, 977, 979, 1020, 1002, 1048, 1055, 1092
pâtes de cuisine et de pâtisserie 168, 314, **773-774,** 878, 894, 911, 917
à baba 965
à beignet 773
à biscuit 892, 899, 1049
à brioche 860
briochée 1032
brisée 773, 838, 923, 1027, 1032
à choux 334, 397, 409, 416, 534, 577, 762, 773, 787, 826, 859, 860, 862, 870, 893, 926, 937, 979, 1024, 1056
confectionner une pâte sablée 774
feuilletée 35, 39, 537, 674, 678, 735, 746, 753, 765, 773, 870, 893, 926, 970, 1024, 1027, 1032, 1057, 1074, 1110
à foncer 774, 1024
à frire 773, 774
à gaufres 743
à génoise 521
meringuée 1006
à pain 748, 807, 860
à pâté 768
sablée 773, 774, 923, 1027, 1032
à savarin 647, 1024
patelin 991
pâtisserie 39, 75, 93, 116, 141, 153, 165, 189, 242, 255, 272, 320, 328, 328, 333, 344, 359, 382, 385, 407, 415, 416, 425, 441, 452, 465, 476, 478, 487, 488, 500, 512, 517, 520, 526, 544, 547, 575, 595, 598, 601, 622, 625, 636, 652, 661, 673, 674, 682, 686, 689, 695, 696, 700, 708, 710, 717, 737, 750, 752, 755, 766, 770, 773, **774-776,** 777, 790, 795, 806, 808, 810, 827, 830, 834, 837, 838, 859, 860, 862, 867, 870, 873, 883, 885, 893, 895, 898, 903, 907, 912, 926, 937, 974, 977, 979, 1005, 1012, 1022, 1025, 1024, 1027, 1032, 1040, 1054, 1055, 1059, 1073, 1076, 1077, 1080
pâtisson 776
patranque 204, 500, 1054
patrimonio 333
patte 9, **776,** 880
patudo 1045
pauillac 142, **776**
paulée 776
paupiette 511, 573, 730, **776**
pauvre homme (à la) **776**
pavé 777
pavé (charcuterie) **777**
pavé (viande) **777**
pavé d'Auge 777
Pavillon d'Armenonville (le) 680
Pavillon de l'Élysée (le) 745
pavot 777, 895
pays d'Auge 674
paysanne 226, **777,** 847, 985, 1021, 1084
Pays-Bas 17, 161, 173, 181, 219, 351, 419, 424, 520, 526, 534, 550, 562, 578, 598, 614, 676, 687, 700, 707, 728, 761, **777,** 899, 1100
peanut butter 180
pecan pie 440, 794
pécharmant 778, 789
pêche 305, 435, 608, **778-781,** 920, 936, 954
Melba 435
pecorino 780, 979
pectine 16, **780**
pékinoise (à la) 276, **780**
pekoe, *voir* thé
pélardon 385, 609, **782**
peler 782
un agrume 27
Pellaprat (Henri Paul) **782**
pelle 782
pelmieni 782, 919
pelure d'oignon 782
pemmican 782, 970
Pénélope 780
pennes 772
pepe supi 18
pépin 428
pepino 782
peppermint 782
pepper pot 824
pequet 782
perce-pierre, *voir* criste-marine
perche 74, 384, 630, **782,** 968, 969, 1058, 1059
percolateur 782, 918
Perdiccas 377
perdreau et perdrix 74, 250, 301, 448, 486, 522, 711, 714, 717, 730, **783-785,** 789, 806, 827, 921, 990, 991, 933, 969, 979, 1040
Père Lathuile (le) 575, **784,** 1114
Pérignon (dom Pierre) 146, 239, 784
Périgord 186, 360, 424, 450, 467, 538, 618, 677, 786, **788-789,** 981, 1057, 1068
périgourdine (à la) 81, 98, 188, 470, **786,** 788, 853, 1061
périgourdine (sauce) 786
Périgueux 786
Périgueux (sauce) 786, 951, 995
perlin 1015
pernand-vergelesses 786
Pérou 206, 234, 262, **786,** 793, 805, 833, 1024, 1051, 1078
Perrault (Charles) 710
perroquet 786
persane (à la) **786**
Perse 430, 459, 854
persil 53, 264, 546, **786,** 787
persillade 787
persillé 787
persillé (viande) **787,** 795
persillé des Aravis 787
persillée 787
pèse-sirop 787
pessac-léognan 142, **787**
pesto 582, **787,** 798
pétafine 787
pet-de-nonne 487, **787,** 919
pétéram 609
pétillant 787
petit-beurre 787
Petit Chalet (le) 120
petit déjeuner 161, 174, **787**
petit-duc 188, **790**
Petite Auberge (la) 120
petite marmite 636, **790,** 841
petit-four 12, 79, 145, 153, 171, 189, 201, 212, 315, 323, 410, 463, 505, 639, 674, 678, 705, 739, 746, 752, 753, 770, **790,** 1002, 1032, 1054, 1056, 1061, 1073, 1076
petit-gris 432, 434
petit-lait 791, 899
Petit Maure (le) **791,** 924
petit pois 165, 291, 574, 629, **791,** 817, 927
Petit Rocher (Au) 403
petit salé 791, 841
petit-suisse 717, **792**
Petit Véfour (le) 539
petit verdot 142
pétoncle 698, **792**
pétrin 792
pétrir 792
pétrissage 748
Pétrone 1066
pé-tsaï 276
petticoat tails 576
pezize 792
Pfefferkuchen 749, 824
pflutters 792
Pharamond 592
Philadelphia pepperpot 440
Philippe 636, **793**
Philippe II Auguste, roi de France 166, 554, 757
Philippe IV le Bel, roi de France 54, 153
Philippines 679, 709, 710, 1050
pho 1098
phoque, *voir* loup marin
phosphate 793
phosphore 793
physalis 793
pibale 93, 140
Pic (André) 411, **793**
picadillo 441
picadou 789, 907
Picardie 78, 351, 465, **793,** 910
Picasso (Pablo) 293, 335, 1051
picaussel 74
piccalilli 793
piccata 582, **793**
Pichelsteiner Fleisch 33
pichet 793
picholine 731
Pichon (Jérôme) 663
pickelfleisch 964
pickles 292, 338, 454, 506, 576, 589, 648, 776, **794,** 964, 1081
picodon 385, **794,** 865
picoussel 75
picpoul-de-pinet 794
pie 794-795
pièce montée 163, 360, 463, 646, **795**
pièce parée 795
pied 123, 141, 389, **795-796**
de mouton 1077
de porc 717, 776, 843, 876, 933, 1119
de veau 717, 969
pied-bleu 797
pied-de-mouton 239, 489, 573
pieds et paquets 9, 694, **796,** 865
Piémont 1068
piémontaise (à la) 67, 136, 266, 476, 532, **797,** 826, 1048, 1084
Pierre Ier le Grand, tsar de Russie 919
pierre-qui-vire 797
Pierroz (Roland) **797**
pieuvre 282
pigeon et pigeonneau 343, 344, 398, 753, 765, **797-799,** 806, 920, 921, 1107
pigeon ramier 797
pignole 951
pignon 333, 359, 569, **798,** 992
pignoulat 865

pigouille **798**
pilaf 282, 544, 593, 695, 786, **798,** 800, 885, 904, 906, 1076
pilchard 576, **800**
pili-pili **800**
pilon 420, **800**
pilon (viande) **800**
pilpil **800**
pils ou pilsen **800**
pimbina **800**
piment 92, 112, 429, 435, 559, 569, 672, 760, 800, **800-801,** 824, 872, 917, 1019
d'Espelette 92
de la Jamaïque **801**
pimenton 272
pimpiolet 23
pimprenelle **801**
pince **801**
pinceau **801**
pincée **801**
pincer 390, **802**
pineau 246, 678
des Charentes 468, **802,** 887, 1104
pinnekjøt 714
pinot 473
blanc 40, **802**
gris 40, **802**
noir 40, **802**
pintade 384, **802-804,** 921, 1059, 1107
pinyata 921
piperade 92, **804,** 824
piquant **805**
pique-fruit **805**
pique-nique **805**
piquer **805**
piquette **805**
pire (sauce de) 822
pirojki 193, 463, **805,** 826, 919, 1118
pirot 822
pis **805**
pisco **805**
pishies 282
pissaladière **805,** 864
pissalat **806,** 864
pissenlit 262, 631, **806,** 928, 933
pistache 79, 419, 541, 569, **806,** 841, 1015
de terre 53, 180
pistache (apprêt) 426, 783, **806,** 921
pistole **806**
pistolet **806**
pistou 26, 225, 685, 705, **806,** 864, 999
pita **806**
pitahaya **806**
pithiviers **806,** 990
pithiviers (fromage) **807**
pitta 544
piverunata 333
Pizarro (Francisco) 833
pizza 581, 731, **807,** 977, 1051
pizzaiola 582
placali 18
plaisir **807**
planche **807**
planked meat 440
Plantagenêt **807**
plantain **807**
plantain (banane) 82, 859
plante aromatique 45, 47, 49, 56, 154, 209, 217, 229, 282, 287, 328, 376, 439, 454, 521, 561, 573, 623, 649, 661, 664, 786, 910, 944, 958, 975, 1046, 1092
plantes marines 32, 596, 711, **808,** 937
planteur 870
plaque **808**
de cuisson **808**
vitrocéramique **808**
plaquer **809**
plastique **809**
plat **809**
plat (mets) **809**
plat de côtes **809**
plateau **809**
Platina (Bartolomeo Sacchi, dit Il) 406, 623, **809**
pleurote **809**
plie **810**
cynoglosse **810**
Pline l'Ancien 911
plissage en aumônière 70
Plockwurst 956
plomb 508
plombières 350, 529, **810**
pluches **810**
plum-cake 576, **810**
plumer **810**
Plumerey 210, 624
plum-pudding **810**
Plutarque **810**
pluvier 730, **810**
poche à douille 334, **810**
pocher **811**
pocheteau **811**
pochon **811**
pochouse 655, **811**
poêle **811**
poêler **812**
poêlon **812**
pogne 384, **812**
poids et mesures **812**
point (à) **812**
Point (Fernand) 411, **812**
pointe **813**
pointe d'asperge 51, 734, 790, 791, 878, 1050, 1092
poire 50, 510, 248, 260, 305, 410, 467, 541, **813-815,** 936, 970, 980, 992, 1034, 1059
des Indes, *voir* goyave
poire (viande) **815**
poiré 455, **815**
poireau 347, 465, 473, 712, 759, **815-816,** 986, 991, 999, 1038, 1074, 1076, 1096
poirée 209
poirier 51
pois
d'Angola **816**
cassé 777, **816,** 926
chiche 294, 332, 340, 343, 435, 448, 452, 568, 577, 614, 695, **816,** 976, 981
gourmand **817**
vert 926
poisson 12, 27, 35, 38, 39, 44, 47, 50, 65, 74, 79, 84, 86, 87, 90, 93, 106, 122, 124, 135, 138, 139, 148, 154, 163, 165, 171, 173, 179, 204, 209, 214, 217, 221, 234, 235, 245, 251, 252, 265, 278, 283, 284, 291, 300, 301, 314, 315, 318, 322, 323, 325, 328, 333, 334, 336, 339, 340, 340, 344, 382, 383, 384, 386, 399, 414, 420, 423, 428, 429, 431, 435, 439, 450, 451, 454, 462, 463, 467, 489, 506, 509, 511, 519, 520, 527, 530, 532, 536, 544, 546, 549, 553, 554, 555, 566, 576, 577, 578, 582, 589, 592, 593, 595, 601, 604, 605, 608, 618, 619, 620, 622, 623, 624, 625, 628, 629, 630, 631, 634, 637, 643, 648, 650, 655, 656, 660, 668, 669, 670, 684, 687, 692, 696, 698, 712, 714, 716, 718, 732, 741, 742, 743, 745, 749, 752, 761,782, 789, 810, 811, **817-822,** 827, 843, 851, 862, 865, 871, 880, 887, 894, 913, 914, 917, 919, 921, 923, 927, 938, 939, 942, 943, 944, 947, 948, 951, 958, 962, 964, 969, 970, 976, 979, 981, 982, 991, 1003, 1003, 1004, 1015, 1018, 1020, 1020, 1025, 1034, 1045, 1048, 1054, 1059, 1068, 1070, 1073, 1074, 1076, 1090, 1097, 1106, 1112, 1118, 1119
habiller une sole 818
lever les filets d'un poisson rond 817
poisson d'avril **822**
poissonnière **822**
poitevine (à la) 619
Poitou 148, 188, 234, 546, 556, 592, 618, 687, 726, 760, 798, **822,** 1064, 1091
poitrine 24, 448, 694, **822,** 841, 1087, 1091
poivrade 260, **823,** 824, 891, 952
poivre 134, 473, 673, 689, **823-824,** 960
vert 198, 201
poivré **824**
poivron 339, 438, 741, **824-826,** 970
beurre de 627
Pojarski **826,** 960, 1084
polao 578
polenta 332, 549, 581, **826,** 865, 967, 968, 974
Polignac (marquis de) 313
Polignac **826**
polka **826**
Polo (Marco) 529, 772, **826,** 984
Pologne 115, 138, 268, 359, 378, 470, 550, 573, 594, 698, 805, **826-827,** 833, 867, 941, 1060
polonaise **827**
polonaise (à la) 64, 170, 279, 359, **827,** 939
polyéthylène **827**
Polynésie 54, 255, 709, 710, 1026
polypore **827**
pombé 992
pomelo 1025
pomerol 142, 143, **827**
Pomiane (Édouard Pozerski de) 313, 372, **827,** 895
pommard **827**
pomme 102, 255, 282, 305, 339, 380, 386, 444, 465, 466, 472, 510, 547, 649, 716, 771, **827-832,** 870, 952, 970, 984, 1005, 1012, 1030, 1032, 1034, 1059, 1097
pomme de cajou **832**
Pomme de Pin (la) **832,** 1034
pomme de terre 38, 74, 384, 574, 712, 789, 165, 226, 235, 251, 266, 300, 361, 362, 372, 382, 383, 386, 398, 410, 412, 431, 434, 453, 455, 468, 507, 508, 512, 521, 532, 567, 576, 580, 593, 613, 625, 629, 632, 681, 708, 741, 746, 753, 756, 759, 786, 792, 802, **832-837,** 838, 843, 872, 907, 908, 916, 933, 943, 961, 965, 966, 968, 975, 976, 991, 995, 999, 1004, 1006, 1012, 1028, 1080, 1096, 1097, 1107
-céleri **837**
Pompadour (Jeanne Poisson, marquise de) 105, 599, 777, **837,** 903, 982, 1057
pompe 75, 168, 705, **837**
à l'huile 865
Ponchon (Raoul) 409, **837**
pont-l'évêque 717, **838**
pont-neuf 836, **838**
pont-neuf (gâteau) **838**

pop-corn 638, **838**
popoï 1020
porc 39, 66, 74, 78, 88, 90, 140, 141, 164, 216, 235, 245, 293, 309, 330, 332, 334, 355, 370, 414, 415, 424, 459, 462, 477, 486, 487, 506, 531, 547, 559, 578, 585, 588, 590, 595, 609, 612, 620, 625, 625, 629, 695, 697, 739, 753, 768, 769, 791, 796, 788, 809, 813, 823, 827, 830, **838-842,** 876, 895, 899, 901, 911, 917, 932, 941, 954, 979, 990, 1002, 1012, 1039, 1040, 1058, 1065, 1091, 1091, 1094, 1098
porcelaine **842**
porcelet 840
porché 165
porchetta 865
porée **842**
pork and apple pie 794
pörkölt 566, **842**
pormonier 968
poronkäristys 463
porridge 161, 576, **842,** 895
portefeuille (en) **842,** 1084
porte-maillot 127, **843**
porteur d'eau **843**
porto 201, 408, 446, 577, **843**
Porto Rico 876
Port-Salut **843**
portugaise (à la) 824, **843,** 986
Portugal 160, 190, 204, 294, 343, 382, 408, 618, 636, 684, 687, **843-845,** 886, 975, 1007, 1105
pot 365, **845**
potage 138, 177, 190, 346, 365, 376, 382, 416, 430, 431, 452, 477, 488, 512, 521, 574, 593, 596, 604, 625, 631, 636, 647, 705, 706, 730, 744, 758, 842, **845-848,** 887, 942, 966, 998, 1026, 1056, 1088, 1096
potassium **848**
pot-au-feu 136, 141, 292, 294, 343, 435, 547, 561, 585, 593, 594, 634, 634, 636, 679, 702, 731, 790, 809, 827, **848-849,** 854, 869, 967, 992
potée 74, 105, 302, 416, 463, 486, 509, 556, 625, 753, 759, 809, 840, **850,** 969, 1013, 1065
Potel et Chabot 84, **850**
poterie à feu **850**
potiron 243, 384, 440, 510, 516, 541, **850,** 991, 999, 1048
potjevflesch 467, **851**
potted char 732, **851**
potted shrimps 851
pouce-pied **851**
pouding, *voir* pudding
poudrer **851**
pouilly 624
pouilly-fuissé **851**
pouilly-fumé **851,** 965
pouilly-sur-loire **851**
poulamon **851**
Poulard (Annette Boutisut, dite « la mère ») **851**
poularde 50, 51, 69, 81, 165, 384, 394, 395, 486, 490, 538, 631, 705, **851-854,** 890, 893, 926, 1002
poule 450, 467, **854**
  d'eau 522, **854**
  au pot 789, **854**
poulet 75, 93, 164, 165, 211, 226, 254, 384, 398, 487, 533, 574, 575, 578, 585, 608, 617, 631, 638, 646, 696, 700, 717, **854-859,** 921, 969, 1000, 1025, 1059, 1077, 1107, 1112, 1118
    découper à cru un 855
poulette (à la) 242, 688, 796, **859**
poulette (sauce) 952
pouligny-saint-pierre **859**
pouloudig 165
poulpe **859,** 921, 933
pounti 74, 384, **859**
poupelin **859**
poupeton **859**
pourly **860**
pourpier **860,** 928
pousse de bambou 589
pousse-café **860**
pousse-l'amour, voir pousse-café
pousser **860**
poussin 75, 385, **860**
poutargue 582, **860,** 865, 1026
poutine 865
poutringue 385
Prado d'été (le) 293
praboc 192
praire 716, **860**
pralin **860**
praline 309, **861,** 991
praliné 923
praluline 170
précuisson **861**
prélat 516
premières-côtes-de-blaye 143
pré-salé 164, 246, 712, 716, **861**
pressage **861**
presse **861**
pressed beef 414
présure **861**
Prévost (Antoine François Prévost d'Exiles, dit l'abbé) 428
primeurs **861**
primevère **861**
Prince-Albert 132, **861**
princesse 319, **861**
princesse, *voir* pois gourmand
printanière (à la) **861,** 880
prisuttu 333
prix de cuisine **861**
Proche-Orient 49, 414, 693, 1100
Procope (le) 372, 404, 529, **862,** 939
profiterole 319, 409, 434, **862**
progrès 323, **862**
prosciutto **862**
protéine **862**
protocole et étiquette de la table **863**
Proust (Marcel) 383, 636, 638, 903
provençale (à la) 48, 86, 228, 590, 541, 686, 722, 731, 765, 859, **863,** 864, 1040, 1046, 1052, 1084
Provence 27, 83, 89, 96, 104, 148, 154, 160, 174, 180, 190, 219, 331, 432, 450, 454, 478, 669, 684, 704, 705, 715, 731, 744, 757, 772, 796, 806, 837, 860, 863, **864-865,** 877, 885, 887, 890, 912, 917, 958, 1026, 1046, 1066, 1103
provolone 584, **866**
prune 167, 175, 380, 608, 649, 678, 806, **866-867,** 876, 892, 980, 1059
  de Cythère ou pomme Cythère **867**
pruneau 21, 255, 305, 385, 404, 448, 510, 511, 611, 810, **867-868,** 1058
prunelle **868**
Prunier (Alfred) 89, 179, **868**
Prunier-Traktir 868
psalliote 241, **868**
PTFE (PolyTétraFluorÉthylène) **868**
pub **868**
puchero 435, 556, **869**
pudding 576, 577, 593, 594, 748, **869-870,** 904
pudim flan 845
puisseguin-saint-émilion 143
puits d'amour 575, **870**
puligny-montrachet **870**
pulpe de coco 924
pulpette 332
pulque 20, **870**
pumpkin pie 794
punch 135, 167, 287, 577, 595, 805, **870,** 898, 1080
pur **870**
purée 276, 397, 410, 459, 546, 681, 721, 861, **871-872,** 918, 954, 994
  de marron 681, 705
pyramide **872**
Pyramide (la) 243, 373, 813
Pyrénées 507, 520, 580, 594, 636, 646, 682, 732, 743
Pyrénées (vins) **872**
Pyrex **872**
Pyroflam **872**
python 975
pytt i panna 1012

Q/R

quadriller **873**
Quark 974
quarts-de-chaume 51, 624, **873**
quasi **873**
quassia **873**
quatre-épices **873**
Quatre Fils Aymon (les) 1034
quatre-fruits **873**
quatre-quarts **873**
quatre quarts, *voir* poulet
quatrième gamme **874**
Québec 48, 100, 123, 124, 193, 202, 204, 211, 212, 221, 258, 283, 356, 378, 379, 392, 400, 431, 455, 459, 480, 522, 536, 618, 636, 660, 743, 753, 776, 851, 869, 880, 894, 938, 1064
québécoise (à la) 830
quenelle 38, 385, 630, 366, 453, 463, 532, 567, 577, 596, 681, 711, 756, **874-876,** 1078
    préparer des quenelles de poisson 874
Quercy 174, 178, **876,** 907, 1057, 1066
queso **876**
quetsche 866, **876**
queue 744, **876-877**
  de bœuf 75, 561, 562, 1038
  de porc 631, 991
queux 256
quiche 625, **877**
quignon **877**
quincy 624, **877,** 965
quinquina 52, 521, **877**
quintal 38
  d'Alsace 276
Rabelais (François) 45, 266, 428, 512, 602, 832, **877,** 1050, 1058
râble 290, **877**
racahout **878**
Rachel 724, **878,** 933
Racine (Jean) 178
raclette 500, **878,** 1013
raclette (ustensile) **878**
radis **878-879**
radisse 631
raffinage 1008
raffiner **879**
rafraîchir **879**
rafraîchissoir **879**
ragoût 60, 75, 91, 165, 264, 265, 271, 282, 283, 287, 300, 351, 380, 383, 435, 511, 522, 554, 580, 582, 634,

670, 679, 695, 700, 718, 743, 760, 827, **879-880,** 887, 937, 1034, 1040, 1050, 1077, 1091, 1119
ragù 136
Ragueneau (Cyprien) 775, **880**
rahat loukoum 32, *voir aussi* loukoum
raidir 880
raie 101, 713, **880-882,** 933
raifort 882, 952
raifort (sauce au) 912
raiponce 882, 928
raisin 214, 283, 305, 460, 472, 569, 697, 798, **882-884,** 970, 989, 1006, 1025, 1030, 1092, 1100
de Corinthe 219
de Málaga 663
sec 170, 752, 764, 810, **885,** 1055
raisiné 618, **885**
Raisson (Horace-Napoléon) **885,** 975
raita 885, 1118
raïto 865, **885**
raki 176, **885,** 1077
rakija 980
rakorret 981
râle 522, **886**
Raleigh (Walter) 833
ramadan 340, **886,** 894
Ramain (docteur Paul) 792, **886**
ramasse-miettes 886
ramboutan 886
ramequin 486, **886**
ramier 522
Ramponeaux (Jean) **886**
rance 886
rancio 886, 921
ranfañote 786
râpe 887
râper 887
râpeux 887
ras al-hanout 527, 248, 650, **887,** 912
rascasse 332, **887**
rassis 887
rassolnick 827, **887**
rasteau 868, **887**
rastegais 919
ratafia 230, 300, 622, 678, 718, 868, **887**
ratatouille 533, 566, 578, 824, 864, **887,** 1051, 1073
***Rat Mort (le)* 888**
ratte 712
rave 888, 968
Ravet (Bernard) **888**
ravier 888
ravigote 888
ravigote (sauce) 952
raviole 384, 705, 826, **888**
raviolis 72, 582, 658, 772, 782, 865, **888-890,** 979, 1081
rayer 890
razzia chianina 582
rebibes 890, 1012, 1040
reblochon 890, 969
Reboul (Jean-Baptiste) **890**
Reboux (Henri Amillet, dit Paul) 255, 313, **890**
Réchaud 891
réchaud (appareil) **891**
réchauffer 891
rectifier 891
recuire 891
réduction 891
réduire 891
réforme 891
réfrigérateur 891
refroidir 891
régalade (à la) **891**
Régence 891, 902
***Régence (café de la)* 892**
Régence (sauce) 892
régime alimentaire 892
région parisienne 1051
réglementation agroalimentaire 11, 16, 17, 17, 26, 52, 53, 56, 57, 66, 112, 135, 229, 233, 245, 268, 282, 299, 301, 302, 308, 314, 315, 316, 319, 399, 413, 442, 493, 580, 600, 637, 646, 665, 666, 692, 714, 768, 787, 802, 845, 870, **892,** 897, 911, 912, 956, 1008, 1016
réglisse 297, 309, 632, 766, **892,** 609
régnié 892
regrattier 892
reine (à la) 146, 319, 365, **892,** 1052
reine-claude 50, 312, 510, **892**
reine Pédauque 587, 733, 934
reine des prés, *voir* tisane
reine de Saba 892
Réjane 893
relâcher 893
relais et châteaux 893
relevé 893
relever 893
religieuse 893
relish 893
remonter 893
remoudou 893
rémoulade 226, 575, **893,** 952
remuer 893
remueur 893
Renaissance (à la) **893**
Renan (Ernest) 636, 926
Renard (Jules) 700
renne 211, 371, 463, 714, **893**
repas 894
repère 894
reposer (laisser) **894**
reptile 595, 1056
requin 28, 351, 423, **894,** 979, 1020, 1088
réserve 894
réserver 894
restaurant 894
Restaurant de France (le) 411, 1110
Restif de La Bretonne (Nicolas Edme Rétif, dit) 548
rétès 567, **895**
retsina 544, **895**
reuilly 624, **895,** 965
Réunion (la) 14, 18, 351, 543, 800, 824, 914, 1034
réveillon 895
rhinocéros 265
Rhône (vallée du) 413, 506, 550, 655
Rhône (vins) 252, 309, 328, 331, 366, 523, 561, 622, 887, **895,** 927, 1079
rhubarbe 305, 312, 795, **897,** 928, 1031
rhum 47, 76, 202, 414, 516, 549, 856, 870, **897-898,** 922
riame 969
ribera del duero 898
Riche 99, **898,** 984
***Riche (café)* 898**
Riche (sauce) 898
richebourg 898
Richelieu (Louis François Armand de Vignerot du Plessis, duc de) 658
Richelieu 453, 802, **898,** 1057
Richelieu (brioche) 453
richelieu (gâteau) **899**
Richelieu (sauce) 952
ricotta 217, **899,** 974
riesling 39, 40, 276, **899**
rigatonis 772
rigotte
de Condrieu 631, **899**
de Pélussin **899**
rijstaffel 578, 700, 777, **899,** 904
rillauds 50, 51
rillettes 50, 314, 356, 757, **899-900,** 1059
rillons 50, **901,** 1059
rince-doigts 901
rincette 901
Rioja 901
rioler 901
ripaille 901
ris 9, 48, 101, 172, 532, 612, 681, **901-902**
d'agneau 684
de veau 453, 769, 776
risi e pisi 582
risotto 266, 581, 797, **902,** 904, 924
rissole 487, 567, **903,** 969
rissoler 903
Ritz (César) **903**
Ritz (le) 373
rivesaltes 903, 921, 1103
riviera 903
riz 139, 153, 193, 218, 265, 332, 347, 351, 356, 422, 431, 440, 452, 516, 578, 585, 589, 595, 677, 695, 700, 706, 745, 777, 777, 786, 798, 826, 843, 853, 864, 870, 895, 899, 902, **903-906,** 928, 967, 974, 976, 1006, 1018, 1031, 1077, 1080, 1098
basmati 695
gachucha 92
gluant 589, 590, 904, 1098
au lait 845, 906
pilaf 650, 741, 1076
robe des champs (en) **907**
Robert 907, 952
Robespierre (Maximilien de) 665, 892
robot ménager 907
Robuchon (Joël) **907**
rocamadour 907
rocambole 907
Rochambeau 907
Rochefort (Henri de) 185, 888
rocher 907
Rocher de Cancale (le) 403, 409, 411, 646, **907**
rocou 554, 676, **907**
rocroi 907
roedgroed 380, **908**
rœsti 908
rognon 9, 69, 172, 235, 538, 573, **908-910**
d'agneau 1074
de coq 320, 512, 518, 577
rognonnade 625, **910**
rogue, *voir* œufs de poisson
Rohan 910
roll 441
rollmops 712, **910,** *voir aussi* hareng
rollot 713, **910**
rolpens 777
romaine 928
romaine (à la) 188, 532, 720, 749, **910**
romanée-conti 910
Romanov 783, **910**
romarin 910, *voir aussi* tisane
Rome antique 910-911
Romeyer (Pierre) **911**
rompre 911
romsteck 911
ronce 911
rond 911
rond de sorcière, *voir* marasme d'Oréade
rondeau 91, **911**
rônier 138
Ronsard (Pierre de) 178, 1050
Roosevelt (Théodore) 200

roquefort 52, 74, 75, 112, 352, 366, 399, 492, 787, 868, **911,** 934
Roqueplan (Louis Victor Nestor Rocoplan, dit) **912**
Roques (Joseph) **912**
roquette **912,** 928
rosbif **912**
roscovite (à la) 164
rose **912,** 1077
rosé (vin) **912**
des Ryceys **912**
rosette 630, **912**
Rosny (Joseph Henri et Séraphin Justin Boex, dits Rosny aîné et Rosny jeune) 409
Rossini (Gioacchino) 134, 258, 470, 574, 853, **912**
rôt **913**
rotengle **913**
Rothomago **913**
Rothschild (baron de) 210
Rothschild **913,** 997
rôti **913**
Rôti-Cochon **913**
rôtie **913**
rôtir **913**
rôtisserie **914**
rôtissoire **914**
Rouat (Mélanie) 377
rouelle 164, **914,** 1046
Rouen 1012
rouennaise (à la) 196, 198, 716, 721, **914,** 995
rouennaise (sauce) 914, 952
Rouergue 178, 478, 600, 646, 911, 964, 1066
Rouff (Marcel) 276, 377, 895, **914,** 1035
rougail **914**
rouge (vin) **914**
rouget-barbet 164, 247, **914-916,** 921
rouget du Sénégal **916**
rouille 609, 864, **917,** 945
roulade **917,** 977
rouleau à pâtisserie **917**
rouleau de printemps **917**
roulette **917**
roumajava 634
Roumanie 672, 696, **917**
rousquille 921
rousse **917**
Rousseau (Jean-Jacques) 892
roussette **917**
de Savoie **917,** 968
Roussillon 301, 331, 658, 761, 903, 918, **920-921**
roussillonnaise (sauce) 921
roux 617, **918**
Roux (Albert) **918**
rouzole 608
royale **918**
royale (à la) **918,** 938
royale (sauce) 952
ruban (faire le) **918**
Rubens **918**
rudjak 580
rue **918**
ruifard 385
rully **918**
Rumford (Benjamin Thomson, comte) 734, **918**
Rumohr (Karl Friedrich von) **919**
Rumpolt (Marx) **919**
Rungis 554
ruou dê 1098
russe (à la) 354, 359, 567, **919,** 975, 1044
russe (sauce) 919, 952
russian stout, *voir* stout
Russie 125, 138, 144, 222, 234, 234, 281, 376, 378, 439, 555, 573, 594, 595, 598, 698, 730, 748, 761, 764, 782, 805, 826, 882, 887, **919,** 939, 944, 958, 964, 971, 1005, 1027, 1042, 1060, 1073, 1076, 1077, 1081, 1118
russule **919**
Rusticello 826
rutabaga **919**
rye **919**

S

sabayon 489, 541, **922**
vérifier la prise d'un 922
sabbat 1040
sablé 51, 475, 576, 674, 787, **922**
sabler **923**
sablier **923**
sabodet 385
Sabot (le) 178
sabra **923**
sabre 435, **923**
saccharine 16
saccharose, *voir* sucre
Sacher 184
Sachertorte 72, **923**
sacristain **923**
Sade (Donatien Alphonse François, marquis de) **923**
safran 93, 283, 745, 917, **924,** 945, 991, 1012
Sagan 720, **924**
sage derby 396
saginat 921
sagou **924**
saindoux 329, 538, 656, 757, 768, **924**
saingorlon **924**
Saint-Amant (Marc Antoine Girard, sieur de) 428, 791, **924**
saint-amour **926**
saint-aubin **926**
Sainte-Alliance (à la) 445, 574, **926**
Sainte-Beuve (Charles Augustin) 539, 636, 898, **926**
sainte-croix-du-mont 142, **926**
sainte-foy-bordeaux 668
sainte-maure-de-touraine **926,** 1059
Sainte-Menehould 402, 739, 776, 877, **926**
Sainte-Menehould (sauce) 926, 952
saint-émilion 142, **926**
saint-estèphe 14, **926**
Saint-Évremond (Charles de) **926**
saint-félicien **926**
saint-florentin **926**
saint-florentin (fromage) **926**
Saint-Genix (brioche de) 170, 969
saint-georges-saint-émilion 143
Saint-Germain 847, **926**
saint-honoré 575, **926-927**
Saint-Hubert 319, **927**
saint-joseph 897, **927**
saint-julien 142, **927**
Saint-Just (Louis Antoine Léon) 665
Saint Louis 415, 645
Saint-Malo **927,** 952
Saint-Mandé **927**
saint-marcellin 385, 631, **927**
saint-nectaire 75, **927**
Saint-Nicolas **927**
saint-nicolas-de-bourgueil **927**
Saintonge 188, 254, 592, 687
saint-paulin 165, **927**
saint-péray 897, **927**
saint-pierre **927-928**
saint-raphaël **928**
saint-romain **928**
Saint-Saëns **928**
saint-véran **928**
Saint-Vincent 928
saisir **928**
saké 904, **928**
salade 281, 382, 411, 485, 590, 613, 625, 631, 634, 706, 742, 861, 893, **928-935,** 966, 1042, 1072, 1091, 1112
de fruits **936**
russe 705, **936**
saladier **936**
saladier lyonnais 631
salage 559, **936,** 1096
salaison 590, 599, **936**
salaisons épicées 428
salamandre **936**
salami **936**
salammbô **937**
salda 92
salé 536, **937,** 965, 1011
salée **937**
salep **937**
salers 75, **937**
salicorne **937**
salière **937**
salinité **937**
salmis 75, 446, **937**
Salmon (André) 293, 468
saloir **937**
salon de thé **937**
salons et expositions culinaires **938**
salpêtre **938,** 962
salpicon 681, 837, **938,** 988
salsifis 101, 257, 630, **938-939**
salsiz **939**
saltimbocca 582, **939**
samaritaine (à la) **939**
samau 904
sambal 580, **939**
sambuca **939**
samos **939**
samovar **939**
samsoë **939**
sancerre 362, **939,** 965
sancocho 302, 1091
Sand (Aurore Dupin, dite George) 636, **939,** 1069
sandesh 578
sandre 51, 630, 406, 934, **939-941,** 991, 1048
sandwich 360, 440, 756, 757, **941,** 956
sang 197, 617, **941**
sangler **941**
sanglier 332, 371, 385, 448, 522, 625, 645, 827, 838, 895, 910, 920, **941-942,** 972, 979, 990, 991
sangria 135, 436, **942,** 1080
san-khyas 192
sanquette 141
santé **942**
santenay **942**
sapide **942**
sapotille **942**
sar **942**
sarapatel 845
sarcelle 522, **943**
Sardaigne 465, 687
sarde (à la) **943**
sardine 140, 164, 333, 431, 435, 541, 705, 800, 865, 920, **943,** 979, 1038, 1091
sarladaise (à la) 788, 837, **943**
sarladaise (sauce) 953
sarrasin 75, 123, 164, 165, 352, 452, 507, 572, 589, 594, 629, **943,** 974

sarrasine (à la) **944**
sarriette 802, **944**
sartagnano 865
sarteno 333, **944**
Sartre (Jean-Paul) 398
sashimi 386, 589, **944**
saskatoon 193
sasser 430, **944**
saté 580
sauce 30, 35, 70, 96, 99, 101, 136, 138, 161, 198, 207, 248, 260, 291, 376, 406, 415, 419, 440, 480, 521, 524, 531, 547, 562, 572, 576, 582, 584, 588, 589, 595, 608, 617, 623, 658, 670, 677, 684, 686, 787, 823, 888, 891, 893, 898, 907, 911, 917, 918, 927, **944-954,** 964, 977, 988, 1019, 1022, 1026, 1042, 1076, 1090, 1100, 1105, 1112, 1116, 1118, 1118, 1120
aigre-douce 595, 945
Béchamel 575, 601, 637, 638, 684, 946
Bercy 648, 946
au beurre 681, 946
bolognaise 612, 946
bordelaise 679, 947
à l'estragon 39
hollandaise 575, 639, 950
marinière 648, 951
à la moelle 706, 951
Mornay 409, 411,412, 468, 543, 567, 575, 951
Nantua 601, 951
napolitaine 700
noisette 708
normande 404, 592, 711, 951
Périgueux 788, 951
poivrade 539,952
soja 674
Soubise 601, 953
tarator 695
tomate 741, 953
verte 297
au vin blanc 700, 1066
sauce de dessert 954
saucer 954
saucière 954
saucisse 33, 50, 74, 92, 140, 153, 160, 161, 233, 234, 266, 272, 354, 385, 448, 487, 506, 576, 609, 624, 629, 665, 712, 729, 788, 876, 917, 921, 939, **954-956**, 977, 994, 1013, 1050
saucisson 17, 74, 96, 155, 160, 251, 331, 385, 425, 428, 448, 455, 487, 592, 593, 630, 684, 777, 912, 936, **956-958,** 968, 1055
sauge 430, 605, **958**, *voir aussi* tisane
Saulieu (à la) 469
saumon 74, 173, 195, 254, 326, 442, 511, 598, 676, 686, 714, 741, 743, 769, 872, 936, **958-963**, 995, 1012, 1114
de fontaine 732, **962**
fumé 65, 224, 328, 576
saumonette 423, **962**
saumur 51, 624, **962**
saumur-champigny 51
saumure 414, 586, 673, 731, 864, **962,** 975
saupiquet 964
sausseli 919, **964**
sauté 646, 858, 859, **964,** 965
sauter 965
sauterelle 965
sauternes 141, 142, 252, , 473, 815, **965,** 1016
sauteuse 965
sautoir 965
sauvignon 142, **965**
blanc **965**
savarin 773, **965**
savennières 51, 624, **965**
saveur 965
savigny-lès-beaune 966
savinaniets 919
Savoie 96, 118, 124, 260, 355, 432, 476, 500, 506, 508, 540, 552, 787, 888, 890, 917, 966, **968-969,** 974, 977, 1012, 1025, 1054, 1056, 1071, 1079
savoir-vivre et tenue à table 966
savoury 577, **966**
Savoy (Londres) 373, 435, 660
savoyarde (à la) **966**
Saxe-Cobourg-et-Gotha (Albert de) 30, 861
sbrinz 967, 1012, 1013
scamorze 967
scampi 967
scandinave (à la) 929
Scandinavie 47, 73, 161, 422, 550, 555, 697, 746, 818, 882, 895, 958, 970, 971, 1004, 1012, 1103
Scappi (Bartolomeo) **967**
scarole 928, **967,** 1066
schabzieger 967, 974
Schinkenwurst 956
Schlagobers 72
schnaps 414, **967**
Schneck 967
Schnitzel 895
Schweppe (Jacob) **967**
sciacarello 333
sciacce 333
scone 161, **967**
scotch broth 967
scotch egg sauce 420
scotch mutton broth 416
screwdriver 967
seau 970
sébaste 970
séchage 559, **970,** 1096
sèche 970
seelac 970
seiche 609, **971**
seigle 452, 598, 670, 748, **971,** 981
seishu, *voir* saké
sel 127, 164, 320, 631, 856, 936, 937, 944, 962, **971,** 982, 1035
de céleri 225
Sélect (le) 335
selimbong, *voir* thé
selle 26, 260, 741, **972**
découper une selle d'agneau cuite 972
selles-sur-cher 974, 991
sels minéraux 974
Seltz (eau de) **974**
semi-conserve 316
sémillon 142, **974**
semoule 95, 144, 532, 743, 772, 870, **974,** 1074, 1078
Senderens (Alain) **974**
Sénégal 204, 636, 800, 970, 979, 1048, 1118
sénevé 692
sérac 974
Serbie 980
serdeau 974
séré 974
serge (à la) **974**
seringue 974
serpent 17, **975**
serpolet 975, 1046, *voir aussi* tisane
serra-da-estrela 975
serrano 294, 435
serrer 975
Serres (Olivier de) 504, 714, 762, **975**
service 975
service de table 976
serviette 976
serviette (à la) **976**
sésame 200, 266, 555, 568, 569, 617, 656, 695, **976,** 988
sétoise (à la) **977**
Sévigné (Marie de Rabutin-Chantal, marquise de) **977,** 1057, 1081
seyssel 968, **977**
shaker 977
sherry 70, 718, **977**
shiitake 382, **977**
shincha 589, *voir aussi* thé
shirataki 589
shoofly pie 193
shortbread 922, **977**
shortcake 189
short drink 294, 642, 646, **977**
shoyu 982
Sibérie 422
sichuanaise (à la) 276
Sicile et Sardaigne 57, 206, 266, 506, 582, 584, 654, 885, **977-979**
sicilienne (à la) **979**
siki 979
silésienne (à la) 44
Silpat 979
singapour 979
singe 17, 18, **979**
singer 979
sington *voir* thé
siots 576
siphon 979
sirene 176
sirop 292, 307, 350, 577, 740, **979-980**
d'érable 431, 756, 794, 1062
de fruits 440
de Liège **980**
d'orgeat 658
de sucre 344, 1008
siroper 980
sis kebab 695
skoal 980
slivovitz 980
sloke 980
smalaboved 714
smeun 31, 108, 656, **980**
smitane 980
smörgasbord 441, 555, 895, **980-981,** 1012
smörrebröd 380
snack-bar 981
soave 981
sobronade 788, **981**
socca 864, **981**
socle 981
soda 981
soda bread 576
sodium 981
sofregit 920
soissons, *voir* haricot sec
soja 266, 569, 589, 614, 678, **982,** 1098
soja (sauce) **982**
sole 139, 222, 272, 410, 576, 679, 696, 705, 711, 741, 716, 776, 898, 926, **982-988,** 1045
habiller une 818
Solferino 848, 953, **988**
solilemme 988
Sologne 360, 855, 974, 988, **990-991,** 1034
solognote (à la) **988,** 991
sommelier 989
son 452, 974, **989**
Sonde (îles de la) 823
sonde, *voir* thermomètre
songe, *voir* taro
sopa seca 1056

sopes 1056
sopito 351
sorbais 989
sorbet 371, 462, 501, 538, 539, 704, **989-992,** 1003, 1068
sorbetière 992
sorgho 17, 123, 265, 266, **992,** 1006
soringue 992
sosatie 18
soso 638
sot-l'y-laisse **992,** 1109
sou du franc 992
Soubise 60, 729, 872, **994**
Soubise (sauce) 953
soubressade 956, **994**
souchet 994
Souchet ou Suchet (sauce) **994**
souchong voir thé
souci 994
Soudan 533, 992
souder 994
sou-fassum 992
soufflé 285, 385, 410, 592, 832, 837, 913, **994-997,** 1119
glacé **997**
soumaintrain 997
soupe 27, 33, 38, 50, 74, 92, 95, 105, 135, 136, 140, 144, 165, 174, 176, 192, 195, 254, 264, 265, 268, 272, 281, 293, 332, 334, 341, 384, 426, 431, 435, 440, 467, 536, 486, 510, 541, 543, 572, 574, 582, 620, 625, 631, 634, 650, 677, 695, 702, 712, 716, 742, 756, 777, 789, 826, 843, 864, 886, 917, 921, 968, 981, 990, **998-1001,** 1013, 1042, 1057, 1059, 1066, 1073, 1077, 1098
de betterave rouge 712
à la bière 712
aux calots 968
au chou 74
au fromage 1013
à la menthe et au thym 921
à l'oignon 574, 631, 1057
à l'orge *voir* scotch broth
de pain 843
« des relevailles » 18
de tripes 712
verte 712
souper 1000
soupière 1000
sourdough 193
souris 1000
sour mash 1000
sous-marin 1000
sous vide 376, 1000
southern comfort 1000
Souvarov 790, **1002**
Souvereyns (Roger) **1002**
souvlakis 543
Soyer (Alexis) **1002**
spaghettis 332, 772, **1002**
spalla 1002
spare ribs 440, **1002,** 1065
spätlese 1002
spatule 1003
Spätzles 38, **1003**
spéciale (huître) 570
spéculos 104, **1003**
spiced beef 193
spiritueux 1054
spoom 1003
sprat 936, **1003**
spread 440
squale 29, 894, 917
squaw bread 441
Sri Lanka 180, 190, 210, 283, 700, 1042
stabilisant 529, **1003**
standardisation 1003
Stanley 1003
stargazey pie 576
stchi 827
steak 134, **1003,** 1026
steak and kidney pie 193, 794, 908, **1004**
stegt sild i lage 1004
Steinhäger 967
stérilisateur 1004
stérilisation 53, 558, **1004**
stilligoutte 1004
stilton 576, **1004**
stoba 351
stockfisch 396, 438, 684, 705, 995, **1004**
stoemp 1004
stoficado 74, 865
Stohrer 1004
Stollen 34, 707, 895, **1004**
Stonsdorfer 967
storzapreti 333
stout 576, 577, **1005**
stracchino 1005
strasbourgeoise (à la) **1005**
strenna 707
Streusel 1005
Stroganov 130, **1005**
strophaire à anneau rugueux 1005
Strudel 72, 593, **1005**
Stucki (Hans) **1005**
stufatu 333
subric904, **1005-1006**
suc 1006
succès 323, 379, 475, **1006**
succotash 440
succulent 1006
sucette 1006
Suchard 268
Suchet (maréchal, duc d'Albufera) 30
Suchet 1006
sucre 91, 137, 201, 202, 206, 208, 219, 309, 389, 392, 395, 408, 430, 431, 476, 504, 512, 520, 530, 531, 652, 660, 770, 787, 795, 812, 860, 861, 862, 923, **1006-1011,** 1012, 1025, 1032, 1091, 1107
cuisson du sucre 1009
filé 1010
inverti 1008
d'orge 574, **1011,** 1059
de pomme 716, **1012**
(tarte au) 717, 1032
sucré 536, 965, **1011**
sucré-salé 351
sucrier 1012
Sud-Est 646, 728, 780, 791, 1054
Sud-Ouest 30, 56, 379, 470, 488, 645, 680, 682, 707, 745, 766, 778, 780, 791, 816, 895, 958, 1039, 1056, 1071, 1091
Suède 894, 895, 941, 980, **1012**
suédoise (à la) 44, 929, **1012**
suer 1012
suif 538
Suisse 38, 52, 66, 78, 104, 114, 116, 144, 153, 155, 163, 177, 181, 181, 212, 233, 299, 302, 370, 374, 380, 399, 423, 426, 434, 442, 454, 476, 531, 552, 613, 639, 672, 696, 714, 719, 752, 759, 870, 878, 885, 886, 908, 937, 939, 967, 970, 974, 1003, 1005, **1012-1015,** 1022, 1027, 1031, 1040, 1048, 1054, 1055, 1079
suisse (biscuit) 385
sukiyaki 82, 589, **1015,** 1050
Sully (Maximilien de Béthune, baron de Rosny, duc-pair de) 904, 975
sultane (à la) **1015**
sumac 1015
sundae 441, **1015**
supion 424, 865
suprême 211, 962, **1015-1017**
suprême (sauce) 853, 892, 953, 1015
sur 1016
surati 176, **1016**
sureau 102, **1016**
suresnes 1016
surgélation 1016
surgelé 1016
surimi 532, **1018**
surprise (en) 44, 250, 394, 443, 501, **1018**
surtout 1018
sushi 586, 706
sushi maki 1018
suspiro de monja 786
Suzette 354, 377, **1018**
swartsoppa 941
syllabub 1018
sylvaner 39, 40, 276, **1018**
sylvilagus 1018
symposium 1018
syrah 1018
Syrie 181, 533, 806, 866

T

tabal 559
tabasco 1019
tabboulé 617, 664, **1019**
tabil 1019
table 1019
de cuisson 373, **1019**
à flamber **1020**
d'hôte **1020**
tablier de sapeur 540, 631, 758, **1020**
Taboureau 1020
tacaud 1020
tâche (la) **1020**
taco 441, 672, **1020**
Tafelspitz 72
tafi 55
tafia 202, **1020**
tagliarini 332
tagliatelles 772, **1020**
taglierini, voir tagliatelles
tagra 650
tahin 555, 976
tahina 695
Tahiti 1020
tahitienne (à la) **1020**
Tailhade (Laurent) 185
taillage des légumes 1020-1021
taillaule 1022
taillé 1022
taillerin 968
Taillevent (Guillaume Tirel, dit) 302, 373, 388, 406, 426, 428, 526, 554, 623, 663, 823, **1022,** 1095
Taine (Hipppolyte) 636
tajine 32, 285, 300, 340, 383, 533, 650, 673, 885, **1022-1023,** 1073
taleggio 1024
talibur 713
Tallemant des Réaux (Gédéon) 791
Talleyrand-Périgord (Charles Maurice de) 73, 84, 167, 192, 210, 372, 432, 575, 764, 924, **1024**
Tallien (Théresa Cabarrus, Mme) 265
talmouse 574, 838, **1024**
talon 1024
tamales 431, 441, **1024**
tamarillo 1024
tamarin 501, **1024**
Tambour royal (le) 886

tamié **1025**
tamier **1025**
tamis 871, **1025**
tamponner **1025**
tanaisie **1025**
tanche 630, **1025**
tandoori 577, 698, **1025**
tangelo **1025**
tangerine **1025**
tango **1025**
tangor **1025**
tanin **1025**
tannat 93
tant-pour-tant **1025**
tapas 435, 643, 731, **1025**
tapenade 731, 864, **1026,** 1027
tapinette 991
tapioca 201, 226, 577, 643, **1026**
tarama 544, 672, **1026**
tarato 544
tarator 176
tarhonya 536, 566
taro **1026**
tarry souchong, voir thé
tartare 134, 796, **1026**
tartare (sauce) 953, 1026
tarte 37, 39, 163, 372, 455, 465, 474, 537, 567, 577, 620, 620, 712, 713, 716, 717, 729, 761, 794, 805, 815, 877, 893, 920, 969, 1013, **1027-1031,** 1032, 1034
  al djote 104
  au sucre 717, **1032**
tartelette 206, 459, 637, 659, 676, 678, **1032**
tartine **1032**
tartiner **1032**
tartre **1032**
Tascherln 72
tasse **1032**
tâte-vin **1032**
Tatin 372, 990, 1031, **1032**
taupe **1034**, 1088
tavel 609, 622, 897, 912, **1034**
taverne 868, **1034**
Taverne Anglaise (la) 628, **1034**
T-bone steak 440
Tchécoslovaquie 114, 867
tchelo 695
tchorba 176
tchoulend 593, **1034**
telfairia **1034**
Tellier (Charles) 217, **1034**
tempranillo **1034**
tempura 589, **1034**
tende-de-tranche **1034**
tendre **1034**
Tendret (Lucien) **1035,** 1055
tendron **1035,** 1087
tentation de Jansson 44, 981
tequila 20, 414, 669, 672, **1035**
teriyaki 1117
Terrail (Claude) **1035**
Terrasson (abbé) 477
terre cuite **1035**
terrine 228, 385, 648, 851, 899, **1035-1038**
tête 9, 500, 572, 917, **1039**
  fromagée 842
  marbrée **1040**
  de porc 631, 777, 1040
  pressée **1040**
  de veau 574, 1056
tête-à-tête 976
tête-de-moine **1040**
tête de nègre **1040**
Tête d'Or (la) 851
tête de violon 934, *voir aussi* fougère
tétine 9, **1040**
tétragone 430, **1040**
tétras 322, 783, 800, **1040**
tfina 31, 593, **1040**
Thaïlande 210, 507, **1040-1042**
Thanksgiving 30, 400
thé **1042**
thé (boisson) 21, 135, 153, 161, 174, 265, 320, 413, 576, 578, 580, 589, 590, 650, 827, 867, 919, 937, 958, 976, 992, **1042-1044,** 1074, 1092, 1098
théière **1044**
thermidor **1045**
thermomètre **1045**
Thiers (Adolphe) 160, 539, 665
thon 30, 92, 93, 521, 608, 920, 979, 1026, **1045-1047,** 1052, 1088
thym 365, 698, 921, 986, **1046,** *voir aussi* tisane
  citron 1046
tian 864
tié bou diéné 18, **1048**
tilleul 487, **1048,** *voir aussi* tisane
tilsit 1012, **1048**
timbale 364, 1013, **1048-1049**
timbale (ustensile) **1049**
tinto 182
tinto fino, *voir* tempranillo
tiof 17
tiramisu **1049**
tire **1049**
tire-bouchon **1049**
tire d'érable 431
tire-larigot (à) **1050**
tirtech 629
tisane **1050**
tisanière **1050**
titre alcoolométrique **1050**
Tivoli **1050**
toad in the hole 576, **1050**
toast **1050**
toast (pain) **1050**
toffee 208, 309
tofu 589, **1050**
tokany 566, **1050**
tokay **1051**
Toklas (Alice) **1051**
tôle **1051**
tomate 306, 312, 335, 412, 422, 438, 477, 510, 532, 557, 610, 619, 646, 680, 695, 741, 794, 843, 847, 863, 898, 970, 985, 988, 992, **1051-1054**
  monder une 680
tomate (boisson) **1054**
tomate (sauce) 953
tombe **1054**
tomber **1054**
tomme 385, 865, 969, **1054**
tom-pouce **1054**
tonic 967, **1054**
tonkinois **1054**
tonneau 371, **1054-1055**
topinambour 361, 514, 762, 842, 934, **1055**
toque du président Adolphe Clerc **1055**
torrée **1055**
torrone 895
torsk 174
torta di ricotta 584
tort orzechowy 827
Torte, voir tarte
torteil **1055**
tortellinis 582, 772, **1055**
Torten 593
tortilla 73, 672, **1055**
tortillon 140, **1056**
Tortoni 409, **1056**
tortue 441, **1056**
tortue (en) 1039, 1040, **1056**
tortue (potage à la) 1056
tortue (sauce) 953, 1056
toscane (à la) 35, 101, **1056**
toso, voir saké
tostadas 672
totopos 552
touaille, *voir* serviette
touchouri 521
touffé 894
  de requin 351
toulousaine (à la) 69, 934, **1056**
Toulouse-Lautrec (Henri de) **1056**
toupin **1056**
Toupinel **1057**
Tour d'Argent (la) 200, 383, 574, **1057**
tourage 456
Touraine 107, 154, 258, 266, 406, 500, 592, 681, 760, 901, 926, 927, 977, 1057, **1058-1059**
tourangelle (à la) 45, 107, **1057,** 1058
tourer **1057**
Tourgueniev (Ivan) 926
tourin 140, 510, 729, 876, **1057**
tourloulou 351
tourne 1060
tournebride **1057**
tournebroche 914, **1057**
tournedos 134, **1060**
  Rossini 574
tourner **1060**
tourner (technique) **1060**
  des champignons et des carottes 1060
tournesol 569, **1060**
touron 92, 385, 770, 921, **1060**
touron (petit-four) **1061**
tourte 39, 74, 283, 385, 435, 544, 625, 711, 765, 794, 876, 1004, 1013, 1015, **1061-1062**
tourteau 343, **1062-1063**
tourteau (gâteau) 921
tourteau fromagé 822, **1064**
tourterelle 730, **1064**
tourtière 141, 753, 789, **1064**
tourton 384
toute-épice, *voir* piment de la Jamaïque, quatre-épices
Train Bleu (le) **1064**
trait **1064**
traiteur **1064**
Trajan 152
tranche **1065**
tranchelard **1065**
tranche napolitaine **1065**
trancheur **1065**
tranchoir **1065**
trappiste 492, 797, 843, **1065**
trappiste (fromage) **1065**
  de Bricquebec 717
Trappisten 1065
trasi 580
travailler **1065**
travers 1002, **1065**
tréap-bay 192
Trémolières (Jean) **1065**
tremper **1065**
trescat 511
trévise 928, **1066**
tricandille 141
tricholome **1066**
triclinium **1066**
tricorne (en), *voir* talmouse
trids 1073
trifle 193, 576, **1066**
Trimalcion **1066**

trinxat cerda 921
tripe (à la) 721, **1066**
tripée d'abats de cochon 713
triperie 415, **1066**
tripes et tripe 9, 11, 74, 138, 141, 165, 177, 372, 385, 389, 455, 484, 511, 540, 592, 629, 685, 694, 705, 712, 716, 717, 758, 796, 843, 876, 979, 1013, **1066-1067**
  à la cambraisienne 713
  à la catalane 921
tripette 333
triple-sec **1067**
tripotcha 92
tripous 9, 74, 694, 758
Trois Faisans (les) 410
trois-frères **1067**
Troisgros (Jean et Pierre) 645, **1067**
Trois Mailletz (les) 178
Trois-Maures (les) **1067**
trois-quarts, *voir* lièvre
trompette-des-morts 239, 344, **1067**
Trompier (Marcel) **1068**
tronçon **1068**
tropézienne **1068**
troquet **1068**
Trotski 293
trou normand 192, 335, 716, **1068**
trousser 418, **1068**
trouville **1068**
truffade 75, 204, 500, 1054
truffe 167, 193, 226, 239, 300, 320, 338, 356, 360, 403, 404, 411, 430, 438, 463, 472, 473, 506, 512, 514, 530, 538, 566, 608, 645, 720, 721, 788, 789, 790, 797 , 876, 913, 939, 953, 964, 976, 1000, 1038, 1061, **1068-1070,** 1087, 1091
truffe en chocolat **1070**
truffer **1070**
truite 74, 93, 140, 384, 630, 714, 789, 811, 827, 968, 969, 1015, **1070-1073**
truite fario, *voir* truite
truite mouchetée, *voir* omble chevalier
Truman 185
tsarine (à la) **1073**
ttoro 92
tuile **1073**
tulipe 550, **1073**
  confectionner une 1073
tumbler **1073**
Tunisie 17, 151, 167, 748, 806, 887, 992, **1073-1074**
tuong 1098
turban 365, **1074**
Turbigo **1074**
turbiner **1074**
turbot 554, **1074-1076**
turbotière **1076**
Turgot (Anne Robert Jacques) 153, 775
turinois **1076**
Turkestan 376, 971
turnip tops 702
turque (à la) 24, 824, **1076**
Turquie 112, 144, 181, 183, 406, 432, 454, 577, 595, 672, 690, 695, 707, 741, 777, 885, 970, 1015, **1076-1077,** 1117
turrón 435, *voir aussi* touron
tursan 511, 872
turtle soup 316, 576, 1056
tussilage **1077**
tutti-frutti **1077**
tvarog **1077**
tyrolienne (à la) 532, 858, **1077**
tzatziki 544

U/V

Ude (Louis-Eustache) **1078**
Ukraine 139, **1078**
ull de liebre, *voir* tempranillo
ulluco **1078**
unkar beyendi 1077
urid dal 380
vache 164, 980, **1078,** *voir aussi* lait
vacherin 631, **1078-1079**
vacherin (fromage) **1079**
  d'Abondance 1079
  fribourgeois 1012, 1079
  du haut Doubs 487, 1079
  Mont-d'Or 1012, 1079
vacqueyras 897, **1079**
vaisselier **1079**
vaisselle **1080**
Val de Loire 506, 508, 550, 826
valaisanne 476
valençay 617, 872, **1080**
valencienne (à la) **1080**
valenciennes (à la) **1080**
valeur nutritionnelle **1080**
Vallès (Jules) 613, 888
Valois **1080**
valpolicella **1080**
valse, *voir* tango
Van Houten (C. J.) 180, 268
vanille 91, 95, 506, 559, 666, 676, 997, 1008, 1011, **1080**
vanilline **1080**
vanneau **1080,** *voir aussi* pétoncle
vanneau (oiseau) 522, **1080**
vanner **1080**
vapeur (cuisson à la) 265, 473, 985, 1076, **1081**
varech 711
variante **1081**
varieniki 826, 919, **1081**
vary amin 18, 634
vasteddi 977
västerbotten 1012
vatapa 163
Vatel (Fritz Karl Watel, dit) 243, 373, **1081**
vatrouchki 500, 919, 1027, **1081**
Vaud (canton de) 886
Vaudoyer (Jean-Louis) 1069
VDQS (Vins Délimités de Qualité Supérieure) 75, 443, 550, 872, 894, 1100
veau 41, 65, 90, 101, 139, 151, 164, 172, 216, 233, 234, 245, 298, 301, 330, 376, 395, 431, 439, 459, 462, 469, 474, 475, 484, 486, 489, 533, 546, 559, 574, 575, 590, 625, 646, 674, 708, 717, 739, 740, 741, 743, 770, 776, 777, 793, 796, 822, 826, 873, 876, 876, 901, 908, 910, 914, 917, 920, 929, 939, 964, 969, 1035, 1038, 1039, 1058, 1081, **1082-1088**
  de Saint-Étienne, *voir* limousine
veau de mer **1088**
Veau-qui-tette (le) **1088**
végétalisme **1088**
végétarisme **1088**
veine **1088**
velours **1088**
velouté 395, **1088-1090,** 1100
velouté (sauce) **1090**
venaco 333, **1090**
venaison 260, 648, **1090**
venaison (sauce) 953, 1090
vendange **1090**
Vendée 170, 254, 377, 470, 507, 556, 558, 1064, **1091**
vendôme 226, **1091**
Venezuela 180, 710, 876, 1056, **1091**
Venise 181, 190
vénitienne (à la) **1091**
vénitienne (sauce) 1091
ventadour **1091**
ventrèche 612, **1091**
ver **1091**
Verdier **1091**
verdure **1091**
vergeoise 1008, **1091**
verjus 540, 601, 1022, **1092**
vermeil **1092**
vermentino 333
vermicelles 265, 772, 968, **1092,** 1098
vermouth 52, 409, 968, 985, **1092,** 1103
vernaccia 979
vernis **1092**
Vernon **1092**
Véron (Louis Désiré) 88, 185, 898, **1092**
Véron (sauce) 953, 1092
véronique **1092**
verre et verrerie 469, 532, **1092-1094**
verre à feu **1094**
verre gradué **1094**
verseuse **1094**
vert (au) 48, 801, **1094**
vert-cuit **1094**
vert-pré 131, 273, 364, **1094**
verte (sauce) 1094
verveine **1094,** *voir aussi* tisane
verveine du Velay **1094**
Véry 426, **1094**
vésou 202, *voir aussi* rhum
vesse-de-loup, *voir* lycoperdon
vessie (en) 75, 384, 854, 1059, 1094
vessie de porc **1094**
vésulienne (poulet à la) 487
viande 21, 31, 39, 51, 53, 55, 66, 74, 93, 115, 140, 144, 165, 204, 245, 250, 314, 333, 341, 383, 385, 395, 396, 398, 409, 415, 422, 426, 428, 431, 453, 462, 466, 487, 506, 511, 519, 524, 527, 528, 530, 544, 547, 553, 559, 574, 609, 625, 631, 644, 645, 648, 649, 660, 665, 668, 670, 678, 679, 682, 695, 706, 708, 711, 713, 717, 730, 734, 749, 753, 761, 765, 776, 782, 786, 787, 789, 790, 795, 800, 815, 822, 826, 843, 848, 859, 861, 862, 871, 890, 893, 898, 907, 913, 914, 921, 927, 938, 939, 943, 944, 947, 948, 964, 969, 991, 1006, 1022, 1057, 1065, 1080, 1090, 1092, 1094, **1094-1096,** 1100
  confite 900
  des Grisons 878
  séchée 968, 1013
Viard 623, **1096**
Viau (Théophile de) 791
Vicaire (Gabriel) **1096**
Vicaire (Georges) **1096**
Vichy 214, 299, **1096**
vichyssoise **1096**
Victoria, reine de Grande-Bretagne et d'Irlande 30, 861, 1097
Victoria **1097**
videler **1097**
vide-pomme **1097**
vider **1097**
vieille **1097**
vieillissement **1097**
Vienne 183
viennoise (à la) 102, 271, 361, 596, 711, 746, 1086, **1098**
viennoiserie 255, 735, 749, 750, 967, 979, **1098**

Viêt Nam 82, 281, 357, 477, 627, 705, 710, 715, 718, 758, 771, 917, 1050, **1098**
vietnamienne (à la) 1044
vieux lille 467
vieux pané **1098**
vigne 371, 608, 625
vigne noire, *voir* tamier
vigneronne (à la) 486, 592, 784, **1100**
vignoble 123, 154
villageoise (à la) **1100**
villalon 161
Villeroi 66, 172, 953, **1100**
Villiers de l'Isle-Adam 185
Villon (François) 574, 832, 1022
vin 12, 20, 32, 36, 38, 40, 51, 54, 55, 65, 66, 70, 70, 71, 72, 75, 76, 83, 84, 86, 87, 89, 90, 91, 93, 97, 98, 104, 105, 112, 120, 122, 123, 135, 138, 139, 142, 146, 154, 155, 160, 174, 176, 178, 180, 186, 195, 217, 219, 222, 226, 233, 234, 235, 239, 245, 246, 251, 252, 256, 257, 258, 260, 262, 264, 266, 268, 282, 290, 292, 293, 299, 301, 304, 308, 309, 313, 319, 326, 328, 330, 331, 333, 335, 340, 344, 355, 366, 371, 378, 382, 383, 388, 390, 404, 408, 414, 415, 419, 420, 422, 425, 435, 442, 443, 444, 454, 455, 463, 465, 468, 470, 487, 488, 493, 500, 501, 507, 511, 519, 521, 522, 523, 528, 533, 537, 543, 544, 544, 559, 561, 567, 574, 577, 580, 584, 592, 593, 594, 595, 596, 600, 604, 609, 612, 616, 618, 620, 622, 624, 625, 628, 629, 634, 636, 638, 643, 645, 646, 648, 650, 654, 658, 660, 663, 665, 668, 670, 672, 676, 677, 680, 681, 682, 690, 692, 697, 705, 718, 719, 743, 745, 761, 762, 765, 776, 777, 778, 782, 786, 786, 787, 789, 793, 794, 827, 845, 851, 865, 870, 872, 873, 876, 877, 882, 894, 895, 895, 898, 901, 910, 911, 912, 914, 917, 918, 919, 926, 927, 928, 939, 941, 942, 962, 964, 965, 966, 969, 977, 977, 979, 981, 989, 1002, 1015, 1016, 1020, 1025, 1031, 1032, 1034, 1051, 1054, 1059, 1060, 1067, 1078, 1079, 1080, 1090, 1092, 1093, 1097, **1100-1103,** 1103, 1104, 1105, 1105, 1110, 1116
  déguster un 391
vin (au) 322, 744, 815, 888
vin (tarte au) 1027
vin aromatisé **1103**
vin blanc (sauce au) 700, 1066
vin chaud **1103**
vin cuit **1103**
vin de dessert 696, 977
vin doux naturel 658, 697, 886, 887, 903, **1103**
vin gris **1103**
vin d'honneur **1103**
vin jaune 252, 422, 487, 852, **1103**
  chinois 904
vin de liqueur 436, 468, 634, 654, 718, 757, 761, 802, 939, 977, **1104**
vin muté 636, 843, 939, **1104,** 1116
vin de paille 487, **1104**
vin de palme **1104**
vin de riz 265
vin viné 886
vinaigre 172, 329, 415, 505, 512, 631, 663, 708, 798, 859, 882, 1016, **1104-1105,** 1119
  de xérès 549
vinaigrette 402, **1105**
vinaigrier **1105**
Vincent **1105**
vindaye de porc 351
vinho verde 845, **1105**
vintage, *voir* porto
violet **1106**
Violetta (crème) 346
violette 389, 609, 997, **1106,** *voir aussi* tisane
viorne trilobée 800
vipère 18, 975
Virgile 567
Viroflay **1106**
visitandine **1106**
vitamine 16, **1106**
vitello tonato 582
vivaneau **1106**
vive **1106**
viveur **1106**
Vladimir le Grand 919
voandzeia **1107**
vodbino casarolas 282
vodka 414, 463, 827, 919, **1107,** 1118
vogels zonder kop 104, 730
voiler **1107**
Voiron 411
voironnaise (à la) 540
Voisin 198, 272, 419, 903, **1107**
Voiture (Vincent) 791
volaille 9, 28, 29, 52, 65, 88, 122, 138, 163, 165, 166, 186, 196, 243, 245, 283, 301, 309, 314, 318, 320, 323, 334, 344, 347, 362, 370, 383, 384, 385, 395, 400, 449, 451, 453, 460, 462, 466, 474, 487, 489, 506, 507, 511, 512, 530, 553, 574, 575, 576, 582, 588, 599, 609, 612, 627, 630, 631, 672, 717, 726, 730, 749, 771, 761, 789, 790, 797, 800, 802, 810, 827, 851, 854, 859, 860, 892, 910, 911, 914, 918, 921, 934, 947, 964, 969, 990, 992, 996, 1015, 1016, 1058, 1068, 1073, 1090, 1094, 1097, **1107-1110,** 1112, 1117
  barder une 88
  brider une 166
  farcir 451
  préparer en crapaudine 344
vol-au-vent 364, **1110**
volière (en) **1110**
volnay **1110**
Voltaire (François Marie Arouet, dit) 718, 892
volvaire soyeuse **1110**
vongole 582
vorshmack 463
Vosges 520, 962
vosne-romanée **1110**
vouvray 624, 1058, 1059, **1110**
voves 226
vôy 192
Vuillemot (Denis-Joseph) 411, **1110**

W/X

wakame 586
Waldorf **1112**
Walewska (à la) 985, **1112**
Wallonie 643
wam 467
Wanamaker 815
wapiti **1112**
wasabi 589
Washington **1112**
waterfish 953, 954, **1112**
Waters (Alice) **1112**
waterzoï 104, 712, **1112-1114**
Weber 377, 383, **1114**
wedding cake 647
Wedgwood (Josiah) 445
weisslacker **1114**
welsh rarebit 167, 257, 500, **1114**
went 17
Wepler **1114**
whiskey 414, 580, 1000, 1114, 1115
whisky 52, 154, 357, 408, 414, 531, 554, 576, 638, 639, 792, 870, 919, 1049, 1094, **1114-1115**
whitebeat 576
Wiener Schnitzel 72, 1098
Wilde (Oscar) 868
williamine 38, 814
Willy 377
Winterthur **1115**
witloof 104
Wladimir **1115**
wok 94, 265, **1115**
Worcestershire sauce 576, **1116**
Wynants (Pierre) **1115**
Xavier **1116**
xérès 282, 435, 436, 638, 643, 886, 977, **1116**
xiang xin 242
ximénia **1116**
xinxin de galinha 163
xylopia **1116**

Y/Z

yack 108, **1117,** *voir aussi* lait
yakitori **1117**
ya-lane **1117**
yang 634
yaourt 31, 137, 176, 190, 455, 544, 578, 601, 695, 885, 930, 1077, **1117-1118**
yaourtière **1118**
yassa 18, **1118**
yeup 192
yin 634
Yokohama 734
Yonne 997
yorkaise (à la) **1118**
Yorkshire pudding 193, 576, 912, **1118**
Yorkshire sauce 954, **1118**
yunnan, voir thé
Yvelines 815
zabaione 584
zakouski 555, 827, 919, 964, **1118**
zampone **1119**
zappatora (alla) 1002
zarzuela **1119**
zébu 17, **1119**
zegeny 18
zéphyr **1119**
zeste 285, 936, **1119**
zewelewaï 39
zikiro 92
ziminu 332
zinc **1120**
zinfandel **1120**
zingara 954, **1120**
ziste **1120**
ziwelküche 38
Zola (Émile) 161, 185, 416, 638, 1107, **1120**
zubrowka 1107
Zungenwurst 956
zupa szczawiowa 827
zuppa inglese **1120**
zurichoise (à la) 1086
Zwetschenknödel 72
Zwiebelfleisch 72

TABLEAUX DES PRODUITS

abats **10**
abricots **12**
additifs alimentaires **16**
agneaux (familles d'agneaux de boucherie) **20**
agneaux (types déterminés par l'âge) **21**
ail **29**
amandes **37**
andouilles **46**
andouillettes **46**
artichauts **58**
asperges **61**
aubergines **67**
bananes **83**
betteraves rouges **107**
beurre **109**
beurre (comportement à la cuisson) **109**
bleus **124**
bœuf **128** et **129**
boudins **147**
bries **167**
café **181**
carottes **212**
caviar **222**
céleris **224**
cèpes comestibles **227**
céréales **229**
cerises **231**
chicorées **262**
chocolats **268**
chorizos **272**
choux **274**
citrons **284**
clémentines **292**
cocktails **295**
concombres et cornichons **306**
coquillages **323**
courgettes **336**
crèmes fraîches **345**
cresson **355**
crustacés marins **367**
modes de cuisson **375**
dorades **386**
échalotes **414**
fraises **482**
fromages français **494** à **497**
fromages étrangers **497** à **499**
gibiers commercialisés **523**
haricots en grains (frais ou secs) **556**
haricots verts **558**
huiles végétales **568**
huîtres **570**
jambons cuits **586**
jambons crus ou secs français **587**
jambons crus ou secs étrangers **588**
lait de vache **600**
laitues **602**
langoustes **604**
lentilles **616**
mandarines et hybrides de mandarines **640**
melons **661**
miels **673**
moutardes **693**
myrtilles **697**
nectarines et brugnons **703**
noisettes en coque sèche **707**
noix **709**
œufs de poisson **727**
oignons **728**
olives **730**
oranges **735**
pain (recettes de base) **746**
pain (spécialités régionales françaises) **747**
pamplemousses et pomelos **754**
pâtés **767**
pêches **778**
piments **801**
plantes marines **808**
poires **813**
poivres et apparentés **823**
poivrons **824**
pommes **828**
pommes de terre **832**
pommes de terre (apprêts de) **833**
porcs **838**
prunes **866**
radis **878**
raisins de table **883**
raisins secs **885**
rhums **897**
rillettes et autres viandes confites **900**
sauces mères et sauces dérivées **949**
saucisses crues **955**
saucissons **957**
saumons **960**
soles **983**
sucre **1008**
thons **1045**
tomates **1051**
tommes **1054**
veaux **1082**
vinaigres **1104**
volailles et lapins **1108** et **1109**
whiskeys et whiskies **1115**

PROPORTIONS DE BASE PAR PERSONNE

Cette liste indicative permet de calculer la quantité d'ingrédients selon le nombre de couverts prévus.

Ingrédients	Poids net (g)
Poissons et crustacés	
Poisson	150 180
Homard (poids brut)	400
Langouste (poids brut)	250
Viandes avec os	
Agneau	250
Bœuf	250
Mouton	250
Porc	250
Veau	250
Viandes sans os	
Agneau	175
Bœuf	170
Mouton	175
Porc	170
Veau	170
Filet de bœuf	200
Pavé de bœuf	200
Foie de veau	150
Langue de bœuf et de veau	200
Ris (pour 2 personnes)	300
Rognon de veau (pour 2 personnes)	300
Tête de veau désossée	250
Volaille et gibier	
Canard (brut)	400
Oie (brut)	400
Poulet (brut)	300
Foie gras	80 à 100
Lapin (brut)	300 à 350
Lièvre (brut)	250 à 300
Légumes frais	
Asperges	400
Carottes	150
Épinards	350
Haricots verts	250
Petits pois	250
Pommes de terre	200
Salade	200
Légumes secs	
Haricots	50
Lentilles	60
Pois	60
Pâtes et riz	
Pâtes alimentaires	50
Riz	40

	Quantités par personne
Potage	250 cl
Sauce	5 cl
Œufs brouillés et omelettes	3

Pâtisserie

La diversité de la composition des recettes rend impossible la donnée de poids exacts. On peut se baser sur une quantité de 50 à 60 g par personne, la perte à la cuisson étant relativement faible.

Remerciements

La rédaction remercie pour leur aimable contribution

ADBS (Association des professionnels de l'information et de la documentation), 25, rue Tillier 75012 Paris – **AFCOFEL** (Association française des comités économiques fruits et légumes), 4 bis, rue de Cléry 75002 Paris – **Ambassade d'Afrique du Sud** 59, quai d'Orsay 75007 Paris – **Ambassade de Belgique** 9, rue de Tilsitt, 75017 Paris – **Ambassade du Canada**, service des affaires agricoles, 35, avenue Montaigne 75008 Paris – **Ambassade royale du Cambodge** 4, rue Adolphe-Yvon 75016 Paris – **Ambassade de Suisse** 142, rue de Grenelle 75007 Paris – **ANPN** (Association nationale des producteurs de noisettes), BP 14, 47290 Cancon – **APIMEDIA** BP 22, 74371 Pringy cedex – **APRIFEL** (Agence pour la recherche et l'information en fruits et légumes frais), 115, rue du Faubourg-Poissonnière 75009 Paris – **Association nationale des producteurs de petits fruits** 40, rue du Séminaire 94616 Rungis – **CEDUS** (Centre d'études et de documentation du sucre), 30, rue de Lübeck 75016 Paris – **Centre d'information des viandes** 64, rue Taitbout 75009 Paris – **Centre de recherche et d'information nutritionnelle** 89, rue d'Amsterdam 75008 Paris – **Centre français du commerce extérieur** 10, avenue d'Iéna 75783 Cedex 16 – **Centre technique de la salaison, de la charcuterie et des conserves de viande.** École nationale vétérinaire 94700 Maisons-Alfort – **Chambre des eaux minérales** 10, rue de la Trémoille 75008 Paris – **Chambre syndicale des détaillants de la triperie** 111, rue Aubrac 94150 Rungis – **CHASYCA** (Chambre syndicale des industries avicoles), 20, rue de l'Arcade 75008 Paris – **CIDIL** (Centre interprofessionnel de documentation et d'information laitières), 34, rue de Saint-Pétersbourg 75382 Paris cedex 08 – **CIFOG** (Comité national interprofessionnel des palmipèdes à foie gras), 44, rue d'Alésia 75014 Paris – **CING** (Comité interprofessionnel de la noix de Grenoble) « Les Colombières » 38160 Chatte – **CIRAD-CA** BP 5035, 34032 Montpellier cedex 01 – **CNBF** (Confédération nationale de la boulangerie et boulangerie-pâtisserie française), 27, avenue d'Eylau 75782 Paris cedex 16 – **CNIPT** (Comité national d'information sur la pomme de terre), 21, rue de Madrid 75008 Paris – **Comité économique agricole de fruits et légumes Midi-Pyrénées** 11, avenue de Fondeyre 31200 Toulouse – **Comité économique agricole de l'olivier, Comité technique de l'olivier et UGOPHOF** (Union des groupements d'oléiculteurs producteurs d'huile d'olive de France), Maison des agriculteurs, 22, avenue H.-Pontier 13626 Aix-en-Provence cedex 01 – **Comité national de la conchyliculture** 55, rue des Petits-Champs 75001 Paris – **Confédération française de l'aviculture** 28, rue du Rocher 75008 Paris – **CTIFL** (Centre technique interprofessionnel des fruits et légumes), 22, rue Bergère 75009 Paris – **CTIFL** Balandran BP 32, 30123 Bellegarde – **CTIFL-CFEL** 82000 Montauban – **DALT** 40, rue de Clisson 75013 Paris – **Direction générale de l'alimentation, ministère de l'Agriculture** 78, rue de Varenne 75007 Paris – **Domaine apicole** 26, rue Lavoir 36500 Chézelles – **École d'horticulture du Breuil** Route de la ferme 75012 Bois de Vincennes – **Épicerie hongroise** 11, rue de Sévigné 75003 Paris – **Espace Antibes** 3, rue du Faubourg-Saint-Honoré 75008 Paris – **Espace Gard** 53, avenue Franklin-Roosevelt 75008 Paris – **Espace Hérault** 8, rue de la Harpe 75005 Paris – **FCO** (Fédération des coopératives oléicoles du Midi), 49, avenue de la Grande-Armée 75116 Paris – **FEDEPOM** (Fédération française des syndicats de négociants en pommes de terre et légumes en gros), 2, rue de Viarmes, Bourse du commerce 75040 Paris cedex 01 – **FFIFL** (Fédération française des importateurs de fruits et légumes), 3, rue de la Corderie 94616 Rungis – **Fédération des industries charcutières** 3, rue Anatole-de-la-Forge 75017 Paris – **Fédération des industries condimentaires de France** 8, rue Isly 75008 Paris – **FIOM** (Fonds d'intervention et d'organisation des marchés des produits de la pêche maritime et des cultures marines), 11, boulevard de Sébastopol 75001 Paris – **FNCAN** (Fédération nationale des coopératives apicoles françaises), 49, avenue de la Grande-Armée 75116 Paris – **Fédération nationale du légume sec** 273, Bourse du commerce 75040 Paris cedex 01 – **FNOSAD** (Fédération nationale des organisations sanitaires agricoles départementales), 41, rue Pennety 75017 Paris – **Fédération nationale porcine** Maison de l'élevage, 149, rue de Bercy 75595 Paris cedex 12 – **FNPF** (Fédération nationale des producteurs de fruits), 4 bis, rue de Cléry 75002 Paris – **FNPL** (Fédération nationale des producteurs de légumes), 4 bis, rue de Cléry 75002 Paris – **Fédération nationale des producteurs de palmipèdes à foie gras** 28, rue du Rocher 75008 Paris – **FENARUM** (Fédération nationale des producteurs de rhum), 4, rue Arsène-Houssaye 75008 Paris – **FNPTC** (Fédération nationale des producteurs de pommes de terre de consommation), 23, rue de Madrid 75008 Paris – **FDPO** (Fédération des professionnels de l'œuf), 1, rue de la Corderie BP 384, 94596 Rungis cedex – **Hanafousa** 4, passage de la Petite-Boucherie 75006 Paris – **Ifremer.** Centre de Brest BP 70, 29280 Plouzanz – **INAO** (Institut national des appellations d'origine), 138, avenue des Champs-Élysées 75008 Paris – **INBP** (Institut national de la boulangerie française), 5, rue d'Herbouville 76042 Rouen cedex – **INRA** (Institut national de recherches agronomiques), Domaine de Saint-Paul, site Agro Parc 81914 Avignon cedex 9 – **INRA** Domaine de la Grande Ferrade BP 81, 33883 Villeneuve d'Ornon cedex – **INRA** 49070 Beaucouré – **Institut international du fromage**, Monsieur Jean Garsuault, 19, rue Pierre-Loti, 92340 Bourg-la-Reine – **Institut musulman de la mosquée de Paris** 2, place du Puits-de-l'Ermite 75005 Paris – **Institut national de la boulangerie française** Paris cedex 16 – **Institut du tourisme et de l'hôtellerie du Québec**, 401, rue Rigaud, Montréal (Québec) – **INTERFEL** (Association interprofessionnelle des fruits et légumes frais), 115, rue du Faubourg-Poissonnière 75009 Paris – **ITAVI** (Institut technique d'aviculture), 4, rue de la Bienfaisance 75008 Paris – **Izraël** (Épicerie du monde), 30, rue François-Miron 75004 Paris –

Laboratoire des Grands Moulins de Paris 75013 Paris – **La Côte-d'Or**, relais et châteaux 21210 Saulieu – **La Maison du Blini** 36, rue Marcel-Bourgogne 95140 Garges-lès-Gonesse – **L'Asie à votre table** 30, rue Gabriel-Péri 93310 le Pré-Saint-Gervais – **Le Dôme** 4, rue Delambre 75014 Paris – **Maison des Alpes-Dauphiné** 2, place André-Malraux 75001 Paris – **Maison de l'Alsace** 39, avenue des Champs-Élysées 75008 Paris – **Maison de l'Auvergne** 194 *bis*, rue de Rivoli 75001 Paris – **Maison de l'Aveyron** 46, rue Berger 75001 Paris – **Maison de la Bretagne** 17, rue de l'Arrivée 75015 Paris – **Maison du Danemark** 142, avenue des Champs-Élysées 75008 Paris – **Maison de la Franche-Comté** 2, boulevard de la Madeleine 75009 Paris – **Maison de la Grande-Bretagne** 19, rue des Mathurins 75008 Paris – **Maison du Limousin** 30, rue Caumartin 75009 Paris – **Maison de la Lozère** 4, rue Hautefeuille 75006 Paris – **Maison de la Morvandelle** 25, rue Saint-Maur 75011 Paris – **Maison du Nord-Pas-de-Calais** 25, rue Bleue 75009 Paris – **Maison des Pyrénées** 15, rue Saint-Augustin 75002 Paris – **Maison de la Savoie** 31, avenue de l'Opéra 75001 Paris – **Maison des sciences de l'homme** 54, boulevard Raspail 75006 Paris – **MAPAQ** (Ministère de l'Agriculture, des Pêcheries et de l'Alimentation du Québec), Madame Suzanne Leclerc, 201, boulevard Crémazie est, Montréal (Québec) – **Muséum national d'histoire naturelle** 57, rue Cuvier 75005 Paris – **Noura** 27, avenue Marceau 75116 Paris – **Office commercial de l'ambassade d'Espagne** 49,51, avenue George-V 75008 Paris – **Office national de la chasse** 85 bis, avenue de Wagram 75017 Paris – **OPIDA** (Office pour l'information et la documentation en agriculture), Centre agricole 61370 Échanffour – **Le Pacifico** 50, boulevard du Montparnasse 75015 Paris – **Paolo Petrini** 9, rue d'Argenteuil 75001 Paris – **Paris-Dakar** 95, rue du Faubourg-Saint-Martin 75010 Paris – **Pomona** 21, rue du Pont-Neuf 75039 Paris cedex 01 – **RESAGRI** (Réseau de documentation agricole), 78, rue de Varenne 75700 Paris – **SCAF** (Société centrale d'aviculture de France), 34, rue de Lille 75007 Paris – **SNNADE** (Syndicat national des négociants en ails, oignons et échalotes), 2, rue Viarmes, Bourse du commerce 75040 Paris cedex 1 – **SNPE** (Syndicat national des transformateurs de poivres, épices, aromates et vanille), **SNFV** (Syndicat national des fabricants de vinaigres), **FICF** (Fédération des industries condimentaires de France), 8, rue de l'Isly 75008 Paris – **Société mutualiste des cuisiniers** 45, rue Saint-Roch 75001 Paris – **Société scientifique de l'hygiène alimentaire** 16, rue de l'Estrapade 75005 Paris – **SOCOFRAM** 17, rue d'Avignon 94150 Rungis – **Spécialités antillaises** 16, boulevard de Belleville 75020 Paris – **SPMF** (Syndicat des producteurs des miels de France), 6, place de l'Église 71130 Gueugnon – **STUBLI** 10, rue Poncelet 75017 Paris – **Syndicat de la confiserie**, Alliance 7. 194, rue de Rivoli 75001 Paris – **Syndicat des eaux de source** 11, rue de la Jarry 94300 Vincennes – **Syndicat des fabricants de condiments** 75008 Paris – **Syndicat national de l'agriculture** 5, rue de Copenhague 75008 Paris – **Syndicat national des volaillers détaillants** 92, rue de Prouvaires 94585 Rungis – **Syndicat des restaurateurs** 4, rue de Gramont 75002 Paris – **Télémaque** 15, rue Roger 75014 Paris – **UNAF** (Union nationale de l'agriculture française), 26, rue de Tournelles 75004 Paris – **UNCAVI** (Union nationale des coopératives agricoles), 28, rue du Rocher 75008 Paris – **UNFD** (Union nationale des syndicats de détaillants en fruits, légumes et primeurs), 115, rue du Faubourg-Poissonnière 75009 Paris – **Woolloonooloo** 36, boulevard Henri-IV 75004 Paris.

Les équipes de stylistes remercient pour leur collaboration

À la mine d'argent 108, rue du Bac 75007 Paris – **Agnès Comar** 7, avenue George-V 75008 Paris – **Apilco** 17 *bis*, rue de Paradis 75010 Paris – **Atelier Le Tallec** 93/95 avenue Daumesnil 75012 Paris – **Au Bain-Marie** 8, rue Boissy-d'Anglas 75008 Paris – **Bernardaud** 11, rue Royale 75008 Paris – **Boussac** 27, rue du Mail 75002 Paris – **Christofle** 9, rue Royale 75008 Paris – **Constance Maupin** 11, rue du Docteur-Goujon 75012 Paris – **Dîners en ville** 27, rue de Varenne 75007 Paris – **Dior** 30, avenue Montaigne 75008 Paris – **Édouard Rambaud** 15, rue Barbette 75003 Paris – **Étain du manoir** 32, rue de Paradis 75010 Paris – **Étamine** 63, rue du Bac 75007 Paris – **Georg Jensen** 239, rue Saint-Honoré 75008 Paris – **Haviland Village royal** 25, rue Royale 75008 Paris – **Importissimo** 101, rue Henry-Dunant 92700 Colombes – **Jacquart français**, grands magasins – **Jean-Louis Coquet** 11, rue Royale 75008 Paris – **Josée Houel**, grands magasins – **La Maison de Renata** 2, boulevard Raspail 75007 Paris – **La Manufacture royale** 11, rue Royale 75008 Paris – **Lalique** 11, rue Royale 75008 Paris – **Le Grand filles et fils** 1, rue de la Banque 75002 Paris – **Lenox**, grands magasins – **Macassar** 100, rue de Rennes 75006 Paris – **Maison de famille** 29, rue Saint-Sulpice 75006 Paris – **Manuel Canovas** 30, avenue George-V 75008 Paris – **Mariages Frères** 30 et 32, rue du Bourg-Tibourg 75004 Paris – **Mokuba** 18, rue Montmartre 75001 Paris – **Muriel Grateau** 132, galerie de Valois 75001 Paris – **Musée du thé** 30 et 32, rue du Bourg-Tibourg 75004 Paris – **Noël** 1, avenue Pierre-Ier-de-Serbie 75016 Paris – **Odiot** 7, place de la Madeleine 75008 Paris – **Peter** rue Boissy-d'Anglas 75008 Paris – **Point à la ligne** 67, avenue Victor Hugo 75016 Paris – **Porcelaine de Sologne**, grands magasins – **Porthault** 18, avenue Montaigne 75008 Paris – **Puiforcat** 2, avenue Matignon 75008 Paris – **Raynaud**, grands magasins – **Royal Copenhagen** 234, rue Saint-Honoré 75008 Paris – **Saint-Hilaire** 10, rue Boissy-d'Anglas 75008 Paris – **Saint-Louis** 23, avenue Franklin-Roosevelt 75008 Paris – **Siècle** 24, rue du Bac 75007 Paris – **Tissus Frey** 47, rue des Petits-Champs 75002 Paris – **Tissus Verel de Belval**, grands magasins.

Larousse tient à remercier tout particulièrement les établissements **Charvet** 71, avenue du Docteur-Valois 38500 Voiron ; **Dampoux** 20, rue Mouton-Duvernet 75014 Paris ; **Dehillerin** 18, rue Coquillière 75001 Paris ; **Fauchon** 26, place de la Madeleine 75008 Paris.

Illustrations

Les photographies Larousse sont de : **Pierre Cabanne** et **Corinne Ryman** ; stylistes : Coco Jobard, Chantal Guillemain. **Jean-Daniel Sudres** ; stylistes : Ana Torontegui, Chantal Guillemain. **Jean-Jacques Magis** ; stylistes : Juliette Bordat, Myriam Gaze, Catherine Madani. **Studiaphot** ; styliste : Isabelle Dreyfus. **Studio Vézelay** ; styliste : Isabelle Dreyfus. **Jean-Louis Bloch-Lainé** ; stylistes : Myriam Gaze, Sylva Villerot.

L'éditeur tient à remercier tout particulièrement les personnes qui l'ont aidé à réaliser les photographies : **Jean-Michel Bédier** (†), chef cuisinier ; **Christophe Bligny, Serge Cailleau,** *Au Bell Viandier,* membre fondateur de l'Académie de la viande ; **Michel Cliche**, professeur de cuisine, école « Le Cordon Bleu » ; **Pierre Julien**, chef de cuisine, *La Table d'Antan* ; **Thierry Gilg**, chef pâtissier Fauchon ; **Francis Grandjean**, maître de technologie culinaire ; **Michel Maincent**, responsable culinaire à l'école hôtelière de Paris Jean Drouant.

Larousse remercie également les établissements et restaurants suivants : ***Fauchon,*** Paris ; ***Jean-Luc Figueras,*** **Barcelone, Espagne** ; ***La Maison du Chocolat,*** Paris ; ***Laloux,*** Montréal, Québec ; ***Le Nord,*** Lyon ; ***Les Prés d'Eugénie,*** Eugénie-les-Bains ; ***Lasserre,*** Paris ; ***Joël Robuchon,*** Paris ; ***Le Scholteshof,*** Stevoort, Belgique.

Amiard H. – *Top* : p. 103 ; **Barde J.-L.** – *Scope* : pp. 74, 464, 510, 608, 789, 920 ; **Bloch-Lainé J.-L.** : pp. 55, 311, 358, 517, 528, 689, 775, 789, 1043 ; **Bocuse P.** : p. 1001 ; **Cabanne P. et Ryman C.** – *Coll. Larousse* : pp. 43, 77, 85, 117, 121, 149, 169, 191, 199, 220, 277, 286, 289, 317, 321, 349, 353, 387, 393, 401, 405, 417, 427, 458, 461, 479, 551, 565, 621, 691, 699, 701, 725, 751, 798, 896, 925 ; **Coataner H.** – *Scope* : p. 487 ; **C.T.I.F.L.** : p. 814, poire Guyot ; **CZAP** – *Coll. Larousse* : p. 187 ; **Daniel de Nève** – *Top* : p. 63 ; **De Wilde P.** – *Hoa-Qui* : p. 162 ; **Doug A.** – *Fotogram-Stone* : p. 182 ; **Eshraghi I.** – *Scope* : p. 267 ; **Fleurent C.** – *Top* : p. 255 ; **Freeman M.** – *ANA* : p. 583 ; **Gérard J.-C.** – *Diaf* : pp. 333, 712 ; **Gotin M.** – *Scope* : p. 1059 ; **Guillard J.** – *Scope* : pp. 39, 40, 50, 156, 158, 236, 609, 716, 969, 978 ; **Guillard M.** – *Scope* : pp. 141, 142, 332, 511, 1058 ; **Gyssels H.** – *Diaf* : pp. 391, 713 ; **Hussenot P.** – *Top* : pp. 133, 471, 542 ; **Inra** : p. 710 ; **Kiefer H.** – *Madame Figaro* : p. 905 ; **Le Bot A.** – *Diaf* : p. 93 ; **Lerault D.** – *Diaf* : p. 92 ; **Magis J.-J.** – *Coll. Larousse* : pp. 363, 433, 597, 653, 849, 857, 875, 909, 931, 935, 940, 959, 973, 987, 992, 1017, 1033, 1047, 1085, 1089, 1111 ; **Magis J.-J.** – *La Photothèque culinaire* : pp. 113, 244, 249, 327, 447, 513, 571, 606, 675, 683, 738, 915, 963, 1075 ; **Mazin R.** : pp. 38, 75, 152, 717, 865, 990, 1041 ; **Mendel G.** – *Rapho* : p. 635 ; **Miller G.** – *Coll. Larousse* : pp. 205, 881, 1023, 1113 ; **Neele D.** – *Fotogram-Stone* : p. 381 ; **Overseas** – *Coll. Larousse* : p. 1029 ; **Overseas** – *La Photothèque culinaire* : p. 1036 ; **Pratt-Pries** – *Diaf* : pp. 486, 788 ; **Quéméré E.** – *Diaf* : p. 164 ; **Richer** – Hoa-Qui : p. 651 ; **Rivière-Lecœur A.** – *Top* : p. 157 ; **Sappa C.** – *Rapho* p. 437 ; **Sarramon** – *Pix* : p. 303 ; **Senechal C.** – *Diaf* : p. 1015 ; **Sierpinski J.** : p. 968 ; **Sioen G.** – *Rapho* : pp. 19, 579 ; **Studiaphot** – *Coll. Larousse* : pp. 13, 25, 59, 62, 68, 88, 128/129, 155, 173, 203-a, 213, 225, 232, 242, 261, 263, 275, 285, 307, 324, 337, 368/369, 415, 483, 502, 503, 557, 560, 603, 615, 616, 662, 704, 710 noisettes, 729, 736, 755, 779, 814, 819, 820/821, 825, 829, 835, 839, 867, 879, 884, 1053, 1083, 1093 ; **Studio Vézelay** – *Coll. Larousse* : pp. 27, 60, 70, 80, 96, 110, 130, 136, 145, 166, 203-b, 207, 208, 216, 223, 268, 269, 284, 291, 325, 330, 334, 343, 344, 407, 443, 451, 451, 451, 456, 474, 524, 530, 561, 562, 563, 610, 666, 680, 688, 715, 723, 726, 756, 759, 764, 774, 803, 817, 818, 855, 874, 922, 972, 997, 1009, 1010, 1021, 1060, 1070, 1073 ; **Sudres J.-D.** – *Coll. Larousse* : pp. 23, 270, 525, 535, 591, 626, 641, 657, 667, 763, 781, 785, 831, 889, 1063 ; **Sudres J.-D.** – *Diaf* : pp. 140, 237 ; **Sudres J.-D.** : pp. 378, 379, 574, 575, 630, 921 ; **Tessier Y.** – *Reflexion* : p. 194 ; **Travert Y.** – Diaf : pp. 421, 545 ; **Tulane M.** – *Rapho* : p. 844 ; **Valentin E.** – *Hoa-Qui* : p. 864 ; **Weyl L.** – *Ask Images* : p. 1099 ; **Wheeler N.** – *Diaf* : p. 671.

Cartes : p. 34 ; 40 ; 71 ; 97 ; 143 ; 159 ; 238 ; 436 ; 441 ; 581 ; 1013 : European Map Graphics, Palimpseste, Marie-Thérèse Ménager.
Dessins : p. 22 ; 128 ; 839 ; 1083 : Nicole Ho-Laigret.
Dessin jaquette : Studio Michel Delporte.

Photogravure : Goustard, Clamart - Imprimerie Mame, à Tours
Dépôt légal : mai 1997. N° de série éditeur : 19263
Imprimé en France (Printed in France) 507300 - B - Mai 1997
ISBN : 2-03-507300-6

